

青少年亲社会行为现状的调查与研究

郭彦君

运城学院教育与心理科学系, 山西 运城

收稿日期: 2026年3月17日; 录用日期: 2026年4月15日; 发布日期: 2026年4月27日

摘要

为探究当代青少年亲社会行为的现状及特征, 本研究采用多阶段随机整群抽样法, 对1081名初高中学生施测寇或教授修订的《亲社会倾向量表》, 从六个维度展开调查分析。结果表明, 青少年亲社会行为整体倾向积极, 利他动机为核心驱动力; 行为具有显著的情境敏感性, 且依从性维度呈现理性审慎特征, 各维度发展不均衡, 匿名助人存在知行差距。据此, 本研究从内核巩固、情境脱敏、知行合一、生态协同四个方面提出培养路径, 为青少年道德教育提供实践参考。

关键词

青少年, 亲社会行为, 情境敏感性, 利他动机, 知行差距, 道德教育

Investigation and Research on the Current Situation of Prosocial Behaviors among Teenagers

Yanjun Guo

Department of Education and Psychological Sciences, Yuncheng University, Yuncheng Shanxi

Received: March 17, 2026; accepted: April 15, 2026; published: April 27, 2026

Abstract

To explore the current status and characteristics of prosocial behavior among contemporary adolescents, this study employed a multi-stage random cluster sampling method to administer Professor Yu Kou's revised "Prosocial Tendency Scale" to 1081 junior and senior high school students, conducting an investigation and analysis from six dimensions. The results show that the overall tendency of prosocial behavior among adolescents is positive, with altruistic motivation as the core driving force; the behavior has significant situational sensitivity, and the compliance dimension shows rational

and prudent characteristics. The development of each dimension is unbalanced, and there is a gap between knowledge and action in anonymous helping. Based on this, this study proposes four cultivation paths from the aspects of consolidating the core, desensitizing to the situation, integrating knowledge and action, and ecological synergy, providing practical references for the moral education of adolescents.

Keywords

Teenagers, Prosocial Behavior, Situational Sensitivity, Altruistic Motivation, The Gap between Knowledge and Action, Moral Education

Copyright © 2026 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 研究的问题提出

1.1. 时代背景与研究缘起

亲社会行为是个体融入社会过程中形成的积极行为表现,简单来说,就是主动做出的、能让他人或社会获得益处的自愿行为,像是帮衬他人、分享物品、协作做事、捐赠财物或是安慰他人等都属于这类行为[1]。于个人而言,这一行为能集中体现出一个人的道德品性、共情能力,还有适应社会的能力;放到社会层面,它更是拉近人际距离、凝聚社会力量、推动社会发展和文明进步的重要基础。

当下,我国正朝着现代化的目标稳步前行,提升社会整体风貌与国民综合素养,已经成为国家发展战略的重要内容。新时代社会发展对公民素养提出了更高要求,持续推进社会文明建设、加强公民道德培育,已成为重要的时代课题。青少年作为国家未来发展与现代化建设的中坚力量,深入研究其亲社会行为,既是对新时代育人目标的积极呼应,也关乎社会长远稳定与健康发展。

但我们也能清晰看到,当代青少年的成长环境,比以往任何时候都要复杂。全球化带来了不同文化的碰撞交融,互联网让信息变得碎片化、传播形式也不再单一,社会竞争开始向低龄群体延伸,且愈发激烈,这些因素都在潜移默化中影响着青少年价值观的形成和行为方式的选择。也正因如此,“社交冷漠”这类现象开始出现,让教育工作者和研究人员格外关注青少年的社会责任感,也为他们身上利他精神的培养感到担忧[2]。所以,用科学、系统的方式看清当下青少年亲社会行为的真实状态,找准这类行为的表现特点和潜在问题,就成了一个既有理论研究价值,又亟待在实践中解决的重要课题。

1.2. 文献梳理与研究空白

教育学领域围绕亲社会行为,已经形成了相对完善的理论体系,也积累了不少实际研究成果。从理论研究的发展来看,对于亲社会行为的解释思路,正朝着多元融合的方向发展:进化心理学从基因传承和群体选择的角度,解释了利他行为在生存适应中的价值;社会学习理论[3]则着重指出,观察和模仿是人们学会亲社会行为的重要方式;动机理论[4]还深入分析了不同动机下的亲社会行为,比如因共情而产生的利他行为,或是为了获得回报而做出的利他行为。

在实际研究中,大量研究也找出了影响亲社会行为的各类因素。从个体角度来说,共情能力、道德判断能力、自我效能感等,都被证实是能预判亲社会行为的关键因素[5]。从外部环境来看,父母采用的权威型教养方式、和同伴间稳定的情感联结、学校里包容支持的氛围,还有社区提供的积极环境,一起

构成了助力亲社会行为发展的成长环境[6]。

尽管相关研究成果不少，但仔细梳理现有文献后，还是能发现一些需要补充的研究空白。

一是对亲社会行为现状的研究，显得零散且缺乏动态观察。国内现有研究大多聚焦在亲社会行为和某一个具体因素的关联上，比如共情、父母教养方式，却很少对亲社会行为本身的多元结构、整体水平，还有不同群体间的差异做全面的现状分析。这让我们对青少年亲社会行为的了解，往往不够全面，很难勾勒出清晰、立体的群体行为画像。同时，大多研究都是在某个时间点开展的横断面研究，缺少对亲社会行为随时间变化的动态追踪。

二是本土化量表的使用和深度挖掘不足。很多研究直接借用西方文化背景下的亲社会行为量表，虽然寇顿等人修订的《亲社会倾向量表》(PTM)，为国内研究提供了合适的本土化工具，但多数研究只是把它当作测量因变量的工具，没有深入解读量表数据背后的信息。

三是传统理论对新型亲社会行为模式的解释力不足。如今社交媒体普及，数字化生活成为常态，青少年的社交方式和助人场景都发生了很大变化。面对网络利他行为、理性思考后的助人选择这些新现象，传统的亲社会行为理论已经难以给出充分解释。现有研究也很少关注青少年在做助人决定时的理性考量和策略选择，而这一点，恰恰是理解当代青少年社会行为的关键。

四是从行为现状研究到教育干预的转化路径不清晰。研究行为现状，最终目的是指导实践。但目前不少研究在找出相关问题后，提出的教育建议大多比较笼统，没有结合研究数据给出精准、可操作的干预方法。如何把现状调查的结果，转化为分层次、多渠道的亲社会行为培养策略，是当前研究需要解决的实际问题。

1.3. 本研究的核心探究问题

结合上述研究中存在的空白，本研究计划通过分析大样本问卷调查的数据，对当代青少年的亲社会行为现状做一次全面、深入的摸底。核心要弄清楚的问题是：当下青少年亲社会行为的整体水平到底如何？

2. 研究设计

2.1. 研究方法

本研究采用横断面调查的设计思路，通过问卷调查的方式，在同一时间收集青少年亲社会行为现状的相关数据，希望用定量分析的方式，清晰描述出亲社会行为的多元特征和整体水平。这种方法能高效收集到大样本的信息，适合用来描述行为现状，也能为后续探究各变量之间的关联打下基础。

2.2. 调查对象与抽样方式

1) 调查对象：本次研究的调查对象为我国中西部内地部分在校的初中生和高中生。

2) 抽样方法：为保证样本的代表性，研究采用多阶段随机整群抽样的方式。首先，从我国中西部某省市随机抽取涵盖城市和农村地区的地级市；其次，从抽中的每个地级市里，随机选取初中和高中学校；最后，从每所入选学校的初一到高三各个年级，随机抽取班级，班级里的全体学生均作为本次调查的对象。

3) 样本规模与构成：本次调查共发放问卷 1150 份，回收后剔除作答时间过短、答案有明显规律或大量题目未作答的无效问卷，最终得到有效问卷 1081 份，有效回收率为 94.0%。在有效样本中，男生 524 人，占比 48.5%，女生 557 人，占比 51.5%；初中生 563 人，占比 52.1%，高中生 518 人，占比 47.9%。样本年龄在 12 至 18 岁之间，平均年龄为 15.2 岁，标准差为 1.8。

2.3. 研究工具

本研究的核心测量工具，是寇彧教授修订的《亲社会倾向量表》。该量表在国际上被广泛使用，经过本土化修订后，信效度良好，特别适合测量我国青少年的亲社会行为倾向。

1) 量表结构：这份量表包含 26 个题项，从六个维度衡量个体的亲社会倾向。

公开性，共 4 个题项，指在公众面前或有人注视时帮助他人的倾向；

匿名性，共 5 个题项，指在不被他人知晓的情况下提供帮助的倾向；

利他性，共 4 个题项，指纯粹因为关心他人，不计较回报的助人倾向，是动机最纯粹的一个维度；

依从性，共 5 个题项，指回应他人直接求助的倾向；

情绪性，共 5 个题项，指在他人情绪激动时提供帮助的倾向；

紧急性，共 3 个题项，指对身处危急困境的人提供帮助的倾向。

2) 计分方式：量表采用李克特五点计分法，让被调查者根据自身情况，判断题项描述的符合程度，“很不符合”计 1 分，“不符合”计 2 分，“一般”计 3 分，“符合”计 4 分，“很符合”计 5 分。每个维度的得分，由所属题项的得分相加或取平均值得到，量表总分则是所有题项得分之和，得分越高，说明个体的亲社会行为倾向越明显。

3) 信效度检验：信度方面，在本次研究中，该量表的整体 Cronbach's α 系数为 0.965，各维度的 α 系数也都在 0.80 以上，说明量表在本次调查的样本中，具有很高的内部一致性信度，测量结果可靠。效度方面，该量表由原作者修订，本身就具有良好的结构效度和效标关联效度，本研究还通过验证性因子分析，进一步确认六因子模型和本次调查数据的拟合度良好，比如 $\chi^2/df < 5$ 、CFI > 0.90 、RMSEA < 0.08 ，证明量表结构稳定。

2.4. 问卷施测与数据处理

1) 施测过程：所有问卷调查都以班级为单位集体开展，由老师使用统一的指导语，向学生说明调查采用匿名形式、信息会严格保密，且答案没有对错之分，强调如实作答的重要性。问卷填写时间约 15~20 分钟，填写完成后当场回收。

2) 数据处理与分析：回收的问卷数据，均采用专业统计软件 SPSS 26.0 进行整理和分析。

3. 研究结果

本研究对 1081 份有效问卷展开系统分析，借助《亲社会倾向量表》，从多个维度考察了当下青少年的亲社会行为现状。数据显示，该量表在本次研究中的内部一致性信度表现优异(Cronbach's $\alpha = 0.965$)，为研究结论的可靠性提供了有力支撑。具体研究结果如下。

3.1. 亲社会行为整体倾向积极，利他动机为核心驱动力

调查数据显示，当下青少年的亲社会行为倾向整体良好，面对各类需要助人的场景，大多数被调查者都表现出积极的助人意愿。其中，利他性维度的得分在所有维度中最高，综合积极应答率达到 55.7%，这也清晰说明，推动青少年做出亲社会行为的最主要动机，是纯粹的、不计较任何回报的利他精神。

见图 1，题项 10 “我捐钱捐物不是为了能从中有所获益”和题项 23 “我帮助别人不是为了将来他们相应的回报我”的积极应答率，也就是“符合”与“很符合”的选择比例，分别达到 64.7%和 57.0%，而消极应答率，即“很不符合”与“不符合”的选择比例，均低于 6%。这一鲜明的对比充分证明，当代青少年的亲社会行为，并非主要为了获得外在的实际利益或对等回报，而是源于内心的道德追求，还有对他人的真诚关怀。这也是本次研究最核心的积极发现，展现出青少年道德人格中美好的一面。

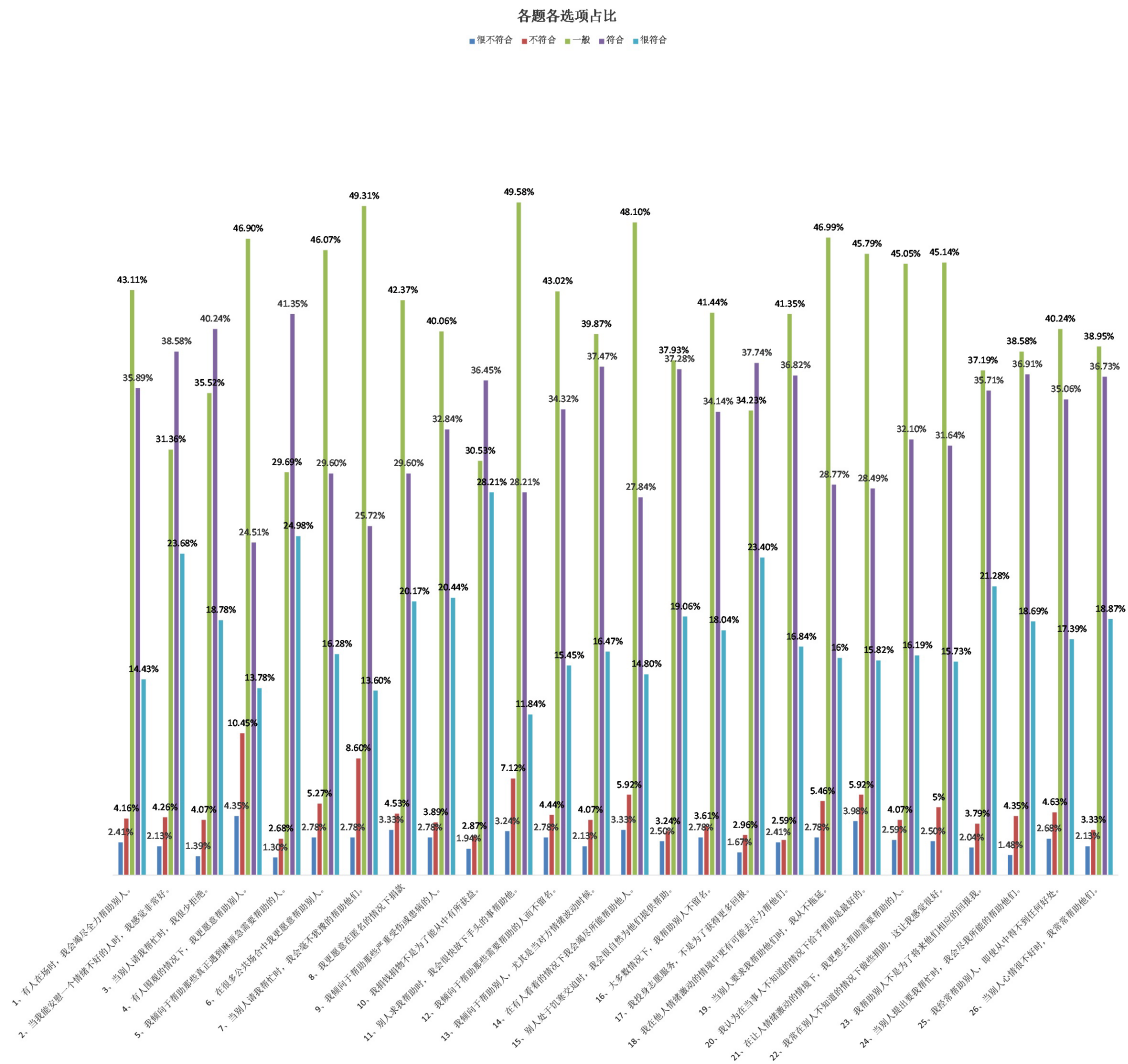


Figure 1. Proportion of options for each question
图 1. 各题各选项占比

3.2. 亲社会行为表现受情境影响显著，存在明显的情境敏感性

本次研究发现一个重要特点：青少年的亲社会行为并非一成不变，而是表现出显著的情境敏感性，也就是说，他们的助人意愿强弱，会受具体场景特征的直接影响。

3.2.1. 高敏感情境：紧急与情绪性场景

在紧急性和情绪性维度上，青少年的助人意愿最为强烈，积极应答率分别达到 61.8%和 54.9%。比如题项 5 “我倾向于帮助那些真正遇到麻烦急需帮助的人”，积极应答率高达 66.3%；题项 15 “别人处于饥寒交迫时，我会很自然为他们提供帮助”，积极应答率也达到 56.3%。这表明，当他人面临明确且严重的困境，或是陷入强烈的情绪痛苦时，能有效唤醒青少年的同理心和同情心，进而激发他们强烈的助人冲动。

3.2.2. 低敏感情境：公开与匿名场景

和高敏感情境形成鲜明对比的是，在公开性和匿名性维度上，青少年的助人意愿表现得最为保守，综合积极应答率分别仅为 35.3%和 42.2%。例如题项 4 “有人围观的情况下，我更愿意帮助别人”，积极

应答率只有 38.3%。这说明“观众效应”对青少年的助人行为产生了明显的抑制作用，他们会因在众人注视下提供帮助而感到顾虑，或是承受一定的心理压力。同时，尽管青少年在观念上认可匿名帮助的价值，如题项 20“我认为在当事人不知道的情况下给予帮助是最好的”的积极应答率为 44.3%，但他们自我报告的实际匿名助人行为频率，比如题项 8、12、16 的作答情况，却没能达到观念认同的水平，体现出一定的“知行差距”。

3.3. 助人模式显现新特征，呈现理性审慎的特点

在回应他人直接求助的依从性维度上，数据展现出一种值得关注的“理性助人”模式。一方面，青少年大多愿意回应他人的直接求助，题项 3“当别人请我帮忙时，我很少拒绝”和题项 24“我会尽我所能的帮助他们”的积极应答率都接近 59%；但另一方面，对于题项 7“当别人请我帮忙时，我会毫不犹豫的帮助他们”和题项 11“别人求我帮助时，我会很快放下手头的事帮助他”，积极应答率则下降至 39.3% 和 40.1%，表现出明显的保留态度。

3.4. 不同维度亲社会行为发展不均衡，呈现鲜明特点

综合来看，本次研究发现青少年在不同类型的亲社会行为上，发展状态并不均衡，见表 1，其行为模式呈现出“内在动机强于外在表现，应急反应强于常态行为”的显著特点。

Table 1. Proportion of each dimension in the questionnaire and response rate

表 1. 各维度在问卷中及应答率占比

维度	核心特征	代表题号	积极应答率 (符合 + 很符合)	消极应答率 (很不符合 + 不符合)
公开性	在公众面前或有人观察时帮助他人	1, 4, 6, 14	35.3%	5.7%
匿名性	在不为人知的情况下提供帮助	8, 12, 16, 20, 22	42.2%	4.3%
利他性	纯粹出于对他人的关心，不计回报	10, 17, 23, 25	55.7%	2.4%
依从性	响应他人直接的求助请求	3, 7, 11, 19, 24,	47.6%	4.5%
情绪性	在他人情绪激动的情境下提供帮助	2, 5, 9, 13, 15, 18, 21, 26	54.9%	2.6%
紧急性	针对身处危急困境者提供帮助	5, 9	61.8%	2.1%

4. 分析与讨论

本研究通过对中西部某城市 1081 名初高中生的问卷调查，从多个维度系统考察了当代青少年亲社会行为的现状和结构特征。研究数据不仅展现出青少年亲社会行为整体积极的发展倾向，更揭示出这类行为背后的复杂性，还有贴合时代的行为特征。以下结合本次研究结果和已有的理论文献，展开深入的分析与讨论。

4.1. 利他动机的核心预测作用：亲社会行为的稳定基石

多元回归分析显示，利他性维度对总体亲社会行为倾向的预测力远高于其他维度($\beta=0.382$)，且联合其他维度解释了 92.7% 的变异量，这一结果从预测性视角进一步证实了利他动机的核心地位，并非单纯的描述性“得分最高”，而是真正能显著驱动青少年整体亲社会行为的关键因素。

4.2. 情境的双重影响：公众场景的抑制与紧急场景的唤醒

研究结果清晰表明，青少年的亲社会行为并非稳定的个性特质，而是会根据具体情境发生动态变化，

表现出显著的情境敏感性。

一方面，在公开性维度上，青少年的助人意愿降至最低，仅为 35.3%，这和社会心理学中的“观众效应”理论完全相符。个体在他人面前，会产生“评价顾忌”，担心自己的行为不当而受到负面评价。对于自我意识快速发展、格外在意同伴看法的青少年来说，这种顾虑会表现得更为强烈[7]。在众人注视下帮助他人，不仅考验青少年的助人能力，更考验他们应对潜在社会评价的心理勇气。所以，青少年在公开场景中助人意愿低，并非源于内心的冷漠，更多是在复杂的社交压力下，表现出的审慎和犹豫。

另一方面，在紧急性和情绪性维度上，青少年的助人意愿达到峰值，分别为 61.8%和 54.9%。根据 Batson (1998) [4]的共情-利他假说，当他人面临清晰且强烈的困境，比如突发危险、情绪剧烈波动时，能快速且有效地唤醒个体的共情反应，进而产生强烈的、想要缓解他人痛苦的利他动机。在这类情境下，助人的必要性和紧迫性，会压倒个体的社交顾虑，让亲社会行为几乎成为一种本能的反应。这也揭示出，青少年内心藏着强烈的同情心和正义感，只是在非紧急的日常场景中，这份情感容易被其他因素掩盖。

4.3. 助人模式的转型：从冲动助人到审慎助人的理性转变

依从性维度中呈现出的矛盾特征，是本次研究中一个贴合时代的重要发现：青少年大多愿意回应他人的直接求助，比如题项 3、24 的作答情况，但对于“毫不犹豫”“立刻放下手头事”去帮助他人，却表现出明显的保留，比如题项 7、11 的作答情况。这一特征，标志着青少年的亲社会行为模式，正从传统的“冲动助人”逐渐转向更为“审慎助人”的新模式。

这种审慎的助人态度，能看作是青少年认知能力走向成熟、社会适应能力提升的表现。这表明，青少年在决定是否帮助他人、该如何帮助他人时，会快速进行情境评估和利弊考量，会考虑自身的能力、精力、时间成本，还有助人行为可能带来的各种结果。这种行为模式，也和现代社会强调个人边界、重视时间管理、追求效率优先的价值观相契合。但从教育的角度来看，这也带来了新的挑战：如何引导青少年，在保持必要的审慎之余，不走向过度算计或冷漠的极端？这就要求学校的德育工作，不能只停留在倡导“乐于助人”的口号上，更要注重培养青少年“有智慧的勇气”，教会他们在不同的情境中，作出既善良又理智的助人决策。

4.4. 匿名助人的知行差距：道德观念与实际行为的脱节

匿名性维度的研究结果也引人深思，该维度综合积极应答率为 42.2%。青少年在观念上认可匿名帮助的价值，但实际的匿名助人行为频率却没能跟上观念认同的步伐，这反映出道德领域中常见的“知行不一”现象。

造成这种知行差距的原因是多方面的。首先，匿名助人行为完全依靠个体的道德自觉，没有外部的监督和即时的反馈，对个体的道德自律能力要求极高。其次，和公开助人能获得即时的社会赞誉不同，匿名助人带来的内在道德满足感，往往是延迟且抽象的，对于部分青少年来说，这种内在激励的作用相对有限。这一发现也为教育者敲响了警钟：培养青少年的亲社会行为，不能只停留在道德观念的灌输上，更需要创设多样化的匿名助人活动，让学生在实践中体验“不为人知的善举”所带来的独特价值感和愉悦感，从而填补道德观念和实际行为之间的差距。

5. 青少年亲社会行为的培养提升路径

5.1. 内核巩固：深化并弘扬利他动机

1) 开展“动机澄清”主题教育，在课堂教学和班会活动中，引导学生讨论助人行为的各类动机，比如为了获得回报、为了避免内心内疚、纯粹出于对他人的关心等。还可以通过讲述道德两难故事，让学

生辨析不同动机的价值差异，着重强调“因为你需要，所以我帮助”的纯粹利他理念，让青少年的利他之心从自发的情感转变为自觉的行为。

2) 构建“价值认同”的校园氛围，在校园文化建设中，大力宣传“助人者最乐，奉献者最美”的价值观。调整表彰的侧重点，从关注“做了多少好事”适当转向关注“做好事背后的精神”，公开赞扬那些默默无闻、不计回报的善举，让校园里形成崇尚纯粹利他的良好风气。

5.2. 情境脱敏：培养公开助人的勇气与自信

1) 创设“安全演练”的实践情境，在心理健康课和团体辅导活动中，设计需要公开表达善意、提供帮助的角色扮演活动，比如让学生扮演在班级中主动欢迎新同学、在集体活动中帮助遇到困难同伴等低压力场景。遵循“小步推进”的原则，从小组内的分享与合作开始，逐步扩展到班级、年级层面的展示，让学生在一次次成功的体验中，积累公开助人的自信，减轻对负面评价的恐惧。

2) 教授实用的“社交技能”，直接教给学生如何自然地主动提供帮助、如何得体地表达关心、如何应对可能的拒绝等具体的社交方法。当学生掌握了具体的助人技巧，他们在公开场合助人时的焦虑感会得到明显降低。

5.3. 知行合一：搭建从道德观念到实际行为的实践桥梁

1) 设计“隐形英雄”体验活动，在校内设置“爱心墙”“好人树”等特色校园角落，鼓励学生以不记名的方式，为他人写下鼓励的便签、交换闲置的书籍和学习用品。还可以组织“神秘的守护天使”等班级活动，让学生匿名为班级里的一位同学提供小小的善意和帮助，增强学生的主体意识。活动结束后，组织学生分享参与感受，让他们深刻体验匿名利他带来的独特愉悦感和道德净化作用。

2) 强化“内在奖赏”机制，引导学生通过写日记、周记的方式，记录并反思自己做匿名助人行为后的内心感受。教师和家长在与学生交流时，要减少询问“有没有人表扬你”，多问问“帮助别人后，你自己感觉怎么样”，将学生的心理满足感从对外部认可的追求引导到内在的自我肯定上。

5.4. 生态协同：构建家校社联动的支持网络

1) 家庭层面：通过家长会、家校联系册、电话沟通等多种渠道，向家长传递全新的教养理念，注重“情感温暖”和“道德解释”的结合。鼓励家长和孩子一起参与社区的志愿服务，在日常生活中，家长要以身作则，展现出自身的道德感和责任感，还可以和孩子一起讨论生活中看到、听到的助人行为，引导孩子形成正确的道德认知。

2) 学校层面：将亲社会行为的培养，融入各学科的教学和校园日常管理中，开展道德跨学科教学，建立多元化的志愿服务体系，设计不同类型的志愿服务活动，满足不同行为倾向青少年的道德实践需求。

3) 社会层面：社区要开放更多适合青少年参与的公益实践基地，为他们提供亲社会行为的实践平台；媒体要多宣传身边平凡人物的感人善举，营造“人人为我，我为人人”的良好社会风尚，让青少年在潜移默化中受到影响，主动践行亲社会行为。

基金项目

山西省高等学校教学改革创新项目(J20231146)资助。

参考文献

- [1] Eisenberg, N., Spinrad, T.L. and Knafo-Noam, A. (2016) Prosocial Development. In: Lamb, M.E. and Lerner, R.M., *Handbook of Child Psychology and Developmental Science: Vol. 3. Socioemotional Processes*, Wiley, 610-656.

-
- [2] 寇彘, 张庆鹏. 青少年亲社会行为测评与培养[M]. 北京: 科学出版社, 2018.
- [3] Bandura, A. (1986) *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Prentice-Hall.
- [4] Batson, C.D. (1998) Altruism and Prosocial Behavior. In: Gilbert, D.T., Fiske, S.T. and Lindzey, G., *The Handbook of Social Psychology*, McGraw-Hill, 282-316.
- [5] Carlo, G. (2014) The Development and Correlates of Prosocial Moral Behaviors. In: Killen, M. and Smetana, J.G., *Handbook of Moral Development*, Psychology Press, 208-234. <https://doi.org/10.4324/9780203581957.ch10>
- [6] 吕晓颖, 李董平. 家庭、同伴、学校因素对青少年亲社会行为的影响: 基于生态系统理论[J]. 心理发展与教育, 2020, 36(5): 594-692.
- [7] Brown, B.B. and Larson, J. (2009) Peer Relationships in Adolescence. In: Lerner, R.M. and Steinberg, L., *Handbook of Adolescent Psychology*, Wiley, 74-103. <https://doi.org/10.1002/9780470479193.adlpsy002004>