

# 亲社会自主动机对青少年幸福感及亲社会行为的影响： 基本心理需要满足的中介作用<sup>\*</sup>

杨 莹 寇 彧

(北京师范大学发展心理研究所, 应用实验心理北京市重点实验室, 北京 100875)

**摘 要:** 本研究探讨了亲社会自主动机对青少年幸福感和亲社会行为的影响, 并检验了基本心理需要满足的中介作用。研究 1 以 293 名青少年为研究对象, 通过问卷法考察了亲社会自主动机、基本心理需要满足、幸福感和亲社会行为的关系; 研究 2 以 205 名青少年为研究对象, 通过实验法操纵亲社会自主动机 (vs. 受控动机), 并考察其对基本心理需要满足、幸福感和亲社会行为的影响。研究结果表明, 亲社会自主动机显著正向预测青少年的幸福感和亲社会行为, 并且基本心理需要满足在亲社会自主动机对幸福感和亲社会行为的预测中都起到了中介作用; 相反, 亲社会受控动机则不利于青少年基本心理需要的满足, 进而不能有效地提升其幸福感和亲社会行为。

**关键词:** 亲社会行为; 自主动机; 幸福感; 基本心理需要满足; 青少年

分类号: B844

## 1 引言

常言说“赠人玫瑰, 手有余香”。亲社会行为是个体获得幸福感的重要途径 (Dunn, Aknin, & Norton, 2008)。研究表明, 亲社会行为表现更多的青少年拥有更高的积极情绪 (Gilman, 2001)、生活满意度 (Sun & Shek, 2010) 及幸福感 (Yang, Li, Fu, & Kou, 2016)。然而, 近些年有些媒体的报道也让我们顿生反感“在一所初中门口, 老师拿本子登记学生捐款数, 很多学生跟风捐款超百元。家长们觉得学校和老师在强制孩子多捐款。” (胡乐乐, 2013)。这样的行为打着慈善的幌子却带有强制的味道, 显然不能让人体验到幸福感。如何让青少年体验并相信“助人为乐”, 如何促进青少年亲社会行为的发展是教育者关注的重点。

亲社会行为具有多样化的动机及功能 (张庆鹏, 寇彧, 2012)。自我决定理论 (Self-determination Theory) 根据行为是否出于个体的主观意志, 将亲社会动机分为自主动机 (autonomous motivation) 和受控动机 (controlled motivation) (Weinstein & Ryan, 2010)。亲社会自主动机指行为由个体自主实施, 行为的动力来自于个体的道德价值观和内在认同, 即行动者真心地想要使接受者受惠; 而亲社会受控

动机则指行为是由于个体迫于感知到的内外压力、认为自己不得不帮助他人时而实施的, 例如个体为避免羞愧或惩罚而顺从他人的要求 (Ryan & Connell, 1989)。研究发现, 相比于受控动机, 亲社会自主动机可使行动者主观上体验到更强的幸福感 (Weinstein & Ryan, 2010), 更高的生活满意度 (Kwok, Chui, & Wong, 2013), 更多的积极情绪和更少的消极情绪 (Gebauer, Riketta, Broemer, & Maio, 2008)。相反, 由外部奖励诱发的帮助行为会使助人者感知到自己的低利他性 (Batson, Coke, Jasnoski, & Hanson, 1978), 迫于压力而进行志愿服务的个体也报告了较低的生活满意度 (Finkelstein, Penner, & Brannick, 2005)。

自我决定理论认为人类具有三种基本心理需要: 自主性、关系性与能力感需要 (Deci & Ryan, 2000)。其中, 自主性是指个体在一定程度上决定自己行为的需要; 关系性是指个体获得归属感的需要, 即对来自环境或他人的关爱与支持的需要; 能力感是指个体能够胜任一定活动的需要 (喻承甫等, 2012)。三种基本心理需要的满足是个体获得幸福感的源泉 (Deci & Ryan, 2000)。例如, 基本心理需要满足可以提高活力感 (Sheldon, Ryan, & Reis, 1996)、自尊与心理健康水平 (Ilardi, Leone, Kasser,

<sup>\*</sup> 基金项目: 教育部人文社会科学重点研究基地项目 (16JJD880007); 积极心理学研究基金: 京民基证字第 0020344 号 2015-01-005; 中央高校基本科研业务费专项资金资助。

通讯作者: 寇彧, E-mail: kouyu@bnu.edu.cn

& Ryan, 1993) 及积极情绪( Reis, Sheldon, Gable, Roscoe, & Ryan, 2000), 也能够降低抑郁与焦虑( La Guardia, Ryan, Couchman, & Deci, 2000)。研究发现亲社会自主动机能够促进三种基本需要的满足( Gagné, 2003): 亲社会自主动机使行动者体验到自控感, 因而满足了自主性需要( Weinstein & Ryan, 2010); 亲社会自主动机通过增强归属感( Piliavin & Siegl, 2007), 可以满足关系性需要; 亲社会自主动机还能提高个体的效能感并促进其社会技能的发展( Caprara et al., 2014), 因此满足了能力感需要。相反, 受控动机激发的亲社会行为则使行动者感到自己是被动帮助他人的( De Charms, 2013), 由于亲社会行为并非出自个体的自主意愿, 所以不仅削弱了行动者的能力感( Weinstein & Ryan, 2010), 而且降低了与他人的亲密感( Weinstein, DeHaan, & Ryan, 2010), 自然不能给行动者带来快乐( Leung, Kier, Fung, Fung, & Sproule, 2013)。由此可以推论, 基本心理需要满足可能是亲社会自主动机促进幸福感的潜在中介机制。

然而, 上述研究结果大多是基于西方成人被试得到的。以往关于青少年亲社会自主动机特点的研究发现, 移情水平越高、道德推理水平越成熟的青少年亲社会自主动机的水平也越高( Ryan & Connell, 1989), 但尚未有研究探讨青少年亲社会自主动机对其幸福感的影响。因此本研究拟探讨亲社会自主动机对中国青少年幸福感的影响及其潜在心理机制。我们推测, 亲社会自主动机能够正向预测幸福感, 并且基本心理需要满足起到中介作用。

此外, 尚未有研究直接探讨亲社会自主动机对亲社会行为的影响, 但间接证据为澄清二者的关系提供了依据。例如, Chernyak 和 Kushnir (2013) 发现, 当幼儿可以自己选择是否与他人分享玩具并自己决定分享方式时, 会表现出更多的亲社会行为, 而且这种行为还具有跨情境的迁移效应。而学校强制要求青少年参与志愿服务却降低了个体的道德责任感, 进而减弱了其志愿服务的意愿( Stukas, Snyder, & Clary, 1999)。而且基本心理需要满足程度更高的青少年亲社会行为表现也更多( Gagné, 2003)。由此, 我们推测, 亲社会自主动机也能正向预测青少年的亲社会行为, 且基本心理需要满足将起到中介作用。

综上, 本研究拟通过两项子研究探讨亲社会自主动机对青少年幸福感及亲社会行为的影响, 并检验基本心理需要满足的中介作用。首先, 研究 1 通

过问卷法考察青少年亲社会自主动机、基本心理需要满足、幸福感及亲社会行为之间的相关关系。其次, 研究 2 采用实验法, 通过假设情境操纵亲社会自主动机( vs. 受控动机), 并测量基本心理需要满足、幸福感及亲社会行为, 进一步检验这四者之间的因果关系。

## 2 研究 1 问卷研究: 亲社会自主动机与基本心理需要满足、幸福感及亲社会行为的关系

### 2.1 研究对象

陕西省某中学高一学生共 302 人参加了研究 1, 其中 9 人作答倾向明显( 例如, 所有题目全选“1”) 而被剔除。有效样本 293 人( 男生 143 人;  $M_{\text{年龄}} = 16.50$ ,  $SD_{\text{年龄}} = 0.85$ )。

### 2.2 研究工具

#### 2.2.1 亲社会自我调节问卷

亲社会自主动机采用亲社会自我调节问卷( Prosocial Self-Regulation Questionnaire; Ryan & Connell, 1989) 测量。该问卷适用于儿童青少年群体, 共 25 个题目, 包括认同调节( 10 道题目)、内摄调节( 10 道题目)、外部调节( 5 道题目) 三个维度。认同调节指实施亲社会行为是出于自己的价值观; 内摄调节指实施亲社会行为是要获得他人的积极评价或避免内疚; 外部调节指实施亲社会行为是迫于外在的压力, 为了避免惩罚或获得奖赏。我们根据亲社会相对自主动机 = 认同调节 - 内摄调节 - 2 × 外部调节的公式计算亲社会相对自主动机的水平( Williams, Grow, Freedman, Ryan, & Deci, 1996), 得分越高说明亲社会相对自主动机越强。问卷采用 4 点计分( 1 = 非常不符合, 4 = 非常符合), 本研究中总量表  $\alpha$  系数为 0.77, 各分量表  $\alpha$  系数为: 0.74 ( 认同调节)、0.71 ( 内摄调节)、0.62 ( 外部调节)。对该量表进行验证性因素分析, 拟合指标良好:  $\chi^2/df = 1.282$ , RMSEA = 0.031, CFI = 0.950, TLI = 0.938。

#### 2.2.2 基本心理需要满足量表

本研究采用简版基本心理需要满足量表( Basic Psychological Need Satisfaction; La et al., 2000) 调查青少年基本心理需要满足程度。该量表共 9 道题目, 包括自主性、能力感及关系性需要三个维度。量表采用 7 点评定( 1 = 完全不符合, 7 = 完全符合), 平均分越高代表基本心理需要满足程度越高。本研

究中量表  $\alpha$  系数为 0.64,对该量表进行验证性因素分析,拟合指标良好:  $\chi^2/df = 1.784$ , RMSEA = 0.052, CFI = 0.954, TLI = 0.922。

### 2.2.3 幸福感

幸福感由两个工具测量,让青少年根据自己对生活的整体感受对每道题目进行评估:(1)积极/消极情感量表(陈文峰,张建新,2004),包括14个题目,采用4点计分(1=没有,4=经常有),得分越高说明在情感体验上越积极/消极。本研究中积极和消极情感分量表  $\alpha$  系数分别为 0.73 和 0.78,对该量表进行验证性因素分析,得到拟合指标为:  $\chi^2/df = 1.434$ , RMSEA = 0.038, CFI = 0.963, TLI = 0.953;(2)生活满意度量表(Satisfaction with Life Scale; Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985),包括5道题目,采用5点计分(1=完全不符合,5=完全符合),平均分越高表示生活满意度越高,量表  $\alpha$  系数为 0.66。对生活满意度量表进行验证性因素分析得到拟合指标良好:  $\chi^2/df = 2.168$ , RMSEA = 0.063, CFI = 0.969, TLI = 0.939。我们对积极/消极情感得分和生活满意度得分进行标准化,然后根据幸福感 = 积极情感 + 生活满意度 - 消极情感的公式计算幸福感水平(Jiang, Song, Ke, Wang, & Liu, 2016)。

### 2.2.4 亲社会行为

本研究采用青少年亲社会行为量表(杨莹,张梦圆,寇彧,2016)测量亲社会行为。该量表采用7点计分(1=完全不符合,7=完全符合)。全量表共15道题目,包括利他性(4道题目)、遵规公益性(5道题目)、关系性(3道题目)及特质性(3道题目)四个维度。总平均分越高代表亲社会行为表现越好,本研究中量表  $\alpha$  系数为 0.80。对该量表进行验证性因素分析,得到拟合指标良好:  $\chi^2/df = 1.331$ , RMSEA = 0.034, CFI = 0.968, TLI = 0.954。

### 2.2.5 社会赞许性

为了控制被试社会赞许性倾向的影响,本研究采用16个题目的态度与意见调查中的期望性作答量表(RD16; Schuessler, Hittle, & Cardascia, 1978)测量被试的社会赞许性。量表为7点计分(1=非常不符合,7=非常符合)。本研究中该问卷  $\alpha$  系数为 0.77。对该量表进行验证性因素分析得到拟合指标良好:  $\chi^2/df = 1.479$ , RMSEA = 0.040, CFI = 0.946, TLI = 0.932。

## 2.3 研究程序 and 数据处理

正式研究前,研究者向学校负责人解释研究目

的,请学校审查研究问卷,获得学校同意,并向青少年介绍本研究,告诉学生与家长商量后再决定是否参加。正式研究时,主试向愿意参加的被试分发问卷,并告知被试在研究过程中可随时退出。主试为经过培训的心理专业研究生,要求被试根据指导语认真作答,所有问卷当场回收。本研究采用 SPSS 20.0 和 Mplus 7.0 进行数据分析处理,并采用 Bootstrap 法对中介效应进行检验。Bootstrap 法用重复随机抽样的方法在原始数据中抽取  $n$  个(在本研究中  $n = 1000$ ) Bootstrap 样本,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平均路径系数,如果这些平均路径系数的 95% 的置信区间没有包括 0,则表明中介效应显著(Preacher & Hayes, 2008)。

### 2.4 共同方法偏差检验

由于研究1均采用青少年自我报告法收集数据,可能会导致共同方法偏差效应。因此,首先采用 Harman 单因子检验对共同方法偏差进行检验,结果发现,未旋转情况下特征值大于1的因子共27个,并且第一因子变异解释率为 13.06%,小于 40% 的临界标准,表明共同方法偏差问题不明显。

## 2.5 研究结果

如表1所示,青少年亲社会相对自主动机与基本心理需要满足、幸福感及亲社会行为呈显著正相关,基本心理需要满足与幸福感及亲社会行为显著正相关。

表1 各变量的描述统计及变量间相关关系

变量	$M(SD)$	1	2	3	4
1 亲社会相对自主动机	-2.96 (1.26)	—			
2 基本心理需要满足	4.69 (0.74)	0.23***	—		
3 幸福感	0.06 (2.16)	0.20***	0.55***	—	
4 亲社会行为	4.87 (0.75)	0.19**	0.50***	0.35***	—

注: \*  $p < 0.05$ , \*\*  $p < 0.01$ , \*\*\*  $p < 0.001$ ,下同。

在控制了性别(0=男,1=女)、年龄和社会赞许性的情况下,以亲社会相对自主动机为自变量、基本心理需要满足为中介变量、幸福感和亲社会行为为因变量,进行中介模型检验。如图1所示,亲社会相对自主动机显著预测了基本心理需要满足( $\beta = 0.23$ ,  $p < 0.001$ ),基本心理需要满足显著预测了幸福感( $\beta = 0.32$ ,  $p < 0.001$ )及亲社会行为( $\beta = 0.29$ ,  $p < 0.001$ )。基本心理需要满足在亲社会相对自主动机对幸福感影响中的中介效应显著(中介效应 = 0.07, SE = 0.02,  $p < 0.01$ , 95% CI = [0.03, 0.12])。在亲社会相对自主动机对亲社会行

为影响中的中介效应显著(中介效应 = 0.07, SE = 0.02,  $p < 0.01$ , 95% CI = [0.02, 0.11])。将基本心理需要满足纳入中介模型后,亲社会相对自主动机对幸福感的影响从  $\beta = 0.17$  ( $p < 0.01$ ) 下降为  $\beta = 0.10$  ( $p < 0.05$ ),亲社会相对自主动机对亲社会行为的影响从  $\beta = 0.16$  ( $p < 0.01$ ) 下降为  $\beta = 0.09$  ( $p = 0.06$ )<sup>①</sup>。

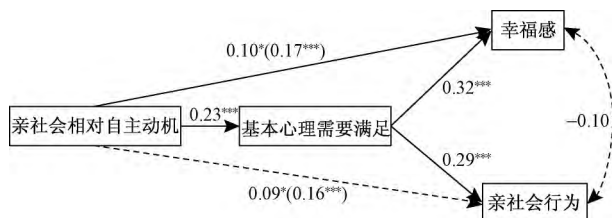


图1 基本心理需要满足在亲社会相对自主动机与幸福感和亲社会行为关系中的中介作用

注:单向箭头表示变量间的预测作用,括号里数值为预测变量对结果变量的总效应,括号外数值为纳入中介变量后预测变量对结果变量的直接效应;双向箭头表示幸福感和亲社会行为这两个因变量未被预测变量和中介变量解释的残差之间的相关;图中实线表示系数显著,虚线表示系数不显著;为了简洁性,控制变量未呈现在模型图中。下同。

## 2.6 研究1小结

研究1通过问卷测量法初步验证了研究假设,即亲社会相对自主动机显著正向预测青少年的幸福感和亲社会行为,且基本心理需要满足中介了亲社会相对自主动机对幸福感和对亲社会行为的预测作用。然而研究1采用问卷测量,横断研究设计对中介效应的分析可能存在偏差(Maxwell & Cole, 2007),其相关研究的本质并也不能证明变量间的因果关系。因此,研究2采用实验法操纵亲社会自主动机,进一步验证亲社会自主动机对幸福感和亲社会行为的影响及基本心理需要满足的中介作用。

## 3 研究2 实验研究:亲社会自主动机对基本心理需要满足、幸福感及亲社会行为的影响

研究2以捐款为背景编制假设情境问卷,操纵亲社会动机(自主动机/受控动机),探讨其对基本

心理需要满足、幸福感及亲社会行为的影响。由于亲社会行为是受到社会赞许的行为,若是报告自己的亲社会行为,青少年可能倾向于采用社会认可的方式进行报告从而产生偏差(Paulhus, 1984),因此研究2采用投射测验的方法,即让被试报告情境中主人公的心理和行为意向,以降低被试作答时的社会赞许性反应。

### 3.1 研究对象和研究设计

陕西省某中学205名高一学生(男生100人;  $M_{\text{年龄}} = 16.99$ ,  $SD_{\text{年龄}} = 0.79$ )参加了研究2。研究为单因素两水平被试间设计(亲社会动机:自主动机/受控动机),随机将被试分配到自主动机( $n = 103$ ,男生48人)或受控动机( $n = 102$ ,男生52人)条件中。

### 3.2 研究工具

#### 3.2.1 基线幸福感

由于青少年自身的幸福感水平可能干扰自变量对因变量的效应,因此在实验操纵前,我们先采用积极/消极情感量表(同研究1),让被试评定自身此刻的感受,以此作为基线幸福感水平,在数据分析时加以控制(研究2中积极/消极情感 $\alpha$ 系数分别为0.78/0.72,验证性因素分析指标良好: $\chi^2/df = 1.355$ , RMSEA = 0.042, CFI = 0.955, TLI = 0.945)。

#### 3.2.2 自编亲社会动机操纵情境

自主动机的情境阅读材料如下:

“九九重阳节是中华民族的传统节日,为了弘扬尊老敬老的传统美德,学校将每年的10月定为敬老活动月。今年,学校组织开展“为敬老院孤寡老人献爱心”的募捐活动。敬老院的这些孤寡老人没有子女资助和陪伴,生活非常艰苦且孤独。同学们可以按照自己的意愿为他们捐款,从而改善老人的生活。李华是该校的一名高中生,他一周的零花钱有30元。在学校开展的这项活动中,李华捐出了20元钱<sup>②</sup>。”

受控动机的情境阅读材料如下:

“……生活非常艰苦且孤独。学校规定每个学生必须至少捐20元钱来改善这些老人的生活。李华是该校的一名高中生,他一周的零花钱有30元。在学校开展的这项活动中,李华按照学校的规定捐了20元。”

① 由于以往研究认为亲社会行为是促进幸福感的途径,我们尝试了亲社会行为对幸福感的预测路径,考察是否存在亲社会相对自主动机→基本心理需要满足→亲社会行为→幸福感的多重中介效应。结果发现亲社会行为对幸福感的预测不显著( $\beta = -0.10$ ,  $p = 0.08$ ),基本心理需要满足和亲社会行为的多重中介效应也不显著(中介效应 = -0.01, SE = 0.01,  $p = 0.12$ , 95% CI = [-0.02, 0.01])。

② 为了增加情境真实性,前期通过对该校教师的访谈了解到该校学生零花钱约为30元/周,对该校65名高一学生的预调查发现,如果有30元钱,他们愿意捐款的金额平均值是19.29元,因此设置情境中捐款金额为20元。

### 3.2.3 操纵检验

从帮助动机量表(Weinstein & Ryan, 2010)选取了6道题目用以检验操纵效果。让被试根据情境判断李华捐款的原因并对条目进行从“1 = 完全不符合”到“7 = 完全符合”的评定。6道题目中有3道题目测查自动机“他觉得这么做很重要”“他觉得这件事很有价值”“因为他很乐意捐款”(α = 0.79);有3道题目测查受控动机“如果不捐款他会觉得自己是个坏人”“如果他不捐款其他人会生气”“因为他感到自己不得不捐款”(α = 0.63)。对6道操纵检验题目进行验证性因素分析,拟合指标良好:  $\chi^2/df = 1.733$ , RMSEA = 0.060, CFI = 0.983, TLI = 0.963。

### 3.2.4 基本心理需要满足

采用简版基本心理需要满足量表(同研究1),让被试根据情境对9道题目进行评定(研究2中该量表α系数为0.72,验证性因素分析指标良好:  $\chi^2/df = 1.462$ , RMSEA = 0.047, CFI = 0.966, TLI = 0.947)。

### 3.2.5 幸福感

从积极消极情绪自评量表(PANAS; Watson, Clark, & Tellegen, 1988)和幸福感指数量表(Index of Well-being; Campbell, Converse, & Rodgers, 1976)中抽取了14道情绪评定题目测量幸福感水平。其中包括测量积极情绪的7个题目(有趣的、兴奋的、热情的、愉悦的、有价值的、充实的、自豪的)和测量消极情绪的7个题目(悲伤的、生气/敌意的、内疚的、沮丧的、无用的、空虚的、恐惧的)。量表为5点计分(1 = 非常轻微或没有, 5 = 非常强烈),让被试根据情境推测并评定情境主人公(即李华)捐款后的感受。本研究中积极情绪和消极情绪的α系数分别为0.85和0.75。该量表验证性因素分析拟合指标良好:  $\chi^2/df = 1.344$ , RMSEA = 0.041, CFI = 0.968, TLI = 0.959。我们参照Weinstein和Ryan(2010)的做法,将积极情绪和消极情绪得分进行标准化后,根据幸福感 = 积极情绪 - 消极情绪的公式计算幸福感水平。

### 3.2.6 亲社会行为

我们编制了两道题目测量亲社会行为:(1)“捐款后的下一周,学校还将组织同学们到敬老院服务,替这些孤寡老人打扫房间。你认为李华有多大可能会自愿参加学校组织的敬老活动?”让被试从1(肯定不会参加)到7(肯定会参加)进行评定;(2)“如果李华愿意参加,你认为在这一周7天里,他愿意花

多长时间参加敬老服务?”让被试填写0-7(天)的数字。这两道题目反映了参与亲社会行为的意愿及付出的精力,是测量亲社会行为常见的有效指标(e.g., Grant & Gino, 2010)。两道题目呈显著正相关( $r = 0.49$ ,  $p < 0.001$ )。我们将两道题目进行标准化后求平均值,作为亲社会行为的得分。

### 3.2.7 社会赞许性

采用态度与意见调查中的期望性作答量表(同研究1)测量被试填写的社会赞许性(研究2中该量表α系数为0.76,验证性因素分析指标良好:  $\chi^2/df = 1.308$ , RMSEA = 0.039, CFI = 0.946, TLI = 0.931)。

## 3.3 研究程序

同研究1,在征得学校和青少年知情同意后,主试向愿意参加的被试呈现实验材料。实验流程如下:首先,测量青少年的基线幸福感水平;接着,让青少年阅读自动机或受控动机情境以操纵亲社会动机;然后,让青少年完成操纵检验的题目,以及基本心理需要满足、幸福感、亲社会行为及社会赞许性的测量;最后,向学生解释本研究目的,所有实验材料当场回收。

## 3.4 研究结果

独立样本t检验结果表明,假设情境对自动机或受控动机的操纵有效:自动机条件中被试报告的自动机( $M = 5.62$ )显著高于受控动机条件( $M = 4.78$ ),  $t(203) = 4.64$ ,  $p < 0.001$ ;受控动机条件中被试报告的受控动机( $M = 3.69$ )显著高于自动机条件( $M = 2.50$ ),  $t(203) = 6.86$ ,  $p < 0.001$ 。

以亲社会动机为自变量,以性别、年龄、基线情绪和社会赞许性为控制变量,分别以基本心理需要满足、幸福感及亲社会行为为因变量进行方差分析,结果表明:自动机条件中基本心理需要满足( $F(1, 199) = 24.25$ ,  $p < 0.001$ ,  $\eta_p^2 = 0.11$ )、幸福感( $F(1, 199) = 35.38$ ,  $p < 0.001$ ,  $\eta_p^2 = 0.15$ )和亲社会行为( $F(1, 199) = 30.74$ ,  $p < 0.001$ ,  $\eta_p^2 = 0.13$ )都显著高于受控动机条件。两种条件下变量的描述统计结果见表2。

表2 青少年基本心理需要满足、幸福感和亲社会行为在两种实验条件中的描述统计

亲社会动机	n	基本心理需要满足 $M(SD)$	幸福感 $M(SD)$	亲社会行为 $M(SD)$
自动机	103	4.80 (0.73)	0.63 (1.28)	0.32 (0.66)
受控动机	102	4.21 (0.93)	-0.63 (1.78)	-0.32 (0.93)

在控制了性别(0 = 男, 1 = 女)、年龄、基线幸福

感和社会赞许性的情况下,以亲社会动机(0 = 受控动机,1 = 自主动机)为自变量,基本心理需要满足为中介变量,幸福感和亲社会行为为因变量,进行中介模型检验。如图 2 所示,亲社会动机显著正向预测基本心理需要满足( $\beta = 0.33, p < 0.001$ ),基本心理需要满足显著正向预测幸福感( $\beta = 0.58, p < 0.001$ )和亲社会行为( $\beta = 0.37, p < 0.001$ )。基本心理需要满足在亲社会动机对幸福感影响中的中介作用显著(中介效应 = 0.19,  $SE = 0.04, p < 0.001, 95\% CI = [0.12, 0.26]$ ),在亲社会动机对亲社会行为影响中的中介作用显著(中介效应 = 0.12,  $SE = 0.03, p < 0.001, 95\% CI = [0.06, 0.19]$ )。基本心理需要满足纳入中介模型后,亲社会动机对幸福感的影响从 $\beta = 0.39 (p < 0.001)$ 下降为 $\beta = 0.20 (p < 0.001)$ ,亲社会动机对亲社会行为的影响从 $\beta = 0.38 (p < 0.001)$ 下降为 $\beta = 0.26 (p < 0.001)$ 。

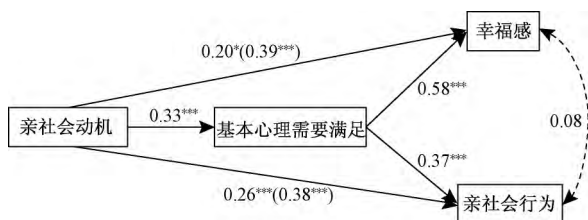


图 2 基本心理需要满足在亲社会动机对幸福感和亲社会行为影响中的中介作用

### 3.5 研究 2 小结

研究 2 通过实验法操纵亲社会自主动机 (vs. 受控动机),对中介模型进行了因果验证。结果表明,与受控动机相比,亲社会自主动机更能满足青少年自主性、能力感和关系性三种基本心理需要,进而更能提高青少年幸福感的水平,并促进青少年后续的亲社会行为。

## 4 讨论

### 4.1 亲社会自主动机对青少年幸福感的影响

本研究通过问卷测量(研究 1)和实验操纵(研究 2)的方法,验证了亲社会自主动机对青少年幸福感的正向预测作用,同时揭示了基本心理需要满足是这一预测作用中的中介机制。青少年实施亲社会行为时自主动机越强,就越能体验到行为是自由的(Weinstein & Ryan, 2010),体验到与他人关系更紧密(Piliavin & Siegl, 2007),自己的能力感和价值感更高(Caprara et al., 2014),进而体验到的幸福感水平更高。而亲社会受控动机并不利于青少年自主

性、关系性和能力感需要的满足,因而不能有效提升青少年的幸福感(Batson et al., 1978; Weinstein & Ryan, 2010)。

除“助益他人”外,亲社会行为对实施者还具有“自我增强”的功能(满足自己身需要而获得积极体验)(张庆鹏,寇彧,2012)。本研究从自我决定理论的视角澄清了不同亲社会动机对实施者自我增强的作用。虽然先前研究者常将亲社会行为作为个体获得幸福感的重要途径(e.g., Dunn et al., 2008),但本研究结果表明亲社会行为对幸福感的提升有条件限制:亲社会行为是否由自主动机激发是提升幸福感的重要决定因素。亲社会自主动机能满足青少年的基本心理需要,增强青少年的自我价值感,促进青少年与他人和谐的人际关系(Caprara et al., 2014),因此亲社会自主动机更能有效提升青少年的幸福感,对青少年也更具积极的适应意义,更能帮助青少年理解和内化“助人为乐”的涵义。相反,亲社会受控动机则是源于青少年感知的内外部压力,对基本心理需要的满足相比亲社会自主动机更低,因而幸福感水平也更低(Weinstein & Ryan, 2010)。

### 4.2 亲社会自主动机对青少年亲社会行为的影响

通过两项子研究,我们揭示了亲社会自主动机对青少年亲社会行为的提升作用,并验证了基本心理需要满足是这一提升作用中的潜在机制:亲社会自主动机越强,青少年基本心理需要满足程度越高,其亲社会行为表现也更多;相反,亲社会受控动机则不能有效满足青少年的基本心理需要,也不能有效地促进青少年的亲社会行为。

随着青少年自主性的不断发展,他们逐渐意识到亲社会行为是一种道德限制(moral constraints),因为实施亲社会行为意味着必须遵照社会规范和他人的要求去实施道德行为(Chernyak, Kushnir, Sullivan, & Wang, 2013)。本研究表明,亲社会自主动机是促进青少年亲社会行为习得和维持的关键因素。当青少年将捐款等亲社会行为视为自我决定时,才能在实施亲社会行为过程中获得基本心理需要满足,才能逐步内化社会行为规范和道德价值观,形成稳定的道德自我认同,进而亲社会行为才得以维持(Chernyak & Kushnir, 2013; Gagné, 2003)。反之,当受到强制要求进行亲社会行为时,青少年会对亲社会行为进行外部归因,认为行为是由于外界的要求而非出于自身对受助者的关心。这样的受控动机不利于基本心理需要满足,反而可能降低青少年的道德责任感(Stukas et al., 1999),因而不利于

亲社会行为的表达(Kunda & Schwartz, 1983)。

### 4.3 研究结果对促进青少年心理健康和培养亲社会行为的启示

本研究结果对促进青少年心理健康及培养青少年亲社会行为有一定的启示意义。教育者在传递“助人为乐”的观念和培养“乐善好施”的行为习惯时应该采用鼓励的方式,让青少年自发的表达亲社会行为并从中获得积极体验,而非将道德教条化或是强制要求青少年实施亲社会行为。教育者可以尝试让青少年自行制定亲社会行为的计划并安排实施进程,引导学生自主反思自己的行为,并亲自参与活动之后的评估,从而提高青少年的社会能力和幸福感(Zimmerman, Stewart, Morrel-Samuels, Franzen, & Reischl, 2011)。此外,教师在培养青少年亲社会行为过程中,还应该不断地给予自主性的支持(autonomy support)。例如,让青少年意识到亲社会行为能给自己带来快乐,能为他人带去好处,并且意识到行为是自我决定的,这样的方式能够有效提高青少年自主性、关系性和能力感需要的满足(Nelson et al., 2015),进而帮助青少年逐步认同亲社会行为对自我、他人及社会的积极意义。

### 4.4 研究不足与展望

首先,本研究中被试均为某校的高一年级学生,样本的代表性存在一定不足,这也使得研究结果的推广在一定程度上受到了限制,将来的研究可以选取更多样化的地区和年龄群体样本(例如小学生高年级和初中生群体),以全面揭示亲社会自主动机对青少年幸福感和亲社会行为的影响。第二,研究2中通过两道题目测量亲社会行为,可能存在题目较少的问题,而且题目是通过投射测验的方式,让被试报告情境中主人公的行为意向,并没有考察真实情境中青少年自身的亲社会行为,所以结论的生态效度受到了一定的限制。未来的研究者可以增加亲社会行为的测量题目,并采用行为观察等方法获得更客观可靠的资料,考察亲社会行为的表现。

## 5 结论

(1) 亲社会自主动机显著正向预测青少年幸福感,且基本心理需要满足起到了中介作用;

(2) 亲社会自主动机显著正向预测青少年亲社会行为,且基本心理需要满足起到了中介作用。

### 参考文献:

Batson, C. D., Coke, J. S., Jasniski, M. L., & Hanson, M.

(1978). Buying kindness: Effect of an extrinsic incentive for helping on perceived altruism. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 4(1), 86-91.

Campbell, A., Converse, P. E., & Rodgers, W. L. (1976). *Quality of American Life, The: Perceptions, Evaluations, and Satisfaction*. Russell Sage Foundation.

Caprara, G. V., Kanacri, B. P. L., Gerbino, M., Zuffianò, A., Alessandri, G., Vecchio, G., et al. (2014). Positive effects of promoting prosocial behavior in early adolescence: Evidence from a school-based intervention. *International Journal of Behavioral Development*, 38(4), 386-396.

Chernyak, N., & Kushnir, T. (2013). Giving preschoolers choice increases sharing behavior. *Psychological Science*, 24(10), 1971-1979.

Chernyak, N., Kushnir, T., Sullivan, K. M., & Wang, Q. (2013). A comparison of American and Nepalese children's concepts of freedom of choice and social constraint. *Cognitive Science*, 37(7), 1343-1355.

De Charms, R. (2013). *Personal causation: The internal affective determinants of behavior*. Routledge.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.

Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.

Dunn, E. W., Aknin, L. B., & Norton, M. I. (2008). Spending money on others promotes happiness. *Science*, 319(5870), 1687-1688.

Finkelstein, M. A., Penner, L. A., & Brannick, M. T. (2005). Motive, role identity, and prosocial personality as predictors of volunteer activity. *Social Behavior and Personality*, 33(4), 403-418.

Gagné, M. (2003). The role of autonomy support and autonomy orientation in prosocial behavior engagement. *Motivation and Emotion*, 27(3), 199-223.

Gebauer, J. E., Riketta, M., Broemer, P., & Maio, G. R. (2008). Pleasure and pressure based prosocial motivation: Divergent relations to subjective well-being. *Journal of Research in Personality*, 42(2), 399-420.

Grant, A. M., & Gino, F. (2010). A little thanks goes a long way: Explaining why gratitude expressions motivate prosocial behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98(6), 946-955.

Gilman, R. (2001). The relationship between life satisfaction, social interest, and frequency of extracurricular activities among adolescent students. *Journal of Youth and Adolescence*, 30(6), 749-767.

Ilardi, B. C., Leone, D., Kasser, T., & Ryan, R. M. (1993). Employee and supervisor ratings of motivation: Main effects and discrepancies associated with job satisfaction and adjustment in a factory setting. *Journal of Applied Social Psychology*, 23, 1789-1805.

Jiang, J., Song, Y., Ke, Y., Wang, R., & Liu, H. (2016). Is disciplinary culture a moderator between materialism and subjective well-being? A three-wave longitudinal study. *Journal of Happiness Studies*,

- 17(4), 1391–1408.
- Kunda, Z., & Schwartz, S. H. (1983). Undermining intrinsic moral motivation: External reward and self-presentation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(4), 763–771.
- Kwok, Y. Y., Chui, W. H., & Wong, L. P. (2013). Need Satisfaction Mechanism Linking Volunteer Motivation and Life Satisfaction: A Mediation Study of Volunteers Subjective Well-Being. *Social Indicators Research*, 114(3), 1315–1329.
- La Guardia, J. G., Ryan, R. M., Couchman, C. E., & Deci, E. L. (2000). Within-person variation in security of attachment: a self-determination theory perspective on attachment, need fulfillment, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(3), 367–384.
- Leung, A., Kier, C., Fung, T., Fung, L., & Sproule, R. (2013). Searching for happiness: The importance of social capital. In *The exploration of happiness* (pp. 247–267). Springer.
- Maxwell, S. E., & Cole, D. A. (2007). Bias in cross-sectional analyses of longitudinal mediation. *Psychological Methods*, 12, 23–44.
- Nelson, S. K., Della Porta, M. D., Jacobs Bao, K., Lee, H. C., Choi, I., & Lyubomirsky, S. (2015). ‘It’s up to you’: Experimentally manipulated autonomy support for prosocial behavior improves well-being in two cultures over six weeks. *The Journal of Positive Psychology*, 10(5), 463–476.
- Paulhus, D. L. (1984). Two-component models of socially desirable responding. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(3), 598–603.
- Piliavin, J. A., & Siegl, E. (2007). Health benefits of volunteering in the Wisconsin longitudinal study. *Journal of Health and Social Behavior*, 48(4), 450–464.
- Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, 40(3), 879–891.
- Reis, H. T., Sheldon, K. M., Gable, S. L., Roscoe, J., & Ryan, R. M. (2000). Daily well-being: The role of autonomy, competence, and relatedness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(4), 419–435.
- Ryan, R. M., & Connell, J. P. (1989). Perceived locus of causality and internalization: examining reasons for acting in two domains. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(5), 749–761.
- Schuessler, K., Hittle, D., & Cardascia, J. (1978). Measuring responding desirably with attitude-opinion items. *Social Psychology*, 41(3), 224–235.
- Sheldon, K. M., Ryan, R. M., & Reis, H. T. (1996). What makes for a good day? Competence and autonomy in the day and in the person. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22, 1270–1279.
- Stukas, A. A., Snyder, M., & Clary, E. G. (1999). The effects of “mandatory volunteerism” on intentions to volunteer. *Psychological Science*, 10(1), 59–64.
- Sun, R. C., & Shek, D. T. (2010). Life satisfaction, positive youth development, and problem behaviour among Chinese adolescents in Hong Kong. *Social Indicators Research*, 95(3), 455–474.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063–1070.
- Weinstein, N., DeHaan, C. R., & Ryan, R. M. (2010). Attributing autonomous versus introjected motivation to helpers and the recipient experience: Effects on gratitude, attitudes, and well-being. *Motivation and Emotion*, 34(4), 418–431.
- Weinstein, N., & Ryan, R. M. (2010). When helping helps: autonomous motivation for prosocial behavior and its influence on well-being for the helper and recipient. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98(2), 222–244.
- Williams, G. C., Grow, V. M., Freedman, Z., Ryan, R. M., & Deci, E. L. (1996). Motivational predictors of weight-loss and weight-loss maintenance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 115–126.
- Yang, Li, Fu, & Kou. (2016). Orientations to happiness and subjective well-being in Chinese adolescents: the roles of prosocial behavior and Internet addictive behavior. *Journal of Happiness Studies*, 1–16.
- Zimmerman, M. A., Stewart, S. E., Morrel-Samuels, S., Franzen, S., & Reischl, T. M. (2011). Youth empowerment solutions for peaceful communities: Combining theory and practice in a community-level violence prevention curriculum. *Health Promotion Practice*, 12(3), 425–439.
- 陈文锋, 张建新. (2004). 积极/消极情感量表中文版的结构和效度. *中国心理卫生杂志*, 18(11), 763–765.
- 胡乐乐. (2013). 学校强捐要不得. *中国德育*, (9), 57.
- 杨莹, 张梦圆, 寇彧. (2016). 青少年亲社会行为量表的编制与维度的再验证. *中国社会心理学评论*, 10, 135–150.
- 喻承甫, 张卫, 曾毅茵, 叶婷, 胡谏萍, 李丹黎. (2012). 青少年感恩、基本心理需要与病理性网络使用的关系. *心理发展与教育*, (1), 93–90.
- 张庆鹏, 寇彧. (2012). 自我增强取向下的亲社会行为: 基于能动性 and 社交性的行为路径. *北京师范大学学报(社会科学版)*, (1), 51–57.



## The Effect of Prosocial Autonomous Motivation on Adolescents' Well-being and Prosocial Behavior: The Mediating Role of Basic Psychological Needs Satisfaction

YANG Ying KOU Yu

(*Beijing Key Laboratory of Applied Experimental Psychology, Institute of Developmental Psychology, Beijing Normal University, Beijing 100875*)

**Abstract:** Prosocial behavior was considered as a critical way to help individuals gain happiness. However, Self-determination theory suggests that the degree to which a prosocial act is autonomous predicts its effect on well-being and the maintenance of prosocial behavior. The present study combined a questionnaire survey (study 1) and an experimental design (study 2) to investigate the effect of prosocial autonomous motivation on Chinese adolescents' well-being and prosocial behavior, and also examine the mediating role of basic psychological needs satisfaction. A sample of 293 adolescents participated in study 1. They were asked to complete a questionnaire containing prosocial self-regulatory scale, basic psychological needs satisfaction scale, Chinese positive affect and negative affect scale, satisfaction with life scale, and adolescents' prosocial behavior scale. Using an experimental design, study 2 manipulated prosocial motivation (autonomous/controlled) by hypothetical scenarios, and participants were randomly assigned to either of the two groups. Two hundred and five adolescents were asked to read the scenarios related to prosocial motivation, and then completed subsequent questionnaire measuring basic psychological needs satisfaction, well-being and prosocial behavior. The results showed that prosocial autonomous motivation positively predicted adolescents' well-being and prosocial behavior. Moreover, the basic psychological needs satisfaction mediated the positive relationship between prosocial autonomous motivation and well-being, and the positive relationship between prosocial autonomous motivation and prosocial behavior. The theoretical and practical implications, as well as the limitations of the present study, were discussed.

**Key words:** prosocial behavior; autonomous motivation; well-being; basic psychological needs satisfaction; adolescents