

情绪对儿童亲社会行为和同理心影响机制研究述评

孙 晓

(山东畜牧兽医职业学院, 山东 潍坊 261061)

摘要: 亲社会行为和同理心被认为对儿童的身心健康发展起着重要的作用。以往的研究表明, 儿童亲社会行为和同理心的发展与个体情绪有关。一般情况下, 积极情绪与亲社会行为和同理心呈正相关; 消极情绪与同情与亲社会行为和同理心呈负相关。不同的情绪类型对亲社会行为和同理心有不同的影响, 这种影响也会随着年龄的增长而发生变化。本文从积极情绪和消极情绪对儿童亲社会行为和同理心不同影响、未来的研究方向和启示两个方面详细阐述情绪对儿童亲社会行为和同理心的影响机制。

关键词: 亲社会行为; 情绪; 儿童

亲社会行为一般指的是利他行为。以往研究表明, 亲社会行为(尤其是指利他主义行为)主要由共情(即同情)所驱动。同理心被定义为一种情感反应, 是指个体与他人的感受或预期感觉相同或相当相似, 比如当别人悲伤时感到悲伤(Eisenberg, Spinrad, & Knafo-Noam, 2015)。同理心(共情)和个体亲社会行为之间的相关研究在心理学领域中已有相当多的研究结果(周双珠等, 2017; 李庆功等, 2015; 曾盼盼等, 2011; 李丹, 2001)。一般认为, 富有同理心的个体会在他人遇到困难时更容易理解他人处境(即认知同理心)和体验他人的情感(即情感同理心)。之前的文献资料表明不同类型的同理心(主要包括认知和情感两种类型)对不同的亲社会行为影响不同。在近期的一项研究中(Eisenberg, Spinrad, & Knafo-Noam, 2015), 情感同理心被验证为个体亲社会行为最重要的正向指标, 但是, 认知类同理心与个体亲社会行为之间并无相关。Louie 等人(2015)在对小学生和中学生所做的研究中也发现了类似的结果。此外, 在最近的一项研究中, 认知同理心只能通过情感同理心与亲社会行为有间接关系(Van der Graff 等, 2018)。这表明儿童的情感同理心和亲社会行为之间有更强的联系。但是, 也有一些研究表明, 认知类同理心和亲社会行为之间相关显著。例如, Eisenberg 等人在 2010 年研究发现观点采择(认知同理心的一个因素)与本科生样本中的亲社会行为相关。随着儿童的成长, 个体理解他人感受的技能逐渐增强, 而且获得精确表达感受的技能, 这也可以反过来激发亲社会的行为动机。

一、儿童不同类型的情绪对其亲社会行为与同理心的不同影响

有学者(Louie 等, 2015; Schmid 等, 2010;)认为, 那些容易体验同理心(包括同情)的个体的行为方式更倾向于亲社会行为。由于个体的痛苦是一种令人厌恶的经历, 因此个体的行为方式会尽量与可以减少痛苦的行为相关联。因此, 有过痛苦经历的个体只有在对有意逃避有求助需的人接触时, 其亲社会行为才会减少。相当多的研究结果证实了这一假设: 同理心(包括同情)与亲社会行为呈显著正相关(Eisenberg, Spinrad, & Knafo-Noam, 2015)。而个体痛苦反应方式尽管有所不同, 但都与亲社会行为呈负相关(Schmid 等, 2010)。从定义上来说, 个体同理心表现出的差异部分原因是由于个体其他情绪反应的差异。也就是说,

易受高水平负面情绪影响的个体, 更有可能表现出自身的痛苦反应。另一方面, 情绪调节技能比较高的个体, 则会更倾向于表现出较强的同理心。但是, 需要注意的是, 正如情绪可能使个人容易对他人的痛苦做出特定反应一样, 不同情绪反应也可以预测个体亲社会行为的发生率(Edward 等, 2015)。

(一) 积极情绪对儿童亲社会行为和同理心的影响

相关研究发现, 儿童的积极情绪与相对较高的同理心相关反应有关。例如 Eisenberg 等人在 1998 年做过一项研究, 选取 6--8 岁儿童为被试, 研究结果表明, 这个年龄段的儿童的积极情绪与其同理心相关反应密切相关。学龄前儿童的积极情绪也与儿童同理心呈显著正相关(王莉等, 2006)。

积极情绪可以激发个体同理心, 从而进一步激发亲社会行为动机, 另一方面, 积极情绪也有可能个体的自我效能感相关。具体来说, 能够表现出更多积极情绪的人更可能相信他们有能力帮助他人。有研究表明, 积极情绪与儿童的助人行为呈正相关(Eisenberg, Spinrad, & Knafo-Noam, 2015; Schmid 等, 2010)。个体亲和力和外向性的性格特征可能与积极情绪有些重叠, 也与亲社会性有关。比如, Schmid 等人在 2010 年所做的研究中发现, 排除时间等其他因素干扰, 青少年的亲和力与他们的亲社会性倾向呈显著正相关。在另一项研究中, 青少年的情感同理心(即分享他人的情绪)与外向性呈正相关(You 等, 2015)。

已有研究指出, 在实验情境下的积极情绪并没有关注积极情绪的个体差异, 而是研究了情境积极情绪(即实验室观察)与儿童的亲社会性和同理心的关系(王莉, 2006)。王莉等人(2006)的研究表明, 中国儿童在母子互动中观察到的积极影响预测了 2 年后观察到的对同龄人的亲社会行为和同理心。在另一项调查中, Eisenberg 等人(1998)发现, 有更多积极情绪的学龄前儿童会在参与游戏过程中表现出更多的主动性(即不被要求)分享行为。

也有实验证据证明, 对儿童积极情绪进行诱导有利于促进个体的同理心和亲社会行为。在一项研究中, 与控制组(中性情绪)的被试相比, 实验组(积极情绪)被试, 由于积极情绪的诱导, 会有更多的亲社会行为和更强的同理心(例如, 帮助领导一个讨论小组、对同事遭遇的不幸更感同身受)。

另外, 亲社会行为对促进个体积极情绪的发展也有促进作用。也就是说, 积极情绪性对个体的同理心和亲社会性有促进作用,

从另一方面说,做好事也会让一个人感觉很好。有大量研究证明,乐于奉献、乐于分享的个体在给予过程中比他们本身获得同样的资源表现出更多快乐情绪(Eisenberg, Spinrad, & Knafo-Noam, 2015)。除了感到快乐,利他行为还可以通过缓冲和分散个体的压力、获得生活意义和价值感、提升积极情绪和促进社会融合来改善个人的心理健康。有调查显示(Smith等, 2015),被分配到对他人进行善举的社交焦虑个体,在为期四周的研究后,焦虑情绪有所缓解,积极情绪有所增加。研究者对此结果解释为参加公益活动等的利他行为可以让个体对自己发展出更积极的看法,而这种看法可能会帮助个体建立更积极的心态。助人者自助,因为亲社会行为提供了一种“我很重要”的感觉。因此,积极情绪似乎与同理心相关的反应和亲社会行为都存在正相关。并且这种关系很有可能是双向的,也就是说,表现出更多积极情绪的个体倾向于更高的同理心和更多的亲社会行为,而亲社会行为也会反过来改善个体的情绪和幸福感。当然,尽管目前这一观点被有相当多的研究所证明,但是,必须看到,这些研究结果很有可能会受到其他因素的影响,比如参与者的社交能力等。因此,后续需要进一步的实验和纵向研究,以了解其它潜在变量的影响方式。

(二) 消极情绪对儿童亲社会行为和同理心的影响

目前有大量研究试图探索儿童的负性情绪对其同理心和亲社会行为的影响。大量实验结果表明,个体的负性情绪与其痛苦反应两者之间呈正相关(例, Eisenberg, Spinrad, & Knafo-Noam, 2015)。而这种痛苦反应会抑制个体的亲社会行为和同理心。然而,尽管有大量的研究结果证明关于儿童的消极情绪与亲社会行为和同理心之间有负相关关系,但是也有其他学者发现了两者的正相关或零相关。研究结果可能有些复杂,因为两者的关系可能会随着儿童年龄的增长而有所不同;明显的消极情绪(即悲伤、恐惧、愤怒)可能与儿童的道德情绪和行为有不同的关系。实验环境的不同也是导致产生不同的研究结果的重要因素。

恐惧情绪的孩子可能会难以表达对他人的关注,所以说,儿童的恐惧情绪和亲社会行为会呈负相关关系。然而,王莉等人(2006)发现,恐惧情绪的幼儿会对痛苦的成年人(母亲和陌生人)表现出更多的关注。他们认为,恐惧的幼儿可能对他人的痛苦特别警惕,或者他们可能“被吸引住了”,从而专注于痛苦的成年人。与恐惧相比,容易悲伤的人可能对他人的痛苦表情更为敏感。根据Thalia等人(2012)的研究结论,儿童的悲伤情绪与同理心呈正相关关系。Edwards等人在2015年的研究中,儿童的悲伤情绪与亲社会行为间关系会随着年龄的增长而改变。具体来说,婴幼儿在18个月大时,其悲伤情绪与亲社会行为并无显著相关,在儿童30个月时呈负相关。然而,在儿童42个月大时,悲伤情绪和亲社会行为呈现正相关,这表明随着儿童获得观点采择,个体自身产生的悲伤情绪会增强他们对他人的悲伤经历的同理心,从而进一步增加其亲社会行为。

儿童的愤怒情绪与攻击性有正相关,而与亲社会行为有负相关。比如,有一项对5岁儿童的研究结果,证实儿童亲社会行为与其愤怒情绪之间负相关显著(王静等, 2013)。但是必须指出,

儿童的愤怒情绪与同理心和亲社会行为之间的关系可能受其他因素的影响,如儿童的自我调节或父母教养方式。

二、未来的研究方向和启示

当考虑到情绪因素的影响时,区分不同类型的同理心相关反应尤为重要。未来的工作需要了解儿童同理心和亲社会行为的预测因子和结果。实验设计(尤其是在自然环境中进行的设计)对于理解同理心、亲社会行为和情绪之间的因果关系很有价值。

另外,建议后续研究能更多关注个体的认知加工方面。比如,儿童社会认知技能(比如物我分化、观点采择、情感理解等)可能对儿童同理心相关反应和亲社会行为的发展有促进作用。普遍认为,儿童的观点采择能力的获取至关重要,这项能力可以帮助儿童对自己的和他人的痛苦进行区分,并提高儿童理解他人情绪的准确性。纵向研究将有助于确定社会认知技能如何有助于与同理心相关的反应和亲社会行为。虽然目前尚未有研究证实,但可推论自我调节对个体同理心和亲社会行为的影响至关重要。

制定促进儿童亲社会行为和同理心的发展的有效措施尤为重要,需要有一个长期的目标。目前来看,有些学校制定了干预措施旨在培养儿童同理心和亲社会技能,并取得了一些积极的成效。但是,目前来说,大多数的研究集中在了诸如社交技能、情绪管理等方面。所以说,探索情绪对儿童同理心和亲社会行为的影响机制并制定有效干预措施是未来研究的关键课题。

参考文献:

- [1] Edwards A, Eisenberg N, Spinrad T L, et al. Predicting Sympathy and Prosocial Behavior From Young Children's Dispositional Sadness[J]. *Social Development*, 2015, 24(1): 76-94.
- [2] Eisenberg N. Empathy-related responding: Links with self-regulation, moral judgment, and moral behavior[M]. 2010.
- [3] Louie J Y, Wang S W, Fung J, et al. Children's Emotional Expressivity and Teacher Perceptions of Social Competence[J]. *International Journal of Behavioral Development*, 2015, 39(6).
- [4] 李丹. 儿童亲社会行为发展研究述评[J]. *心理科学*, 2001(02): 202-204.
- [5] 李庆功, 吴素芳, 傅根跃. 儿童同伴信任和同伴接纳的关系: 社会行为的中介效应及其性别差异[J]. *心理发展与教育*, 2015, 31(3): 303-310.
- [6] 王静, 何守森, 王慧, 关春荣, 袁强, 袁春香, 黄晓玲, 安祥美, 周亚平. 幼儿社会情绪发展影响因素的研究[J]. *中国儿童保健杂志*, 2013(12).
- [7] 曾盼盼, 俞国良, 林崇德, 等. 亲社会行为研究的新视角[J]. *教育科学*, 2011, 27(1): 21-26.
- [8] 周双珠, 陈英和, 胡竹菁. 道德和个人领域儿童情绪理解的发展特点及其对亲社会行为的影响[J]. *心理学探新*, 2017(01): 41-47.