

情绪在亲环境行为中的作用：以希望为例

石 岩

福建师范大学心理学院，福建 福州

收稿日期：2025年6月3日；录用日期：2025年7月8日；发布日期：2025年7月17日

摘 要

随着全球环境问题的加剧，亲环境行为成为缓解生态危机的关键。情绪在个体和集体的气候行动中扮演着重要角色，尤其是积极情绪如希望、感恩和预期自豪感，能够有效促进亲环境行为。本文回顾了情绪与亲环境行为的部分研究，探讨了情绪在个体行为中的作用，并以希望为例，分析其在推动气候行动中的重要性。未来研究应关注情绪与认知的交互作用、情绪在不同文化背景下的差异，以及情绪在长期行为改变中的影响。

关键词

希望，亲环境行为，情绪

The Role of Emotion in Pro-Environmental Behavior: The Case of Hope

Yan Shi

School of Psychology, Fujian Normal University, Fuzhou Fujian

Received: Jun. 3rd, 2025; accepted: Jul. 8th, 2025; published: Jul. 17th, 2025

Abstract

As global environmental issues intensify, pro-environmental behavior has become crucial in mitigating ecological crises. Emotions play a significant role in both individual and collective climate action. In particular, positive emotions such as hope, gratitude, and anticipated pride can effectively promote pro-environmental behavior. This paper reviews selected studies on the relationship between emotion and pro-environmental behavior, explores the role of emotion in individual actions, and highlights hope as an example to analyze its importance in driving climate action. Future research should focus on the interaction between emotion and cognition, cultural differences in emotional responses, and the impact of emotions on long-term behavioral change.

Keywords

Hope, Pro-Environmental Behavior, Emotion

Copyright © 2025 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. 引言

随着全球环境问题的日益严峻,气候变化、资源枯竭和生物多样性丧失等挑战不断加剧。环境问题频发的现象一直以来都存在于世界范围内,并且已经持续了几十年[1]。研究已经证实,人类行为和活动对生态系统和生物多样性都产生了许多不利影响[2]。尽管技术和政策在推动环境保护方面发挥了重要作用,但个体的行为选择同样至关重要。人类与自然环境的互动方式也受到了前所未有的关注,亲环境行为领域的个体行为改变可能有助于缓解这些环境问题[3]。因此,科学工作者们也越来越多地研究各种人类行为,以确定驱动他们行为的因素以及这些行为对环境的可能影响。在这一背景下,亲环境行为(以减少对环境的负面影响为目标的意向性行为[4],例如节约能源、减少废物、使用公共交通工具等。)成为了心理学、环境科学和社会学等多个学科的研究焦点。

尽管应对气候变化已迫在眉睫,并且气候变化的预测影响正以戏剧性且可见的方式显现,减缓气候变化的努力尚未广泛到足以产生显著影响[5]。在此背景下,推动更大进展的一个重要障碍是广泛存在的一种隐性假设,即公众或者个体在做出相关决策时是经过理性推理得出的。然而,近年来,研究者们已经开始用认知、社会、和结构性视角等等来补充或取代对气候行动或不作为的纯理性解释[6]。尽管关于气候焦虑以及其他情绪化反应的研究都逐渐受到认可,并且已有大量研究表明情绪在决策制定及针对气候变化的集体和个人行动中起着重要作用[7][8],但情绪仍然未受到足够关注。因此,理解影响亲环境行为的心理机制,尤其是情绪在其中扮演的角色,成为了一个重要的研究课题。

大量实证与理论研究表明,积极和消极的情绪能够预测个体在诸如气候变化、移民等一系列社会议题上的态度与行为[9][10]。具体到气候变化问题,有学者发现,当人们被引导去思考气候变化时所体验的情绪(如希望、担忧、兴趣)可以解释对气候政策支持程度变异的50%,这一比例高于包括社会人口学变量在内的任何其他变量组合[8]。此外,有学者发现,对气候变化抱有希望的情绪与可持续议题的参与存在关联[11]。

2. 情绪与亲环境行为

2.1. 情绪与个体行为

大量研究表明,情绪是判断和决策的核心要素,包括对气候变化的认知与行动[12]。将风险理解为人们体验到的感受而不是计算的统计数据[13],能够更准确地预测其风险感知[14]。经验决策框架[15]也同样表明,低概率事件的负面经历所带来的情绪影响,比事件的客观概率更能预测个体的后续选择。查询理论(Query Theory)则认为,个体在做决策时,会回忆与备选项相关的情绪和认知体验[16]。一项针对美国大规模样本的研究表明,个体在经历了新冠疫情或气候变化(例如极端天气)带来的负面情绪后,对这两类风险的担忧减少了政治极化[17]。尽管愤怒等情绪可能加剧极化,但担忧和希望能够增强人们的效能感,并在不同政治群体中激励气候行动[17]。此外,也有研究发现,与对短期威胁的单次应对相比较,长

期持续的行动更容易受到积极情绪的驱动，而非消极情绪[18]。

2.2. 积极情绪和亲环境行为

积极情绪在促进亲环境行为中扮演着重要角色。研究表明，积极情绪不仅能够增强个体的动机和坚持性，还能促进亲社会行为[19]。Fredrickson 的“拓展-建构”理论(broaden-and-build theory)指出，积极情绪能够帮助个体拓展认知资源，从而更有可能参与亲社会行为[19]。近年来，研究者开始关注积极情绪在气候变化领域的作用。这一研究趋势至关重要，因为当前迫切需要广泛的个体和集体行动来应对气候变化，而积极情绪可能在促进和维持这些行动方面发挥关键作用[20]。

相关研究发现，各种积极情绪干预措施能够促进亲环境行为，例如通过情感化图像、宣传活动和叙述方式来激发人们的环保意识。例如，Baden 研究了情感叙事的影响，发现以解决方案为核心的故事比灾难性叙述更能激发人们的亲环境意图[21]。类似的研究发现，具有积极情绪价值的图像同样有效：Carlson 等人的研究发现，与负面气候变化图像相比，展现气候变解决方案的正面图像更能吸引观众的注意力，这表明积极图像可能是一种更具吸引力的可持续行动动员方式[22]。此外，研究还表明，将情感诉求嵌入气候变化宣传活动中，可以提升人们的亲环境行动意愿[23]。

近年来，越来越多的研究关注特定离散情绪在促进气候变化相关行为中的作用。这些研究考察了多种积极情绪，包括乐观、感恩和预期自豪感。例如，Schneider 等人在干预实验中直接比较了预期自豪感与内疚感的影响，发现相比于内疚感，预期自豪感能更有效地提高亲环境动机[24]。“温暖光辉(warm glow)”的概念也受到了特别关注。它指的是人们因从事亲社会或可持续行为而获得的愉悦感。研究表明，温暖光辉能够积极影响亲环境意图[25]，例如减少肉类消费的意愿。

另一类相关研究探讨了希望感作为气候变化参与的前因。研究表明，希望可以激发集体行动[26]。部分研究还将希望视为中介变量。例如，Chu 和 Yang 发现，心理距离的增加会提高个体的希望体验，进而增强其气候变化缓解行为[27]。在一项研究集体效能和希望对人类的集体行动影响的研究中发现，集体效能信念(相信集体可以通过集体能动性实现社会变革)仅在希望(感知变革可能的情感体验)高时对集体行动意图有影响，而在希望低时则没有[28]。这些结果为群体效能信念的动机效应提供了一个重要的边界条件，并阐明了在希望不能被视为理所当然的背景下，进一步理解和促进推动人们进行集体行动的重要性。因此，希望作为一种积极情绪在推动个体或集体参与亲环境行为中的重要作用不言而喻。

3. 希望与亲环境行为

3.1. 希望的定义

以往研究纷纷提出了对希望的定义并经过检验。有学者将希望定义为一种离散情绪，它在威胁情境下被激发，并伴随着对情况能够改善的信念[29]。相比之下，有学者提出了一种认知和工具性的希望定义，即个体感知到自己有能力为实现期望目标寻找路径[30]。这一观点得到了研究的支持，例如 Li 和 Monroe 在其研究中发现，个体的能力感知可以引发希望感[31]。此外，对荷兰受访者提供的自由定义希望的分析进一步证明，希望具有面向未来的认知和情感特征[32]。还有学者指出，希望可能同时包含认知成分(例如，相信事情能够并且将会变得更好)和情感成分(即以积极和具有能动性的方式展望未来)。

希望这一概念兼具认知成分(例如，相信事情能够并且将会变得更好)和情感属性(即以积极和具有能动性的方式展望未来)。这种多层次的希望状态可能是推动气候行动和代际合作的重要动力。并在时间上具有延展性，能够在当下的状态与行动之间建立一种直观的联系，并指向未来的结果。此外，尽管希望是一种积极情绪，但通常是在面对威胁情境时，对可期望的未来结果仍抱有信念的心理反应[33]。因此，希望可以增强关于变革的积极叙事，并在当下为值得奋斗的未来留出空间。

3.2. 希望与亲环境行为的相关研究

一项直接关注希望的研究发现,希望是支持气候政策[33]和促进亲环境行为[34]的重要前提条件。同样有一项研究,在代际公共物品博弈实验中,研究者比较了关注过去与关注未来的影响。实验设定为:个体对公共物品的贡献将被实验者翻倍并分配给未来一代,使得贡献在个体层面上是有成本的,但在社会层面上是最优的。当受试者在做出自己的贡献决定之前被要求预测未来参与者对公共物品的贡献(而非之后再做出预测)时,他们显著更有可能将自己的一部分资金贡献给下一代,尤其是在前人未曾做出贡献的情况下。由此可见,关注未来并期待积极的结果,能够让人们走上一条新的道路,并克服公共物品供给不足的遗留问题。在相关研究中还发现,增强政治效能感的信息可以提高希望感,并促进美国居民的政治参与。此外,研究也发现,以气候行动为重点的新闻图片和文本可以增强希望,并在不同意识形态背景下促进对气候政策的支持。Kerret 等人(2020)发现,一项旨在通过体验式干预在较长时间内增强希望的认知和情感成分的学校项目,提高了以色列五、六年级学生的亲环境行为。相比之下,Chadwick 发现,旨在激发希望的认知成分的简单、一次性传播内容,却并未提高美国大学生的气候行动意愿[35]。Van Zomeren 等人发现,传递气候变化解决方案可能性的简单信息可以增强基于情绪的应对方式,但并不会提高集体气候行动的意愿。由积极的个人变革经验所传递的希望的情感成分似乎更能有效激发行动[32]。

希望的多层次定义的复杂性,以及不同研究对希望的定义、测量和操控方式的多样性有可能可以解释文献中希望与气候行动之间关系的不一致性。因此,情绪在气候行动中作用的还有待进一步研究,以建立情绪、情境和不同环境行为之间的因果联系。未来研究应重点关注情绪与认知如何共同作用,影响个体对气候变化的理解及应对方式,并建立其因果机制。

尽管已有大量研究表明积极情绪在促进亲环境行为中具有积极作用,但研究者也指出,积极情绪并非在所有情境下都能有效激发行改变[36]。未来的研究应进一步探讨积极情绪在不同情境下的作用机制,并关注更大规模和长期行为(如绿色能源投资决策)中的情绪影响。此外,研究者应更多地使用实际行为测量,而不仅仅依赖于态度和意图的自我报告,以获得更准确的研究结果。

4. 未来研究展望

尽管已有大量研究探讨了情绪在亲环境行为中的作用,但仍有许多值得进一步探索的领域。未来的研究可以从以下几个方面展开,以更全面地理解情绪与亲环境行为之间的关系,并为推动环境保护提供更具针对性的策略。

4.1. 情绪与认知的交互作用

当前的研究大多将情绪和认知视为独立的因素,但实际上,情绪与认知在决策过程中往往是相互作用的。未来的研究应更多地关注情绪与认知的交互作用,尤其是情绪如何影响个体对气候变化的理解和应对方式。例如,积极情绪是否能够增强个体对气候变化风险的认知,进而促进更持久的行为改变?此外,情绪是否能够调节认知偏差,帮助个体更好地理解复杂的环境问题?例如,当个体处于希望情绪时,是否会更倾向于采用积极的、建设性的思维方式来理解环境问题,从而减少对问题的忽视或误解?这些问题需要通过设计实验,让参与者在不同情绪状态下(如希望、快乐、焦虑等)评估气候变化的风险程度,并观察其行为反应是否存在差异。研究情绪如何影响个体在面对环境问题时所采用的认知策略,例如信息搜索、信息加工和决策制定过程。例如,希望情绪是否促使个体更积极地寻找和利用与亲环境行为相关的有效信息,而焦虑情绪则可能导致个体过度关注负面信息而陷入困境?

4.2. 情绪在不同文化和社会背景下的作用

现有的研究大多集中在西方文化背景下,情绪在亲环境行为中的作用可能因文化和社会背景的不同

而有所差异。未来的研究应更多地关注非西方文化背景下的情绪与亲环境行为的关系。例如,集体主义文化中的个体是否更容易受到集体情绪(如希望或担忧)的影响,进而采取集体行动?可以通过跨文化实验或实地调查,比较不同文化背景下个体在群体情绪影响下的亲环境行为表现。例如,在中国、日本等集体主义文化国家与美国、澳大利亚等个人主义文化国家之间进行对比研究。

此外,不同社会经济背景下的个体在面对环境问题时,情绪的作用是否有所不同?例如,低收入群体可能更关注经济成本与环境行为之间的权衡,而高收入群体可能更注重环境质量对生活品质的影响。研究可以探讨在不同社会经济阶层中,情绪如何影响个体对环境问题的关注度、理解程度以及行为选择。

4.3. 长期行为改变中的情绪作用

大多数现有研究关注的是短期行为改变,而长期行为改变(如绿色能源投资、可持续消费习惯的养成等)对环境保护的影响更为深远。未来的研究应更多地关注情绪在长期行为改变中的作用。例如,积极情绪是否能够帮助个体维持长期的亲环境行为?可以通过长期追踪研究,观察个体在经历积极情绪(如希望、成就感等)后,其亲环境行为(如持续使用公共交通、长期参与环保志愿活动等)的持续性是否更强。研究还可以探讨积极情绪如何通过增强个体的自我效能感、社会认同感等心理机制来促进长期行为维持。

消极情绪(如气候焦虑)是否会在长期内削弱个体的行为动机?例如,长期处于焦虑情绪中的个体可能会因为感到无助而放弃或减少亲环境行为。研究可以采用纵向研究方法,分析个体在不同时间点的情绪状态与亲环境行为之间的动态关系,揭示消极情绪对行为动机的潜在负面影响。通过追踪个体的长期行为变化,研究者可以更好地理解情绪在行为维持中的作用机制。

参考文献

- [1] O’Gorman, E. and Gaynor, A. (2020) More-Than-Human Histories. *Environmental History*, **25**, 711-735. <https://doi.org/10.1093/envhis/emma027>
- [2] Batool, N., Wani, M.D., Shah, S.A. and Dada, Z.A. (2023) Theory of Planned Behavior and Value-Belief Norm Theory as Antecedents of Pro-Environmental Behaviour: Evidence from the Local Community. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, **34**, 693-709. <https://doi.org/10.1080/10911359.2023.2205912>
- [3] Lange, F. and Dewitte, S. (2019) Measuring Pro-Environmental Behavior: Review and Recommendations. *Journal of Environmental Psychology*, **63**, 92-100. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2019.04.009>
- [4] Stern, P.C. (2000) New Environmental Theories: Toward a Coherent Theory of Environmentally Significant Behavior. *Journal of Social Issues*, **56**, 407-424. <https://doi.org/10.1111/0022-4537.00175>
- [5] Hornsey, M.J. and Fielding, K.S. (2019) Understanding (and Reducing) Inaction on Climate Change. *Social Issues and Policy Review*, **14**, 3-35. <https://doi.org/10.1111/sipr.12058>
- [6] Keohane, R.O. (2014) The Global Politics of Climate Change: Challenge for Political Science. *Political Science and Politics*, **48**, 19-26. <https://doi.org/10.1017/s1049096514001541>
- [7] Marcus, G.E. (2000) Emotions in Politics. *Annual Review of Political Science*, **3**, 221-250. <https://doi.org/10.1146/annurev.polisci.3.1.221>
- [8] Smith, N. and Leiserowitz, A. (2013) The Role of Emotion in Global Warming Policy Support and Opposition. *Risk Analysis*, **34**, 937-948. <https://doi.org/10.1111/risa.12140>
- [9] Lecheler, S., Bos, L. and Vliegenthart, R. (2015) The Mediating Role of Emotions: News Framing Effects on Opinions About Immigration. *Journalism & Mass Communication Quarterly*, **92**, 812-838. <https://doi.org/10.1177/1077699015596338>
- [10] Roeser, S. (2012) Risk Communication, Public Engagement, and Climate Change: A Role for Emotions. *Risk Analysis*, **32**, 1033-1040. <https://doi.org/10.1111/j.1539-6924.2012.01812.x>
- [11] Ojala, M. (2012) Hope and Climate Change: The Importance of Hope for Environmental Engagement among Young People. *Environmental Education Research*, **18**, 625-642. <https://doi.org/10.1080/13504622.2011.637157>
- [12] Brosch, T. (2021) Affect and Emotions as Drivers of Climate Change Perception and Action: A Review. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, **42**, 15-21. <https://doi.org/10.1016/j.cobeha.2021.02.001>
- [13] Loewenstein, G.F., Weber, E.U., Hsee, C.K. and Welch, N. (2001) Risk as Feelings. *Psychological Bulletin*, **127**, 267-

286. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.127.2.267>
- [14] Holtgrave, D.R. and Weber, E.U. (1993) Dimensions of Risk Perception for Financial and Health Risks. *Risk Analysis*, **13**, 553-558. <https://doi.org/10.1111/j.1539-6924.1993.tb00014.x>
 - [15] Hertwig, R., Barron, G., Weber, E.U. and Erev, I. (2004) Decisions from Experience and the Effect of Rare Events in Risky Choice. *Psychological Science*, **15**, 534-539. <https://doi.org/10.1111/j.0956-7976.2004.00715.x>
 - [16] Weber, E.U. and Johnson, E.J. (2009) Mindful Judgment and Decision Making. *Annual Review of Psychology*, **60**, 53-85. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.60.110707.163633>
 - [17] Constantino, S.M., Cooperman, A.D., Keohane, R.O. and Weber, E.U. (2022) Personal Hardship Narrows the Partisan Gap in COVID-19 and Climate Change Responses. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, **119**, e2120653119. <https://doi.org/10.1073/pnas.2120653119>
 - [18] Schneider, C.R., Zaval, L. and Markowitz, E.M. (2021) Positive Emotions and Climate Change. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, **42**, 114-120. <https://doi.org/10.1016/j.cobeha.2021.04.009>
 - [19] Fredrickson, B.L. (2001) The Role of Positive Emotions in Positive Psychology: The Broaden-and-Build Theory of Positive Emotions. *American Psychologist*, **56**, 218-226. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.56.3.218>
 - [20] Weber, E.U. (2020) Seeing Is Believing: Understanding & Aiding Human Responses to Global Climate Change. *Daedalus*, **149**, 139-150. https://doi.org/10.1162/daed_a_01823
 - [21] Baden, D. (2019) Solution-focused Stories Are More Effective than Catastrophic Stories in Motivating Proenvironmental Intentions. *Ecopsychology*, **11**, 254-263. <https://doi.org/10.1089/eco.2019.0023>
 - [22] Carlson, J.M., Kaull, H., Steinhauer, M., Zigarac, A. and Cammarata, J. (2020) Paying Attention to Climate Change: Positive Images of Climate Change Solutions Capture Attention. *Journal of Environmental Psychology*, **71**, Article ID: 101477. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2020.101477>
 - [23] Chatelain, G., Hille, S.L., Sander, D., Patel, M., Hahnel, U.J.J. and Brosch, T. (2018) Feel Good, Stay Green: Positive Affect Promotes Pro-Environmental Behaviors and Mitigates Compensatory “Mental Bookkeeping” Effects. *Journal of Environmental Psychology*, **56**, 3-11. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2018.02.002>
 - [24] Schneider, C.R., Zaval, L., Weber, E.U. and Markowitz, E.M. (2017) The Influence of Anticipated Pride and Guilt on Pro-Environmental Decision Making. *PLOS ONE*, **12**, e0188781. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0188781>
 - [25] Hartmann, P., Eisend, M., Apaolaza, V. and D'Souza, C. (2017) Warm Glow vs. Altruistic Values: How Important Is Intrinsic Emotional Reward in Proenvironmental Behavior? *Journal of Environmental Psychology*, **52**, 43-55. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2017.05.006>
 - [26] Bury, S.M., Wenzel, M. and Woodyatt, L. (2019) Against the Odds: Hope as an Antecedent of Support for Climate Change Action. *British Journal of Social Psychology*, **59**, 289-310. <https://doi.org/10.1111/bjso.12343>
 - [27] Chu, H. and Yang, J.Z. (2019) Emotion and the Psychological Distance of Climate Change. *Science Communication*, **41**, 761-789. <https://doi.org/10.1177/1075547019889637>
 - [28] Fritsche, I. and Masson, T. (2021) Collective Climate Action: When Do People Turn into Collective Environmental Agents? *Current Opinion in Psychology*, **42**, 114-119. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.05.001>
 - [29] Lazarus, R.S. (1991) *Emotion and Adaptation*. Oxford University Press.
 - [30] Snyder, C.R. (2000) The Past and Possible Futures of Hope. *Journal of Social and Clinical Psychology*, **19**, 11-28. <https://doi.org/10.1521/jscp.2000.19.1.11>
 - [31] Li, C.J. and Monroe, M.C. (2017) Exploring the Essential Psychological Factors in Fostering Hope Concerning Climate Change. *Environmental Education Research*, **25**, 936-954. <https://doi.org/10.1080/13504622.2017.1367916>
 - [32] van Zomeren, M., Pauls, I.L. and Cohen-Chen, S. (2019) Is Hope Good for Motivating Collective Action in the Context of Climate Change? Differentiating Hope's Emotion- and Problem-Focused Coping Functions. *Global Environmental Change*, **58**, Article ID: 101915. <https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2019.04.003>
 - [33] Feldman, L. and Hart, P.S. (2017) Is There Any Hope? How Climate Change News Imagery and Text Influence Audience Emotions and Support for Climate Mitigation Policies. *Risk Analysis*, **38**, 585-602. <https://doi.org/10.1111/risa.12868>
 - [34] Maartensson, H. and Loi, N.M. (2021) Exploring the Relationships between Risk Perception, Behavioural Willingness, and Constructive Hope in Pro-Environmental Behaviour. *Environmental Education Research*, **28**, 600-613. <https://doi.org/10.1080/13504622.2021.2015295>
 - [35] Chadwick, A.E. (2014) Toward a Theory of Persuasive Hope: Effects of Cognitive Appraisals, Hope Appeals, and Hope in the Context of Climate Change. *Health Communication*, **30**, 598-611. <https://doi.org/10.1080/10410236.2014.916777>
 - [36] Chapman, D.A., Lickel, B. and Markowitz, E.M. (2017) Reassessing Emotion in Climate Change Communication. *Nature Climate Change*, **7**, 850-852. <https://doi.org/10.1038/s41558-017-0021-9>