

• 论 著 • (青少年心理)

利他意愿对大学生负性情绪的调节作用研究*

冯琳琳 王艳红 钟 浩 杨逸群

山东理工大学马克思主义学院(淄博) 255000 E-mail: fenglinlin@sdu.edu.cn

* 基金项目: 国家社会科学基金青年项目(编号: 19CSH048)

【摘要】 目的: 探讨利他意愿(包括捐款意愿和志愿服务意愿)对大学生负性情绪的调节作用、作用机制及性别差异。方法: 被试作答前测情绪题目后, 通过阅读材料诱发其负性情绪; 然后乐捐组被试作答捐款意愿题目, 志工组被试作答志愿服务意愿题目, 控制组被试不作答题目; 最后 3 组被试均完成后测情绪题目、基本心理需要满足量表、自尊量表、积极情绪和消极情绪量表。结果: ① 阅读《关爱受伤天使》材料成功诱发了被试的负性情绪($F = 16.41, P < 0.001$); 捐款意愿和志愿服务意愿显著调节了被试的负性情绪($F = 10.57, P < 0.01; F = 5.63, P < 0.05$); ② 乐捐组和志工组被试的自尊和积极情绪水平显著高于控制组被试($F = 8.75, P < 0.001; F = 5.10, P < 0.01$), 乐捐组被试的关系性需要满足水平显著高于控制组被试($F = 5.58, P < 0.01$)、消极情绪水平显著低于控制组被试($F = 2.55, P < 0.05$); ③ 关系性需要满足和自尊在捐款意愿与积极情绪之间的中介作用显著($Effect = 0.05, SE = 0.02, 95\% CI = [0.02, 0.09]$; $Effect = 0.07, SE = 0.02, 95\% CI = [0.03, 0.11]$), 且自尊在志愿服务意愿与积极情绪之间的中介作用显著($Effect = 0.26, SE = 0.07, 95\% CI = [0.12, 0.41]$); ④ 捐款意愿对消极情绪的预测、关系性需要满足和自尊在捐款意愿与积极和消极情绪之间的中介作用、自尊在志愿服务意愿与积极情绪之间的中介作用存在显著的性别差异。结论: 利他意愿对大学生的负性情绪具有调节作用, 关系性需要满足和自尊在其中起中介作用, 上述作用机制存在显著的性别差异。

【关键词】 反应转变理论; 利他意愿; 负性情绪; 调节作用; 性别

中图分类号: R395.9 文献标识码: A 文章编号: 2096-4811(2022)05-0723-07

DOI: 10.13342/j.cnki.cjhp.2022.05.018

(中国健康心理学杂志, 2022, 30(5): 723-729)

Research on the regulation of altruistic intention on college students' negative emotion

FENG Linlin, WANG Yanhong, ZHONG Hao, et al

School of Marxism, Shandong University of Technology, Zibo 255000, China

【Abstract】 Objective: To explore the regulation effect, mechanisms and gender differences of altruistic intention (including willingness to donate and volunteer) on college students' negative emotion. **Methods:** After the subjects answering one pre-test emotional question, negative emotion was induced by reading materials. Then, subjects in the donation group answered one question of willingness to donate, subjects in the volunteer group answered one ques-

[25] Hayes A F. An index and test of linear moderated mediation[J].

Multivariate Behavioral Research, 2015, 50(1): 1-22

[26] 方舟逸. 网络游戏成瘾国内研究现状分析[J]. 中国药物依赖性

杂志, 2020, 29(1): 47-53

[27] Milani L, Torre G L, Fiore M, et al. Internet gaming addiction in

adolescence: Risk factors and maladjustment correlates[J]. International Journal of Mental Health and Addiction, 2018, 16(4): 888-904

[28] 陈逸健, 黄时华, 周庆安, 等. 大一新生无聊倾向性、人际关系困扰与网络游戏成瘾的相互作用[J]. 医学与社会, 2020, 33(7):

90-93

[29] Wu Meiling, Shen Xiaona, Sun Meiqi, et al. The effect of college

students' computer game addiction on their interpersonal relationship and loneliness[J]. China Journal of Health Psychology, 2013, 21(9): 1432-1434

[30] 王胤琦. 青少年学习压力与网络游戏成瘾的关系机制研究[D].

深圳: 深圳大学, 2019

[31] 周恩远, 周惠玉. 大学生主观幸福感、自我控制与网络成瘾关系的

实证研究[J]. 中国社会科学院研究生院学报, 2017(5): 17-24

[32] 李志贤. 初中生学习主观幸福感、学业自我效能感与学习投入的

相关研究[D]. 石家庄: 河北师范大学, 2020

[33] 张伟鑫, 胡晓娥. 社会支持及学业自我效能感对高职生主观幸福

感的影响分析[J]. 江西科技师范大学学报, 2016(4): 105-110

[34] 梅松丽, 柴晶鑫, 郭金花. 青少年主观幸福感与网络成瘾: 自尊及

自我控制的中介作用[J]. 心理发展与教育, 2015, 31(5): 603-609

[35] 陈永香, 刘晓薇. 幸福者更适应, 还是适应者更幸福? ——基于

大学新生的追踪研究[J]. 心理发展与教育, 2017, 33(3): 378-384

[36] 张珊珊, 刘文. 人格: 主观幸福感的预测源[J]. 心理研究, 2011, 4

(2): 3-7

(收稿日期: 2022-02-11)

tion of willingness to volunteer, and subjects in the control group did not answer any question. At last, three groups of subjects completed one post-test emotional question, basic psychological needs satisfaction scale, self-esteem scale, positive emotion and negative emotion scale. **Results:** ① Reading the material of “caring for the injured angel” successfully induced subjects’ negative emotion ($F=16.41, P<0.001$), and willingness to donate and volunteer significantly regulated subjects’ negative emotion ($F=10.57, 5.63; P<0.05$). ② Self-esteem and positive emotion in the donation and volunteer groups were significantly higher than those in the control group ($F=8.75, 5.10; P<0.01$); relational need satisfaction in the donation group was significantly higher than those in the control group ($F=5.58, P<0.01$), and negative emotion was significantly lower than those in the control group ($F=2.55, P<0.05$). ③ Relational need satisfaction and self-esteem played mediating roles between donating intention and positive emotion (Effect=0.05, SE=0.02, 95% CI=[0.02, 0.09]; Effect=0.07, SE=0.02, 95% CI=[0.03, 0.11]), and self-esteem also played a mediating role between volunteering intention and positive emotion (Effect=0.26, SE=0.07, 95% CI=[0.12, 0.41]). ④ There were significant gender differences in the prediction of negative emotion by donating intention, in the mediating effects of relational need satisfaction and self-esteem between donating intention and positive and negative emotion, and in the mediating effect of self-esteem between volunteering intention and positive emotion. **Conclusion:** Altruistic intention can regulate college students’ negative emotion, and relational need satisfaction and self-esteem play mediating roles, and there are significant gender differences in these above mechanisms.

【Keywords】 Response shift theory; Altruistic intention; Negative emotion; Regulating effect; Gender

中国大学生抑郁情绪检出率的 Meta 分析结果显示,我国大学生合并抑郁情绪检出率为 29.3%。大学男生和女生的抑郁检出率分别为 27.4% 和 21.6%^[1]。负性情绪已成为影响当代大学生身心健康的危险因素,甚至引发自杀、暴力行为等严重后果^[2]。因此,探究如何调节大学生负性情绪十分必要。利他行为是指自己付出代价使他人获利的行为^[3],其看似没有任何回报,却能够提升施助者的自我效能感和幸福感^[4-5]。利他不仅意味着将资源单向传递给受助者,更是对施助者自我激励的过程。施助者因实施利他行为而获得自身的某种生物性的反馈,从而提升其正性感受^[6]。大量研究表明利他行为有助于提升个体的情绪体验^[7-8]。事实上,利他行为还能调节个体的负性情绪。研究者采用投资博弈的实验情境对比被试利他惩罚前后的情绪,在实施利他惩罚后,被试的悲伤程度较之前明显降低,说明利他惩罚能够调节被试的负性情绪^[9]。另外,研究者在探讨利他意愿对情绪的影响时发现,有利他意愿的被试其负性情绪显著低于无利他意愿的被试^[10]。上述研究表明利他意愿能够调节个体的负性情绪。

本研究进一步将基本心理需要满足与自尊作为切入点,探讨其在利他调节负性情绪中的作用。自我决定理论认为人们具有与生俱来的基本心理需要,包括自主性需要、能力感需要和关系性需要^[11]。自主性需要指个体在一定程度上能够决定自己的行为,能力感需要指个体希望能够完成或胜任一定的活动,关系性需要指个体希望能够获得来自他人或环境的关爱与支持。研究表明,利他行为有利于个体自主性需要、能力感需要和关系性需要的满

足^[12-14]。基本心理需要的满足是个体获得幸福感、提高心理健康水平的重要途径^[11,15]。这些基本心理需要的满足是个体健康发展所必需的,任何一种需要的受挫都会影响个体的心理成长、内化和幸福。

自尊是个体自我价值感知、自我接纳与自信程度的整合,反映了个体对自我的积极感知,自尊的提升能够显著提升个体的积极感受,缓解焦虑抑郁等负性情绪^[16]。自尊水平高的个体倾向于以更乐观的方式解读关于自己和世界的信息,以较大的热情去追求目标,从容地应对问题,表现出积极的行为模式^[17]。相反,缺乏自尊会使个体难以把精力投入到感兴趣的活动中,表现出消极的行为模式,及焦虑抑郁情绪等^[18]。同时,利他行为具有提升个体自尊水平的功能,利他行为可以持续提高施助者的自尊水平,反之则会导致自尊水平下降^[19-20]。研究表明,向他人提供支持的个体,其自尊水平会得到提升,通过向他人提供物品或服务,其自尊可以通过“生产性”或“有用性”的体验及自主感和控制感体验得到增强^[21-22]。综上,本研究将探讨利他意愿对大学生负性情绪的调节作用及作用机制。基于以往研究,本研究假设利他意愿对大学生的负性情绪具有调节作用,基本心理需要满足和自尊在其中起中介作用。

1 对象与方法

1.1 对象

采用整群抽样法从山东省某高校选取 320 名大学生为研究对象,其中有 5 名被试未能完整作答,因此回收有效问卷共计 315 份(98.44%)。其中男生 168 人(53.33%),女生 147 人(46.67%),年龄 18~24(21.43±0.94)岁。

1.2 方法

本研究使用的阅读材料为文章《关爱受伤天使》，让被试阅读该文章用以诱发被试的负性情绪。研究工具还包括情绪题目、基本心理需要满足量表、自尊量表、积极情绪和消极情绪量表。

1.2.1 前测和后测情绪的评估 参照 Diener 等(2002)及 Johnson 和 Tversky(1983)对情绪状态的评估方式,即采用单一问题让被试评估自己当时的情绪状态^[23-24]。前者的研究以 5 点量表对情绪状态进行评估,后者的研究以 9 点量表对情绪状态进行评估,为更细致地测量被试当时的情绪状态,本研究采用 11 点量表对情绪状态进行评估。得分为 1 分表示情绪状态非常消极,6 分表示情绪状态为中性,11 分表示情绪状态非常积极。分数越高表示情绪状态越积极,6 分以下为负性情绪,6 分以上为阳性情绪,6 分为中性情绪^[10]。

1.2.2 基本心理需要满足的测量 采用简版基本心理需要量表^[25]。该量表共 9 个题目,采用 5 点计分,1 表示非常不符合,5 表示非常符合,分数越高表示基本心理需要的满足程度越高。该量表包括 3 个维度,分别为:自主性需要(如:“我感觉可以自由表现自己”)、能力感需要(如:“我感觉自己是一个有能力的人”)和关系性需要(如:“我感受到了爱和关怀”)的满足。研究表明,该量表的中文版具有良好的信效度^[26]。本研究中总量表的 α 系数为 0.79,各分量表的 α 系数分别为:0.65(自主性需要)、0.65(能力感需要)、0.63(关系性需要)。

1.2.3 自尊的测量 采用简版自尊量表^[27]。该量表包括 2 个题目,分别是“我对自己觉得很满意”和“我认为自己是个有价值的人”,采用 4 点计分,1 表示非常不同意,4 表示非常同意,分数越高表示自尊水平越高。研究表明,该量表的中文版具有良好的信效度^[28]。本研究中该量表的 α 系数为 0.84。

1.2.4 积极情绪和消极情绪的测量 采用积极情感和消极情感体验量表^[29]。该量表由 9 个积极情感词汇(如“快乐的”)和 9 个消极情感词汇(如“难过的”)构成,采用 5 点计分,1 表示非常轻微或根本没有,2 表示有一点,3 表示中度,4 表示相当大程度上,5 表示非常强烈。分数越高表示该种情绪情感体验越强烈。研究表明,该量表的中文版具有良好的信效度^[30]。本研究中积极情感和消极情感分量表的 α 系数分别为 0.96 和 0.94。

1.2.5 研究程序 本研究为被试间设计,采用团体施测的方式进行。所有被试均完成前测情绪题目之后,通过阅读材料诱发负性情绪,之后被试被随机分为 3 组(控制组/乐捐组/志工组)。控制组被试共 108 名,其在阅读完文章《关爱受伤天使》后直接作

答剩余题目,包括后测情绪、基本心理需要满足、自尊、积极情绪和消极情绪相关题目;乐捐组被试共 93 名,其在阅读完文章《关爱受伤天使》后首先回答捐款意愿题目($\bar{x} \pm s = 8.20 \pm 1.32$),题目为“请问你是否愿意捐赠一顿午餐的费用去帮助这些意外伤害的贫困孩子们?”,采用 9 点计分,1 表示非常不愿意,9 表示非常愿意,然后再作答剩余题目(同中性组);志工组被试共 114 名,其在阅读完文章《关爱受伤天使》后首先回答志愿服务意愿题目($\bar{x} \pm s = 7.57 \pm 1.81$),题目为“请问你是否愿意贡献 1 小时时间担任志工协助物资的打包去帮助这些孩子们?”,采用 9 点计分,1 表示非常不愿意,9 表示非常愿意,然后再作答剩余题目(同中性组)。

1.3 统计处理

采用 SPSS 19.0 和 Amos 23.0 对所用数据进行录入及相关处理和分析。

2 结果

2.1 前测情绪差异比较及阅读材料效果检验

采用单因变量方差分析比较乐捐组、志工组和控制组被试前测情绪的差异,被试间变量为组别。结果表明,乐捐组、志工组和控制组被试的前测情绪不存在显著差异, $F(2, 312) = 2.58, P > 0.05, \eta^2 = 0.02$ 。

采用重复测量方差分析比较被试阅读《关爱受伤天使》材料前后情绪的差异,被试内变量为前测和后测情绪。结果表明,被试阅读《关爱受伤天使》材料后情绪显著降低(前测 $\bar{x} \pm s = 6.39 \pm 1.83$; 后测 $\bar{x} \pm s = 5.40 \pm 2.22$), $F(1, 107) = 16.41, P < 0.001, \eta^2 = 0.13$;且后测情绪显著低于中等临界值 6 分, $t = -2.80, P < 0.01$ 。说明阅读《关爱受伤天使》材料成功诱发了被试的负性情绪。

2.2 利他意愿对负性情绪的调节作用

采用重复测量方差分析比较乐捐组和志工组被试阅读《关爱受伤天使》材料之后作答乐捐组和志工组题目前后情绪的差异。结果表明,对于乐捐组被试而言,被试阅读《关爱受伤天使》材料之后作答乐捐组题目后情绪显著提升(前测 $\bar{x} \pm s = 6.45 \pm 1.73$; 后测 $\bar{x} \pm s = 6.96 \pm 1.78$), $F(1, 92) = 10.57, P < 0.01, \eta^2 = 0.10$;且后测情绪显著高于中等临界值 6 分, $t = 5.19, P < 0.001$ 。说明捐款意愿显著调节了被试的负性情绪。对于志工组被试而言,被试阅读《关爱受伤天使》材料之后作答志工组题目后情绪显著提升(前测 $\bar{x} \pm s = 5.98 \pm 1.44$; 后测 $\bar{x} \pm s = 6.29 \pm 1.66$), $F(1, 113) = 5.63, P < 0.05, \eta^2 = 0.05$;且后测情绪显著高于中等临界值 6 分, $t = 1.85, P < 0.05$ 。说明志愿服务意愿显著调节了被试的负性情

绪。

表 1 乐捐组、志工组和控制组的组间差异比较($\bar{x} \pm s$)

| 项 目 | 乐捐组 | 志工组 | 控制组 | $F(2,311)$ | η^2 |
|-------|-----------|-----------|-----------|------------|----------|
| 自主性需要 | 3.41±0.71 | 3.38±0.60 | 3.31±0.86 | 1.53 | 0.01 |
| 能力感需要 | 3.26±0.70 | 3.33±0.63 | 3.36±0.69 | 1.32 | 0.01 |
| 关系性需要 | 3.66±0.68 | 3.36±0.52 | 3.41±0.68 | 5.58** | 0.04 |
| 自 尊 | 2.97±0.42 | 2.94±0.61 | 2.72±0.68 | 8.75*** | 0.05 |
| 积极情绪 | 3.51±0.80 | 3.21±0.99 | 3.14±0.97 | 5.10** | 0.03 |
| 消极情绪 | 2.16±0.87 | 2.34±0.99 | 2.46±0.95 | 2.55* | 0.02 |

注: * $P < 0.05$, ** $P < 0.01$, *** $P < 0.001$,下同

表 2 基本心理需要满足、自尊、积极情绪和消极情绪事后比较

| 项 目 | | | 平均值 | 标准 | 95%置信区间 | |
|-------|-----|-----|----------|------|---------|-------|
| | 乐捐组 | 志工组 | 差值 | 误差 | 下限 | 上限 |
| 自主性需要 | 乐捐组 | 志工组 | -0.06 | 0.09 | -0.25 | 0.12 |
| | 乐捐组 | 控制组 | 0.09 | 0.09 | -0.09 | 0.27 |
| | 志工组 | 控制组 | 0.15 | 0.09 | -0.02 | 0.33 |
| 能力感需要 | 乐捐组 | 志工组 | -0.14 | 0.09 | -0.31 | 0.04 |
| | 乐捐组 | 控制组 | -0.11 | 0.09 | -0.28 | 0.07 |
| | 志工组 | 控制组 | 0.03 | 0.08 | -0.13 | 0.20 |
| 关系性需要 | 乐捐组 | 志工组 | 0.22** | 0.08 | 0.07 | 0.38 |
| | 乐捐组 | 控制组 | 0.24** | 0.08 | 0.09 | 0.40 |
| | 志工组 | 控制组 | 0.02 | 0.08 | -0.13 | 0.17 |
| 自 尊 | 乐捐组 | 志工组 | -0.05 | 0.07 | -0.20 | 0.10 |
| | 乐捐组 | 控制组 | 0.23** | 0.07 | 0.09 | 0.38 |
| | 志工组 | 控制组 | 0.28** | 0.07 | 0.14 | 0.42 |
| 积极情绪 | 乐捐组 | 志工组 | 0.15 | 0.11 | -0.06 | 0.37 |
| | 乐捐组 | 控制组 | 0.35*** | 0.11 | 0.13 | 0.57 |
| | 志工组 | 控制组 | 0.20* | 0.11 | 0.01 | 0.41 |
| 消极情绪 | 乐捐组 | 志工组 | -0.16 | 0.13 | -0.42 | 0.10 |
| | 乐捐组 | 控制组 | -0.30*** | 0.13 | -0.56 | -0.04 |
| | 志工组 | 控制组 | -0.14 | 0.13 | -0.39 | 0.11 |

表 3 不同组别与基本心理需要满足、自尊、积极情绪和消极情绪的相关分析(r)

| 项 目 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | \bar{x} | s |
|-----------|--------|----------|----------|---------|---------|---------|----------|-----------|------|
| 1 组 别 | — | 0.05 | 0.03 | 0.04 | 0.17* | 0.04 | -0.06 | 1.49 | 0.50 |
| 2 自主性需要 | 0.07 | — | 0.71*** | 0.57*** | 0.49*** | 0.54*** | -0.35*** | 3.35 | 0.74 |
| 3 能力感需要 | 0.07 | 0.71*** | — | 0.44*** | 0.29*** | 0.45*** | -0.33*** | 3.34 | 0.66 |
| 4 关系性需要 | 0.19** | 0.55*** | 0.47*** | — | 0.40*** | 0.50*** | -0.11 | 3.38 | 0.60 |
| 5 自 尊 | 0.21** | 0.38*** | 0.10 | 0.41*** | — | 0.70*** | -0.05 | 2.83 | 0.65 |
| 6 积极情绪 | 0.20** | 0.58*** | 0.44*** | 0.65*** | 0.64*** | — | -0.11 | 3.18 | 0.98 |
| 7 消极情绪 | -0.16* | -0.38*** | -0.27*** | -0.22** | -0.21** | -0.06 | — | 2.40 | 0.97 |
| \bar{x} | 2.07 | 3.36 | 3.32 | 3.53 | 2.84 | 3.31 | 2.32 | | |
| s | 1.00 | 0.79 | 0.70 | 0.69 | 0.59 | 0.91 | 0.92 | | |

注:组别为虚拟变量,1=控制组,2=志工组,3=乐捐组;相关分析表左下部分为乐捐组被试结果,右上部分为志工组被试结果

根据相关分析结果,关系性需要满足和自尊可能在捐款意愿与情绪之间起中介作用。采用非参数 Bootstrap 方法检验关系性需要满足和自尊的中介效应的显著性(Model 4)^[31]。Bootstrap 方法采用重复随机抽样在原始数据中抽取 n 个 Bootstrap 样本(本研究中 $n = 5000$),生成并保存 n 个中介效应值,形成一个近似抽样分布,同时计算出中介效应的

2.3 利他意愿对基本心理需要满足、自尊、积极和消极情绪的影响

采用多因变量方差分析比较乐捐组、志工组和控制组被试在基本心理需要满足、自尊、积极情绪和消极情绪上的组间差异,控制变量为前测情绪,见表 1,乐捐组、志工组和控制组被试的关系性需要满足、自尊、积极情绪和消极情绪存在显著的组间差异。进一步事后比较发现(见表 2),乐捐组被试的关系性需要满足水平显著高于志工组和控制组被试,而志工组和控制组被试的关系性需要满足水平不存在显著差异;乐捐组和志工组被试的自尊和积极情绪水平显著高于控制组被试,而乐捐组和志工组被试的自尊和积极情绪水平不存在显著差异;乐捐组被试的消极情绪水平显著低于控制组,而乐捐组与志工组和志工组与控制组被试的消极情绪水平均不存在显著差异。

2.4 关系性需要满足和自尊的中介作用

对于乐捐组被试而言,相关分析结果表明(见表 3),捐款意愿与关系性需要满足、自尊、积极情绪和消极情绪呈显著相关,关系性需要满足、自尊与积极情绪和消极情绪呈显著相关。

平均路径系数,若这些平均路径系数 95%的置信区间不包括 0,则说明中介效应显著^[32]。检验结果见表 4,关系性需要满足和自尊在捐款意愿与积极情绪之间的中介作用显著(Effect = 0.05, SE = 0.02, 95% CI = [0.02, 0.09]; Effect = 0.07, SE = 0.02, 95% CI = [0.03, 0.11]),关系性需要满足和自尊在捐款意愿与消极情绪之间的中介作用不显著

(Effect=-0.04, SE=0.02, CI=[-0.08, 0.00]; Effect=-0.03, SE=0.02, CI=[-0.06, 0.00])。

对于志工组被试而言,相关分析结果表明(见表 3),志愿服务意愿与自尊呈显著相关,自尊与积极情

绪呈显著相关。采用非参数 Bootstrap 方法检验自尊的中介效应的显著性,检验结果表明(见表 4),自尊在志愿服务意愿与积极情绪之间的中介作用显著 (Effect=0.26, SE=0.07, 95% CI=[0.12, 0.41])。

表 4 各路径的 Bootstrap 分析

| 路 径 | 效应值 | 标准误 | 95%置信区间 | | |
|-----|-------------------|-------|---------|-------|-------|
| | | | 下限 | 上限 | |
| 乐捐组 | 捐款意愿→积极情绪 | 0.17 | 0.05 | 0.08 | 0.27 |
| | 捐款意愿→消极情绪 | -0.09 | 0.07 | -0.21 | -0.04 |
| | 捐款意愿→关系性需要满足→积极情绪 | 0.05 | 0.02 | 0.02 | 0.09 |
| | 捐款意愿→自尊→积极情绪 | 0.07 | 0.02 | 0.03 | 0.11 |
| | 捐款意愿→关系性需要满足→消极情绪 | -0.04 | 0.02 | -0.08 | 0.00 |
| | 捐款意愿→自尊→消极情绪 | -0.03 | 0.02 | -0.06 | 0.00 |
| 志工组 | 志愿服务意愿→积极情绪 | 0.05 | 0.09 | -0.13 | 0.24 |
| | 志愿服务意愿→自尊→积极情绪 | 0.26 | 0.07 | 0.12 | 0.41 |

2.5 性别差异分析

采用非参数 Bootstrap 方法检验有中介的调节效应的显著性(Model 8)^[31],有中介的调节效应示意模型如图 1 所示。对于乐捐组被试而言,检验结果表明捐款意愿对积极情绪的预测不存在显著的性别差异(男生: Effect=0.07, SE=0.05, 95% CI=[0.03, 0.17]; 女生: Effect=0.12, SE=0.07, 95% CI=[0.01, 0.15]),而捐款意愿对消极情绪的预测存在显著的性别差异(男生: Effect=0.00, SE=0.08, 95% CI=[-0.16, 0.16]; 女生: Effect=-0.24, SE=0.11, 95% CI=[-0.46, -0.03]),捐款意愿能够显著降低女生组被试的消极情绪但不能显著降低男生组被试的消极情绪。关系性需要满足和自尊在捐款意愿与积极情绪之间的中介作用存在显著的性别差异,女生组被试的捐款意愿能够通过关系性需要满足和自尊预测积极情绪(关系性需要满足: Effect=0.17, SE=0.03, 95% CI=[0.11, 0.24]; 自尊: Effect=0.11, SE=0.04, 95% CI=[0.05, 0.19]),而男生组被试的捐款意愿则不能够通过关系性需要满足和自尊预测积极情绪(关系性需要满足: Effect=0.02, SE=0.02, 95% CI=[-0.06, 0.03]; 自尊: Effect=0.02, SE=0.02, 95% CI=[-0.02, 0.07])。关系性需要满足和自尊在捐款意愿与消极情绪之间的中介作用存在显著的性别差异,女生组被试的捐款意愿能够通过关系性需要满足和自尊预测消极情绪(关系性需要满足: Effect=-0.06, SE=0.05, 95% CI=[-0.16, -0.03]; 自尊: Effect=-0.06, SE=0.04, 95% CI=[-0.16, -0.04]),而男生组被试的捐款意愿则不能够通过关系性需要满足和自尊预测消极情绪(关系性需要满足: Effect=0.00, SE=0.01, 95% CI=[-0.04, 0.00]; 自尊: Effect=0.01, SE=0.02, 95% CI=[-0.05, 0.02])。

对于志工组被试而言,检验结果表明志愿服务意愿对积极情绪的预测不存在显著的性别差异(男

生: Effect=0.00, SE=0.13, 95% CI=[-0.25, 0.25]; 女生: Effect=0.11, SE=0.14, 95% CI=[-0.16, 0.38])。自尊在志愿服务意愿与积极情绪之间的中介作用存在显著的性别差异,女生组被试的志愿服务意愿能够通过自尊预测积极情绪 (Effect=0.51, SE=0.12, 95% CI=[0.29, 0.77]),而男生组被试的志愿服务意愿则不能够通过自尊预测积极情绪 (Effect=0.03, SE=0.09, 95% CI=[-0.14, 0.20])。

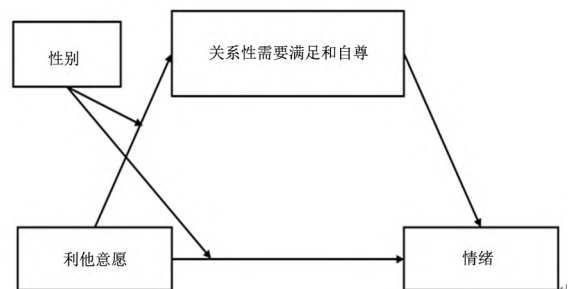


图 1 有中介的调节效应示意模型

3 讨论

本研究考察了利他意愿对大学生负性情绪的调节作用,结果发现利他意愿能够调节大学生的负性情绪,即个体的利他意愿水平越高,越能够降低其自身的负性情绪。Anderson 研究发现,给予他人关爱并得到他人肯定时,个体的积极情绪甚至能够驱散原有的焦虑和恐惧情绪^[33]。本研究中,通过让被试阅读材料诱发其负性情绪,再作答乐捐组或志工组题目使其产生利他意愿,结果表明在被试产生利他意愿后,其自身的负性情绪明显降低。因此,本研究同 Anderson 的研究结果一致,说明利他意愿可以有效地调节个体的负性情绪。反应转变理论认为当个体体验到他们的健康状况或幸福感有变化时,他们会改变自己的内在标准、价值观或对于某个目标的构念^[34-35]。很多心理疾病是人们过于自我中心导致的,利他行为能够帮助个体摆脱先前的自我参照

模型,从聚焦自我中解脱出来而去关注于外界和他人利益,并重构自己的人生意义和价值体系。一旦做到这一点,他们的生命质量就能得到提升,身心和谐健康的状态也就得以达成。这意味着利他主义是面对日常生活中诸多问题的特殊应对机制,即通过无私的行为帮助个体自身摆脱日常生活中的问题。与此同时,当人们在情感上沉浸在利他中时,消极的情绪可以被积极的情绪所取代^[36]。因此,利他行为可以被视为调节负性情绪的有效方式。

本研究还考察了关系性需要满足和自尊的中介作用,首先结果发现关系性需要满足在利他意愿与积极情绪之间具有显著的中介作用。自我决定理论认为,人类具有 3 种基本心理需要,分别为自主性需要、能力感需要和关系性需要,3 种基本心理需要对于个体的幸福感具有独立的积极预测作用^[37]。Jiang 等通过问卷调查和实验研究,证明了关系性需要满足在慈善行为与幸福感之间具有重要作用^[38]。利他行为能够降低个体的社会隔离感、增强其社会关联感,在实施利他行为的过程中,个体与他人的社会联系得到增强。当个体的关系性需要得到满足时,这种满足会使其感受到自身价值,并朝着自我完善、自我提升等积极的方向发展。因此,本研究结果与 Jiang 等研究结果一致,关系性需要满足在利他意愿与积极情绪之间的中介作用显著。但本研究并未发现自主性需要和能力感需要满足的中介作用,原因可能在于文化背景的差异性影响。已有研究表明,文化背景会对个体的基本心理需要产生重要影响。Oyserman 等研究发现自主性需要在崇尚个人主义文化的国家中更受重视,而集体主义文化背景的国家更重视关系性需要^[39]。在集体主义文化背景中,个体之间相互依赖,拥有共同的群体目标,自身的利益同集体的利益紧密相连,个体对他人的需求会更加敏感,重视同他人的联系。因此,关系性需要满足在集体主义国家中的重要性会高于其它两种需要满足。

本研究还发现自尊在利他意愿与积极情绪之间具有显著的中介作用,即利他行为能够提升个体的自尊水平,而自尊水平的提升又能够给个体带来积极情绪。Feng 和 Guo 研究发现利他行为有利于提升幸福感水平,自尊在其中起中介作用,但并未直接探讨利他行为对负性情绪的调节作用^[40],这也是本研究的创新之处——关注到了利他对负性情绪的调节作用。在实施利他行为的过程中,个体的能力可以得到他人认可,降低了因缺乏自信带来的焦虑,丰富了自身经验,提高了自我效能感。相关研究证明自尊在减少焦虑和抑郁以及提升幸福感方面具有重要作用^[41]。利他主义者通常更容易为他人提供帮

助并且对周围人的需要更为敏感,他们通常更有可能与他人建立亲密和温暖的关系^[42]。人们也更倾向于积极地评价利他主义者并使他们感到被接受,从而提高他们的自我价值感^[42-43]。因此,利他行为可以增强个体的价值感等,这些感受是自尊的重要来源^[20],进而有利于积极情绪的提升。

本研究中值得注意的是,利他意愿对情绪的影响存在显著的性别差异,具体而言,女生组被试的结果显著,男生组被试的结果不显著。研究发现,男性个体特质有两个方面,分别为“工具性”和“独立性”,对于男性群体而言,他们大多关注自身的支配和领导能力,独立自主意识较强;女性个体特质则主要是“移情性”,即女性群体比较感性,人际敏感度较高^[44]。在本研究中,乐捐组和志工组女生被试的负性情绪得到显著调节,可能因为女性个体的情绪更为细腻、比较感性,对周边人以及人际关系的敏感度较高,在产生利他意愿后更容易感知到由此带来的“慈善感”,有助于提升其积极情绪,缓解其负性情绪;而男性个体特质比较理性,对情绪感知的敏感度比较低,因此利他意愿对于女生被试情绪的作用更为显著。综上,根据本研究,利他意愿、关系性需要满足和自尊对个体负性情绪的调节具有重要作用。因此,在对大学生进行思想政治教育和心理健康教育时,应当重视培养大学生的利他意愿,鼓励他们积极主动地从事利他行为,有利于提升大学生的关系性需要满足和自尊水平,进而更好地调节大学生的负性情绪。

参考文献

- [1]唐慧,丁伶灵,宋秀丽,等.2002—2011 年中国大学生抑郁情绪检出率的 Meta 分析[J].吉林大学学报(医学版),2013,39(5):965-969
- [2]Tang F, Xue F Z, Qin P. The interplay of stressful life events and coping skills on risk for suicidal behavior among youth students in contemporary China: A large scale cross-sectional study[J]. BMC Psychiatry, 2015, 15: 182
- [3]Fehr E, Fischbacher U. The nature of human altruism[J]. Nature, 2003, 425: 785-791
- [4]Crocker J, Canevello A, Brown A. Social motivation: Costs and benefits of selfishness and otherishness[J]. Annual Review of Psychology, 2017, 68(1): 299-325
- [5]Mogilner C, Chance Z, Norton M I. Giving time gives you time [J]. Psychological Science, 2012, 23(10): 1233-1238
- [6]谢晓非,王逸璐,顾思义,等.利他仅仅利他吗?——进化视角的双路径模型[J].心理科学进展,2017,25(9):1441-1455
- [7]Caprara G V, Steca P. Self-efficacy beliefs as determinants of prosocial behavior conducive to life satisfaction across ages[J]. Journal of Social and Clinical Psychology, 2005, 24(2): 191-217
- [8]Musick M A, Wilson J. Volunteering and depression: The role of psychological and social resources in different age groups[J]. Social Science and Medicine, 2003, 56(2): 259-269
- [9]吴燕,罗跃嘉.利他惩罚中的结果评价——ERP 研究[J].心理学

- 报, 2011, 43(6): 661-673
- [10] 杨牧贞, 陈沐新. 利他意愿在调节负向情绪上的效果[J]. 教育心理学报, 2011, 42(4): 701-718
- [11] Deci E L, Ryan R M. The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior[J]. *Psychological Inquiry*, 2000, 11(4): 227-268
- [12] Chirkov V I, Ryan R M, Willnes C. Cultural context and psychological needs in Canada and Brazil: Testing a self-determination approach to the internalization of cultural practices, identity and well-being[J]. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 2005, 36(4): 423-443
- [13] Schwartz C E, Sendor M. Helping others helps oneself: Response shift effects in peer support[J]. *Social Science and Medicine*, 1999, 48(11): 1563-1575
- [14] Hill G, Howell R T. Moderators and mediators of pro-social spending and well-being: The influence of values and psychological need satisfaction[J]. *Personality and Individual Differences*, 2014, 69: 69-74
- [15] Reis H, Sheldon K, Gable S L, et al. Daily well-being: The role of autonomy, competence, and relatedness[J]. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2000, 26(4): 419-435
- [16] Leary M, Schreindorfer L S, Haupt A L. The role of self-esteem in emotional and behavioral problems: Why is low self-esteem dysfunctional[J]. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 1995, 14(3): 297-314
- [17] 杨丽珠, 张丽华. 论自尊的心理意义[J]. *心理学探新*, 2003, 23(4): 10-12+16
- [18] Mann M, Hosman C M, Schaalma H P, et al. Self-esteem in a broad-spectrum approach for mental health promotion[J]. *Health Education Research*, 2004, 19(4): 357-372
- [19] Mongrain M, Chin J M, Shapira L B. Practicing compassion increases happiness and self-esteem[J]. *Journal of Happiness Studies*, 2011, 12(6): 963-981
- [20] Son J, Wilson J. Volunteer work and hedonic, eudemonic, and social well-being[J]. *Sociological Forum*, 2012, 27(3): 658-681
- [21] Krause N, Shaw B A. Giving social support to others, socioeconomic status, and changes in self-esteem in late life[J]. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 2000, 55(6): 323-333
- [22] Ryff C D, Singer B H. Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being[J]. *Journal of Happiness Studies*, 2008, 9(1): 13-39
- [23] Diener E, Nickerson C, Lucas R E, et al. Dispositional affect and job outcomes[J]. *Social Indicators Research*, 2002, 59(3): 229-259
- [24] Johnson E J, Tversky A. Affect, generalization, and the perception of risk[J]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1983, 45(1): 20-31
- [25] Weinstein N, Ryan R M. When helping helps: Autonomous motivation for prosocial behavior and its influence on well-being for the helper and recipient[J]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2010, 98(2): 222-244
- [26] 冯琳琳. 亲社会行为对幸福感的影响及其心理机制[M]. 北京: 中国社会科学出版社, 2018
- [27] Rosenberg M. Society and the adolescent self-image[M]. Princeton, NJ: Princeton University Press, 1965
- [28] 卜钰, 陈丽华, 郭海英, 等. 情感虐待与儿童社交焦虑: 基本心理需要和自尊的多重中介作用[J]. *中国临床心理学杂志*, 2017, 25(2): 203-207
- [29] Watson D, Clark L A, Tellegen A. Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales[J]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1988, 54(6): 1063-1070
- [30] 邱林, 郑雪, 王雁飞. 积极情感消极情感量表(PANAS)的修订[J]. *应用心理学*, 2008, 14(3): 249-254+268
- [31] Hayes A F. Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach[M]. New York: Guilford Press, 2013
- [32] Preacher K J, Hayes A F. Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models[J]. *Behavior Research Methods*, 2008, 40(3): 879-891
- [33] Anderson N B. Emotional longevity: What really determines how long you live[M]. New York: Viking, 2003
- [34] Schwartz C E, Sprangers M A. Methodological approaches for assessing response shift in longitudinal health-related quality-of-life research[J]. *Social Science and Medicine*, 1999, 48(11): 1531-1548
- [35] Schwartz C E, Keyl P, Bode R, et al. Helping others shows differential benefits on health and well-being for male and female teens[J]. *Journal of Happiness Studies*, 2009, 10(4): 431-448
- [36] Sternberg E M. The balance within: The science connecting health and emotions[M]. New York, NY: Freeman, 2001
- [37] Ryan R M, Deci E L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being[J]. *American Psychologist*, 2000, 55(1): 68-78
- [38] Jiang J, Zeng T R, Zhang C, et al. The mediating role of relatedness need satisfaction in the relationship between charitable behavior and well-being: Empirical evidence from China[J]. *International Journal of Psychology*, 2016, 53(5): 349-355
- [39] Oyserman D, Coon H M, Kimmelmeier M. Rethinking individualism and collectivism: Evaluation of theoretical assumptions and meta-analyses[J]. *Psychological Bulletin*, 2002, 128(1): 3-72
- [40] Feng L L, Guo Q K. Beneficial effect of altruism on well-being among Chinese college students: The role of self-esteem and family socioeconomic status[J]. *Journal of Social Service Research*, 2016, 43(3): 416-431
- [41] Sowislo J F, Orth U. Does low self-esteem predict depression and anxiety? A meta-analysis of longitudinal studies[J]. *Psychological Bulletin*, 2013, 139(1): 213-240
- [42] Leary M R, Baumeister R F. The nature and function of self-esteem: Sociometer theory. In Zanna M P (Ed.), *Advances in experimental social psychology* [M]. San Diego, CA: Academic Press, 2000: 1-62
- [43] Leary M R. Sociometer theory and the pursuit of relational value: Getting to the root of self-esteem[J]. *European Review of Social Psychology*, 2005, 16(1): 75-111
- [44] 陈燕飞, 苗元江. 大学生性别角色与幸福感的相关研究[J]. *中国科技论文在线*, 2009

(收稿日期: 2022-02-19)