

感激情绪的认知评估体系*

丁如一^{1,2} 周 晖² 林 玛³

(¹中共佛山市委党校, 广东佛山 528300) (²中山大学心理学系, 广州 510275)

(³华南师范大学心理咨询研究中心, 广州 510631)

摘 要 本文从情绪认知理论的角度出发, 通过 3 个研究探究与感激情绪有关的认知评价维度, 进而建立感激情绪的认知评价体系。研究 1 使用回忆不同类型的情绪性事件法初步探究了感激情绪的认知评估体系; 研究 2 使用操作认知评估维度法探究了认知评价的变化对感激体验的影响; 研究 3 使用故事情境法分别从个体特质和情境因素的角度, 探究个体特质与感激情绪之间的关系如何受到个体认知评价的影响, 进而为感激情绪的评价体系提供更多的证据支持。研究 1 发现感激情绪体验与受关怀感、符合道德规范和他人负责性 3 个维度之间存在正相关关系。研究 2 发现 3 个认知评估维度体验的有无均会导致个体在感激情绪体验上出现显著差异。研究 3 表明感激特质可以预测个体的认知评价和感激情绪体验; 同时, 受关怀感、道德规范、他人负责 3 个认知评价维度在感激特质与感激情绪关系间起到中介作用。结论: 3 个研究结果表明, 受关怀感、道德规范、他人负责性 3 个认知评价维度与感激密切相关, 并在区分开感激与自豪、亏欠感等情绪中起重要作用。因此, 这 3 个认识评估维度共同组成了感激情绪认知评价体系。

关键词 感激; 认知评价; 情绪评估理论

分类号 B842

1 前言

感激向来是中华民族的传统美德。“滴水之恩, 涌泉相报”、“投之以桃, 报之以李”等充满感激情怀的佳句, 至今仍广为流传。可是, 为什么面对同一情境, 人们所体验到的感激情绪却各不相同呢? 情绪评估理论认为, 情绪的产生源于个体对环境的评价, 因此认知评估对于情绪的产生有着非常重要的影响。根据情绪评估理论, 每种情绪都有自己独特的由一系列评估维度组成的认知评价体系, 不同情绪之间的区别也因此而体现(Scherer, 1988; Siemer, Mauss, & Gorss, 2007; Smith & Lazarus, 1993)。若能构建感激情绪的认知评估体系, 了解引起感激情绪产生的具体认知评价维度, 不仅可以帮助我们预测个体在什么时候会体验到感激情绪, 解释不同个体在相同情境中感激体验的差异, 还可以为开展干预研究提供更多理论支持。然而, 目前关于感激认知评估体系的研究却比较少。基于此, 本文旨在探

索与感激情绪产生有关的认知评估维度, 建立感激情绪的认知评估体系, 进一步拓宽感激的研究领域。

1.1 感激

感激作为一种正性情感体验(Fredrickson, 2004), 像其他情感一样, 有着两不同的存在形式: 特质感激和状态感激(McCullough, Emmons, & Tsang, 2002)。状态感激与特定情境有关, 表现为即时的感激体验, 或较为持久的感激心境(Bartlett & DeSteno, 2006; McCullough, Kilpatrick, Emmons, & Larson, 2001)。而特质感激是特定个体体验到感激情绪的可能性, 即体验感激情绪的预定的心理倾向(McCullough, Tsang, & Emmons, 2004)。状态感激与特质感激不同, 即体验到感激情绪的人与具有感激特质的人不能划等号。

一系列实证研究表明, 感激对于个体健康发展起着重要作用, 能够引起许多适应性社会结果(Adler & Fagley, 2005; McCullough et al., 2002; Wood, Joseph, & Maltby, 2009)、减少外化和内化问

收稿日期: 2013-07-18

* 中央高校基本科研业务费专项资金(16000-3161105)资助。

通讯作者: 周晖, E-mail: edszh@mail.sysu.edu.cn

题行为(Wood, Maltby, Stewart, & Joseph, 2008)并促进个体认知能力、身心健康、幸福感等积极发展(Wood, Froh, & Geraghty, 2010)。与以往的研究大都关注特质感激不同,本研究着重分析状态感激,旨在考察影响状态感激产生及与其强度相关的认知因素。

1.2 情绪评估理论

情绪的认知理论家强调个体体验到的情绪是通过刺激事件进行认知评价而产生的(Arnold, 1960; Lazarus, 1991; Siemer et al., 2007),知觉和认知是刺激事件和情绪反应之间必不可少的中介物(孟昭兰, 1985)。即根据情绪认知理论,不同的人之所以会对同样一事件或情境表现出不同的情绪反应(如学生考试作弊被发现,有的感到羞耻,有的感到内疚或窘迫)是由于人们对环境事件认知评价(归因)不同。情绪评估理论的提出对于解释为什么不同的情境会诱发相同的情绪、不同个体对同一情境产生不同的情绪反应,以及解释和预测个体情绪反应、不同情绪对个体目标和行为倾向的影响等问题具有重要作用。

根据情绪的认知评价理论,一种特定的认知成分对某种特定情绪的产生来说往往是不够充分的。因此,某种具体情绪(如愤怒、羞耻)的认知评估体系常常是由几种认知评价维度组合而成的(Kuppens, Mechelen, Smits, & De Boeck, 2003)。例如,Smith和Ellsworth(1985)提出的认知评价理论中包括初级评价——愉悦感(pleasure)(个体是否感到高兴)以及次级评价——确定性(certainty)(个体对情境的确定性)、注意活动(attention activity)(个体是否关注)、可控感(control)(事件是由个体还是情境或他人所控制)、预期努力(anticipated effort)(是否需要付出生理或心理上的努力)、责任(responsibility)(他人或是自身对事件负有责任)共6种维度。该理论中的认知评价维度被后来的研究者们广泛认同和引用(DeSteno, Petty, Wegener & Rucker, 2000; Lerner & Keltner, 2000)。

在过去的几十年间,虽然研究者们构建了不同的认知评价理论,期望以此尽可能地区别不同的情绪,但是没有一种评价体系可以完整地区分所有的情绪,凸显出所有情绪的主要特征(Manstead, Tetlock, & Manstead, 1989)。比如虽然Smith和Ellsworth(1985)的六维度理论所建立的评估模型可以区分15种情绪,但是研究者指出这些维度没有包括伤害他人(Manstead et al., 1990)及个人标准(Scherer, 1984)等维度,而这些认知维度是内疚情

绪产生的重要条件(Hoffman, 1982)。因此,近些年来,研究者们更关注探究某种具体特定情绪的认知评价维度体系。比如Kuppens等(2003)发现目标受挫、不公平感及他人负责性是愤怒情绪的重要的认知评价成分;Van de Ven Zeelenberg和Pieters(2012)则区分了愤恨(resentment)和恶意的嫉妒(malicious envy)两种情绪的认知评价维度的不同,发现将情境归因于他人会诱发愤恨和不满,归因于环境会产生恶意的嫉妒(malicious envy)。事实上,研究者们已经建构了愤怒(Kuppens et al., 2003; Van Mechelen & Hennes, 2009)、嫉妒(Van de Ven Zeelenberg & Pieters, 2012)、羞耻和内疚(Tracy & Robins, 2006)等特定情绪的认知评估维度。

在感激的研究领域,目前笔者能够查阅到的关于认知评估维度的研究只有Wood等人(Wood et al., 2008)进行的研究。Wood等人(2008)基于前人的研究结果提出,受助者会从助人者意图、助人成本和所提供利益价值3个方面进行归因,这些归因汇总在一起形成一种利益评估,进而对状态感激产生影响。Wood等人(2008)认为这个模型包括社会情景、个体差异和起调节作用的认知机制,即情景的变化会引起个体对利益评估的改变,进而对状态感激产生影响,因此是一种社会认知模型。虽然这个模型中的认知评估维度与感激情绪体验的强度紧密相关,但是该模型在理论和实际运用上是存在局限的。首先,Wood等人(2008)的模型中,个体对助人者意图、助人成本和所提供利益价值的感知等评估维度仅限于助人情境中,并不是通常的认知评估理论里面的评价维度(如愉悦感,可控感等),因此不利于我们将感激与其他情绪的认知评估维度进行对比和区分。比如,用Wood等(2008)的模型,我们不能很好地区分感激和开心情绪;其次,由于这个模型中的评估维度往往只与助人情景相关联,因而忽略了其他情境中可能产生的感激情绪。比如个体对外在环境(如美好的天气,大自然的美景)、宠物等也会产生感激,这些感激情绪的强度等与助人者意图、助人成本和助人者提供利益的价值感等并无直接联系。因此,本研究期望建立一个这样的感激情绪的认知评估体系,它即要满足区分感激情绪与其他情绪的目的,同时又与感激情绪产生密切相关。

1.3 相关研究及可能与感激情绪有关认知评价维度

通过大量查阅以往情绪认知评估理论中的认知评估维度以及关于感激的研究,我们提出了5个

可能与感激体验可能紧密相关的认知评价维度, 分别是: 他人负责性(other accountability, or agency)、受关怀感(Perceived responsiveness)、道德规范(moral norm)、目标一致性(goal congruence)和出乎意料感(unexpectedness)。我们预期所建立的感激情绪的评估体系具有三方面的特点: 首先该认知评估体系中的认知评估维度与感激情绪体验的强度紧密相关; 其次, 感激情绪与其他情绪的差异可以在这些维度上体现, 即感激情绪在这些认知评价维度上的得分与其他情绪在这些维度上的得分存在显著差异; 第三, 特质感激对状态感激的影响通过这些认知评价维度间接地起作用。

下面, 我们将对这 5 个维度的概念及与感激的关系进行依次讨论:

(1) 他人负责性

在面对积极和消极情境时, 人们会对事情产生的原因进行估计。他人负责性是指事件的产生应归因于他人还是自己(Ortony, Clore, & Collins, 1988; Smith & Ellsworth, 1985)。该维度被认为是区分负性情绪如内疚、羞耻(自我负责性情绪)和愤怒、轻蔑(他人负责性情绪)的重要维度(Feiring, Taska, & Chen, 2002; Fischer & Roseman, 2007)。

关于感激的大量研究发现, 不论是发生在助人情境中的感激情绪(Algoe, Haidt, & Gable, 2008), 还是个体在感受自然奇观时产生的感激(Emmons & McCullough, 2003), 甚至是个体对神(上帝)的感激(Krause, 2006), 其共同点就是: 引发感激的事件是来自外部, 而非个体自身。即, 感激产生于受惠者把自己的积极状况归因于他人的行动或努力。正是这种独特的归因过程使得感激与其他正性情感(如开心)区分开(Weiner, 1985)。

(2) 受关怀感

受关怀感是指感知到被理解、受到尊重、被关怀。这种受关怀的感觉对于建立和维系亲密关系和亲近感非常重要(Reis, Clark, & Holmes, 2004)。Watkins, Scheer, Ovniceka 和 Kolts (2006)提出该维度是区分感激与亏欠感情绪的重要因素。Algoe 等人(2008)发现被试体验到的受关怀感可以预测感激体验。关于浪漫关系的研究也发现, 在亲密关系中知觉到的来自对方的关怀与感激体验有关(Kubacka, Finkenauer, Rusbult, & Keijsers, 2011; Algoe, & Stanton, 2012)。

(3) 道德规范

道德规范由 Scherer (1982)提出, 指个体对他人或者自己行为是不是符合社会规范(或内化的标

准)的认知。McCullough 等人(2001)整合前人的观点, 提出感激的道德情感理论, 认为感激是一种道德情感。许多研究者认为感激如同情、内疚、羞耻等一样是一种道德和亲社会情绪(DeSteno, Bartlett, Baumann, Williams, & Dickens, 2010; McCullough et al., 2001), 而在诸如羞耻、内疚等道德情绪的认知评估体系中, 社会规范是一个重要的认知维度。事实上, 前人已经发现助人者出于利他还是出于自私的动机来帮助受助者会对受助者的感激情绪产生影响(Wood et al., 2008; Tsang, 2006)。而对助人者利他动机的判断, 在某种程度上与道德规范有一定的关联。因此, 我们预期, 产生感激体验的受惠者会对施惠者行为做出符合道德规范的认知评价。

(4) 目标一致性

目标一致性指事情在多大程度上与个体目标一致, 即事件的发生是促进还是阻碍目标的实现(Lazarus, 1991)。该认知评价维度被许多情绪评估理论视为一个重要维度, 可以很好地区分情绪体验的正负性(Scherer, 1984; Smith & Ellsworth, 1985)。比如, 当我们感知到目标受阻时, 会产生消极的情绪体验, 如愤怒、悲伤等; 而当我们感知到目标促进时, 会体验到正性情绪如开心、自豪等(Nyer, 1997)。根据感激情绪的定义, 感激情绪是个体在受到恩惠时产生的一种正性的、愉悦的情感体验(McCullough, et al., 2001; Fredrickson, 2004)。因此, 我们预期该认知评价维度可能是区别感激情绪与各种负性情绪的重要认知评价维度。

(5) 出乎意料感

出乎意料感指一件事情的发生、进展或者结果超出个体预期(Siemer et al., 2007)。出乎意料感是许多情绪, 如惊讶(Desmet, 2002; Silvia, 2005a), 失望(Van Dijk & Zeelenberg, 2002), 生气(Siemer et al., 2007), 兴趣(Silvia, 2005b)的重要评价维度。Tangney, Stuewigk 和 Mashek (2007)认为当个体觉得助人者提供的帮助超出自己的预期时更可能感到感激。Algoe 等(2008)发现, 事件令人惊奇的程度与感激之间的相关关系显著。根据上述研究, 我们假设出乎意料感是感激的一个认知评估维度。

本研究将通过 3 个子研究探究以上认知评价维度与感激情绪体验之间的关系。

2 研究 1: 感激情绪的认知评估体系初步确立

本研究拟初步确立感激的认知评估体系。如果

前言中提到的 5 个认知评价维度(他人负责性、受关怀感、道德规范、目标一致性、出乎意料感)组成了感激情绪的认知评价体系,那么它们会与感激情绪体验的强度存在显著相关关系,并且感激情绪与其他情绪的差异可以在这些维度上体现。

研究中,被试将被要求回忆感激与其他 4 种情绪性事件:自豪、开心、愤怒和亏欠感,并被要求评估自己当时的情绪感受及认知评价。这 4 种情绪在以往与感激情绪的对比研究中经常出现。它们或与感激情绪在某个认知评价维度有高度一致性,或与感激情绪在某个认知评价维度存在显著差异性。本研究选取这 4 种情绪与感激情绪进行对比,目的在于寻找可以区别感激情绪与这些情绪的认知评价维度,体现感激情绪与其他类型情绪在认知评价维度上的差异。

2.1 研究方法

2.1.1 被试

随机抽出广东省某高校学生 73 人,剔除漏答题目较多或明显不符实际的问卷 3 份(有 3 题以上没有完成就删除,或全部选的同一答案就删除),最后得到有效问卷 70 份,其中男生 20 名,女生 50 名,平均年龄 18.99 ± 0.51 岁。

2.1.2 研究材料和程序

情绪启动材料

本研究采用回忆情绪事件法(Smith & Ellsworth, 1985)对被试进行情绪唤起。被试被要求回忆经历过的最让自己感到愤怒/亏欠/感激/自豪/开心的事件,并详细地描述当时发生了什么,当时是怎么想的(不少于 50 字)。回忆情绪性事件及自我报告问题的顺序通过拉丁拉方法平衡。如:“请详细地描述一个在你的生命中最让你体验到感激的情境。请描述当时发生了什么,你当时是怎么想的、怎么做的。”

情绪体验

被试在回忆每个情绪性事件后,紧接着会被要

求评估自己当时的情绪感受。在进行情绪评估时,被试被要求在 5 个情绪词(生气、自豪、开心、感激、亏欠感)后选择最能表达自己该种情绪感受程度的等级(0[一点也没有]~6[非常强烈])。在许多关于情绪的研究中,使用这种单个情绪词法测量回忆法诱发的情绪(Graham, 1988; Kuppens et al., 2007)。

事件的认知评估

在回忆每个情绪性事件后,被试需要完成一份认知评估量表,该认知评估量表包括我们假设的 5 个认知维度,共 13 个条目,进行 1(极低程度)~5(极高程度)评分。如“你在多大程度上感受到了来自他人的关心和关爱?”(感受到的关爱维度),“你认为事件主人公的行为在多大程度上符合道德规范(标准)的?”(道德规范维度)。其中,出乎意料将从出乎意料的好和出乎意料的坏两个角度进行测量;他人负责性将从他人负责还是自己负责两个角度进行测量。

2.2 结果

回忆各情绪事件时,不同情绪得分如表 1 所示。对回忆不同情绪事件时 5 种情绪(开心、愤怒、自豪、感激、亏欠感)得分进行方差分析,发现回忆愤怒、自豪、感激、亏欠感情绪事件时,靶情绪体验都显著高于其他情绪体验,这表明,通过回忆法诱发感激、自豪、亏欠感和愤怒情绪达到了预期的效果。但是,回忆开心事件组的开心情绪与回忆感激和自豪时的开心情绪不存在显著性差异($t_{\text{开心-感激}}(64) = 1.66, p > 0.05$; $t_{\text{开心-自豪}}(66) = 0.384, p > 0.05$)。开心事件组诱发开心情绪失败。因此在接下来的结果中,将不包括对回忆开心事件的分析。

2.2.1 情绪与认知评估维度的相关

将各情绪事件下被试情绪体验与认知评价维度得分进行相关分析,结果如表 2 所示。其中,他人负责性维度我们将从他人负责和自己负责两个角度进行分析,出乎意料性从出乎意料的好与出乎意料的坏两个角度进行分析。

表 1 回忆不同事件组被试情绪反应得分的均值和标准差

回忆任务组	情绪体验				
	感激	开心	自豪	生气	亏欠感
感激事件组	5.32(1.27)	4.05(1.87)	1.98(1.99)	0.85(1.75)	1.73(1.80)
开心事件组	4.71(2.18)	4.01(2.23)	3.67(2.00)	0.12(0.47)	0.55(1.16)
自豪事件组	3.59(1.99)	4.84(1.69)	5.23(1.16)	0.22(0.84)	0.72(1.26)
愤怒事件组	0.27(0.98)	0.22(0.87)	0.36(1.11)	5.12(1.31)	0.84(1.57)
亏欠感事件组	1.22(1.88)	0.59(1.36)	0.29(1.02)	2.26(2.18)	4.78(1.66)

注:得分越高,情绪体验越强烈;每组 $n = 66$;括号内为标准差。

结果显示, 回忆感激事件中的感激情绪体验与受关怀感、符合道德规范和他人负责性 3 个维度之间存在显著正相关关系(r 分别为 0.59, 0.32 和 0.31), 与其他 3 个认知评价维度间的相关则不显著。

2.2.2 共同方法偏差检验

由于本研究中的多个变量数据均由被试者提供, 因此有可能存在共同方法偏差 (common method biases) 效应。根据相关研究 (Podsakoff, MacKenzie, Lee, & Podsakoff, 2003; Lindell & Whitney, 2001) 的建议, 在本研究中使用了以下 4 种程序控制的方法减小其影响: (1) 采用匿名调查, 强调保密原则; (2) 平衡项目顺序; (3) 自变量和因变量计分尺度不同; (4) 使用反向题。

另外, 采用 Harman 单因子检验法 (周浩, 龙立荣, 2004) 考察研究是否严重受到共同方法偏差的影响。对回忆每种情绪事件时被试的自我报告的认知评价和情绪体验评价进行未旋转因子分析, 每个分析中特征根大于 1 的因子都是 5 个, 而且每个事件组第一个因子解释的变异量均小于 40% 的临界标准, 说明共同方法偏差并不明显。

2.2.3 回忆不同情绪事件时认知评价差异

用单因素重复测量方差分析法分别对 4 种情绪事件下的认知评估维度得分进行方差分析的, 结果

表明各认知评价维度的主效应显著。表 3 呈现了被试在不同情绪事件的认知评价的平均数、标准差及重复测量方差检验的结果。

从表 3 可以看出, 两种 positivity 情绪, 感激和自豪事件回忆组的各个认知评价都非常接近; 而两种 negativity 情绪, 愤怒和亏欠感在许多认知评价得分也较为接近。为了探讨被试对感激情绪事件与对其它情绪事件的认知评价的不同, 我们将回忆感激事件时各认知评价维度得分与回忆其它情绪事件组认知维度得分进行多重比较, 结果表明: 对于感激与自豪事件, 被试在出乎意料的坏、目标一致性、受关怀感、他人负责性和自己负责性 5 个认知维度上存在显著性差异 ($p < 0.05$), 其他认知维度上差异不显著。感激与亏欠事件情境相比, 被试在 5 个认知评价维度上均存在显著性差异 ($p < 0.05$)。感激与愤怒事件情境相比, 除了他人负责性认知评价差异不显著, 其他认知维度上均存在显著性差异 ($p < 0.05$)。

2.3 讨论

研究 1 结果显示, 感激、自豪、愤怒、亏欠感 4 种情绪与不同的认知评价维度组合之间存在密切的联系。其中, 感激情绪体验与受关怀感、符合道德规范和他人负责性 3 个维度之间存在显著的正相关关系, 说明这 3 个认知评价维度很可能是组成感

表 2 回忆不同情绪事件后被试情绪体验与各认知评估维度间相关系数 ($N = 66$)

回忆任务组	认知评价维度						
	出乎意料的好	出乎意料的坏	目标一致性	受关怀感	道德规范	他人负责性	自己负责性
感激	0.19	0.19	0.01	0.59**	0.32**	0.31*	-0.07
自豪	0.27*	0.00	0.30*	0.25*	0.17	-0.03	0.38**
愤怒	-0.17	0.45**	-0.06	0.13	0.08	0.44**	-0.23
亏欠	-0.15	0.27*	0.12	-0.03	0.16	0.26*	0.28*

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

表 3 回忆不同情绪事件后各认知评估维度得分的重复测量方差分析

回忆任务组	认知评价维度				F
	感激 ($n = 66$)	自豪 ($n = 69$)	亏欠感 ($n = 68$)	愤怒 ($n = 67$)	
	$M \pm SD$	$M \pm SD$	$M \pm SD$	$M \pm SD$	
出乎意料的好	3.92 $\pm$ 1.13	4.28 $\pm$ 0.87	1.71 $\pm$ 1.19	1.25 $\pm$ 0.84	153.80***
出乎意料的坏	1.71 $\pm$ 1.09	1.26 $\pm$ 0.74	3.75 $\pm$ 1.06	4.18 $\pm$ 1.09	144.89***
目标一致性	3.82 $\pm$ 1.02	4.13 $\pm$ 0.83	2.29 $\pm$ 1.17	1.79 $\pm$ 1.07	94.18***
受关怀感	4.52 $\pm$ 0.81	4.14 $\pm$ 0.74	3.39 $\pm$ 1.10	2.45 $\pm$ 0.86	70.00***
道德规范	4.45 $\pm$ 0.74	4.34 $\pm$ 0.79	3.18 $\pm$ 0.78	3.02 $\pm$ 0.64	82.85***
他人负责性	3.97 $\pm$ 0.96	3.2 $\pm$ 1.07	2.88 $\pm$ 1.10	3.91 $\pm$ 0.97	22.76***
自己负责性	3.49 $\pm$ 0.98	4.05 $\pm$ 0.74	4.1 $\pm$ 0.75	2.84 $\pm$ 1.05	31.87***

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

激情绪认知评估体系的重要维度,这与我们的假设一致。但是出乎意料感和目标一致性与感激情绪的相关并没有得到验证。

其次,研究 1 的结果表明在回忆感激事件时,被试在受关怀感、符合道德规范和他人负责性这 3 个认知维度上的得分也是非常高(平均数)。这说明这 3 个认知评价维度在区分感激情绪与其他情绪中起着重要的作用。需要注意的是,单个认知评价维度并不能构成情绪的认知评价体系,因此在分析认知评价维度与不同情绪的关系时,要将不同的认知评价维度组合在一起进行对比分析。比如,虽然感激和自豪情绪体验的强度均与受关怀感有关,但是相对于回忆自豪性事件($M = 4.14$),被试在回忆感激事件($M = 4.52$)时所体验到的受关怀感更强烈。而且回忆感激事件时,在他人负责性这个认知评价维度上的得分($M = 3.97$)显著高于回忆自豪事件时($M = 3.20$)。这表明受关怀感、他人负责性是区分感激和自豪情绪体验的感激情绪特定的重要维度。

同时,符合道德规范、受关怀感这两个认知评价维度可以很好地区分感激情绪体验和愤怒情绪。感激情绪与愤怒情绪的强度均与他人负责性有关,但是,感激情绪的强度还与符合道德规范和受关怀感相关,而愤怒情绪的强度与符合道德规范和受关怀感并不相关。感激情绪事件中,被试评价的受关怀感($M = 4.52$)和符合道德标准($M = 4.45$)维度上得分与回忆愤怒事件组在这两个维度上的得分($M = 2.45$, $M = 3.02$)存在显著差异。这表明符合道德规范和受关怀感是感激情绪的认知评估维度而不是愤怒情绪的认知评估维度。

受关怀感、符合道德规范两个认知评估维度还可以区分感激情绪与亏欠感情绪。这两个维度均与感激情绪体验的强度相关,而与亏欠感情绪的相关不显著;回忆感激事件组个体在受关怀感($M = 4.52$)和符合道德标准($M = 4.45$)两个维度上的得分显著高于回忆亏欠感事件组个体在这两个维度的得分($M = 3.39$, $M = 3.18$),这表明在感激的认知评价维度中,受关怀感和符合道德规范两个维度可以区分感激与亏欠感情绪。

总的来说,研究 1 结果初步确立了由受关怀感、符合道德规范和他人负责性 3 个维度组成的感激情绪的认知评价体系。这些认知维度不仅与感激情绪体验的强度紧密相关,并且能体现感激情绪与其他情绪在认知评价上的区别。

3 研究 2: 认知评价的变化对感激体验的影响

研究 1 初步确定了由受关怀感、符合道德规范和他人负责性 3 个维度组成的感激情绪的认知评价体系,研究 2 将对该体系的可靠性将进行进一步验证。

如果受关怀感、符合道德规范和他人负责性确实是影响感激情绪产生的重要认知因素,那么可以预期,这些认知评价的变化将导致感激情绪强度的变化。因此,研究 2 将通过操作认知评价维度的有无来探究认知评价维度与感激情绪的关系。被试将被要求回忆自己经历过的正性情绪性事件,并且指导语中会明确指明被试在这些正性情绪事件中必须有或者没有某种认知体验。我们假设相对于回忆认知评价体验存在时的情绪事件,被试在回忆认知评价体验不存在时的情绪性事件时会体验更低程度的感激。

3.1 研究方法

3.1.1 被试

随机抽出广东省某高校学生 101 名,其中有 8 份问卷存在不认真作答,进行删除(有 3 题没有完成就删除,或全部选的同一答案就删除),共剩余有效问卷 93 份,其中男生 38,女生 41 名,有 14 名被试性别不详,平均年龄 23.15 ± 3.30 岁。

3.1.2 实验材料和程序

研究 2 采用被试间设计,自变量是认知评价的变化,因变量是被试的情绪体验。

为了操纵认知评价的变化,被试被要求回忆 3 件最近发生的愉快的事件,但是这些事件有一个认知维度是存在的或者是缺失的(如:“请描述三个你最近经历过的愉快的情境,在这 3 个愉快的情境中,你觉得自己或者他人的行为是非常符合道德规范的”,或者“请描述三个你最近经历过的愉快的情境,在这 3 个愉快的情境中,你没有觉得自己或者他人的行为是非常符合道德规范的”)。因为我们的认知评价体系包括 3 个认知维度,每个认知维度都有该认知评价存在或缺失两种情况,因此编制了 6 种不同的问卷,在每种问卷中,存在或者缺少一个认知评价,详见表 5 (完成每种类型问卷的被试个数见表 4)。

本研究的因变量是情绪体验。在回忆每个情境之后,被试被要求完成情绪评估问卷。情绪评估问卷测量了感激、开心、惊奇和自豪 4 种情绪。每种

情绪使用 4 个相近的情绪词进行测量: 感激(感激的、感谢的、感恩的), 开心(快乐的、开心的、高兴的), 惊奇(惊讶的、吃惊的、惊奇的), 自豪(自豪的、骄傲的、光荣的)。使用 3 个情绪词的平均分作为该情绪的得分(如惊讶情绪的强度用被试在惊讶的、吃惊的、惊奇 3 个情绪词上的平均分衡量)。被试在每个情绪词后选择最能表达自己的情绪感受程度的等级(0[一点也没有]~6[非常强烈])。每种情绪测量下 3 个情绪词之间的内部一致性系数分别为: 0.90, 0.93, 0.87, 0.91。

3.2 结果与讨论

各组情绪体验描述性统计如表 5 所示。

我们分别以认知评价(有/无)为自变量, 几种情绪得分同时作为因变量进行多因变量方差分析。结果表明, 在受关怀感维度上, 多元方差分析结果为 $F(1,3) = 11.62, p < 0.00$, 进一步进行组间比较表明, 受关怀感组被试在开心、感激、自豪 3 种情绪体验上得分显著高于没有感受到受关怀组 ($F(1,84) =$

$5.47, p < 0.05; F(1,81) = 44.62, p < 0.001; F(1,78) = 12.87, p < 0.001$); 在符合道德规范维度上, 多元方差分析结果为 $F(1,3) = 11.89, p < 0.001$, 进一步进行组间比较表明, 符合道德规范组被试在开心、感激、自豪 3 种情绪体验上得分显著高于不符合道德规范组 ($F(1,83) = 10.05, p < 0.01; F(1,83) = 33.60, p < 0.000; F(1,83) = 10.04, p < 0.01$); 在他人负责性维度上, 多元方差分析结果为 $F(1,3) = 10.97, p < 0.001$, 进一步进行组间比较表明, 他人负责性组被试在感激、自豪得分上分别显著高于自己负责组被试在感激、自豪情绪上得分, $F(1,79) = 26.52, p < 0.001, F(1,79) = 4.781, p < 0.05$ 。

上述数据表明, 在回忆事件中, 当他人负责性、受关怀感和道德规范等几种认知评价发生变化时, 感激情绪的程度也发生了显著变化。这说明, 我们初步提出的感激的认知评价体系是可靠的, 这些认知的变化确实可以引起感激情绪的变化。

表 4 研究指导语: 不同问卷类型指导语及每种问卷类型下被试个数

认知评价维度	指导语	被试个数
	“请描述三个你最近经历过的愉快的情境。在这三个愉快的情境中, ……”	
符合道德规范		
有	“觉得自己或者他人的行为是非常符合道德规范的”	15
无	“不觉得自己或者他人的行为是非常符合道德规范的”	17
受关怀感		
有	“感受到了关爱”	14
无	“没有感受到关爱”	16
他人负责性		
有	“你的感受是由他人(或其他外在力量)引起的”	15
无	“你的感受是由你自己引起的”	16

表 5 不同认知评价维度下各情绪体验的平均数和标准差

认知评价维度	情绪类型											
	惊奇			开心			感激			自豪		
	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
受关怀感												
有	40	2.31	1.41	43	4.39	1.31	43	4.34	1.21	40	2.43	1.60
无	41	1.78	1.50	43	3.6	1.75	40	1.95	1.81	40	1.21	1.45
他人负责性												
自己	41	1.57	1.35	41	4.23	1.17	41	2.65	1.48	41	3.05	1.75
他人	40	2.13	1.46	40	4.6	1.07	40	4.21	1.23	40	2.18	1.84
符合道德规范												
有	47	2.36	2.87	47	4.82	1.20	47	3.31	2.01	47	2.6	1.90
无	38	1.54	1.67	38	3.78	1.80	38	1.08	1.41	38	1.41	1.44

4 研究 3: 认知评价在感激特质和感激情绪关系间的中介作用

McCullough 等人(2004)的研究表明,感激特质高的个体体验感激情绪的频率和强度更高,特质感激与状态感激之间有着密切的联系。比如,在同样的受助情境中,高感激特质的个体可能会比低感激特质的人更容易体验到感激情绪,产生幸福感。但是目前除了 Wood 等人(2008)的研究,关于探究感激特质与状态感激密切相关的内在机制的研究甚少。在前两个研究中,我们确立的感激情绪的认知评估体系,并验证了认知评价的变化会影响感激情绪。如果这个体系确实有效,那么预期特质感激应该会通过认知评价的中介作用影响感激情绪。因此,研究 3 将使用故事情境法,从感激的认知评价体系对感激特质和感激情绪关系间中介作用的角度,对感激情绪的认知评估维度与感激体验的关系进行进一步验证。我们假设受关怀感、他人责任感和道德规范是感激特质和感激情绪之间中介变量。

4.1 研究方法

4.1.1 被试

随机抽出广东省某高校学生 78 人,剔除漏答题目较多或明显不符实际的问卷 2 人(有 5 题没有完成就删除,或全部选的同一答案就删除),最后得有效问卷 76 份,其中男生 28 名,女生 43 名,5 名性别不详,平均年龄(19.94 ± 0.81)。

4.1.2 研究材料与过程

认知评价及感激情绪的测量: 故事情境问卷

参考以往研究中使用的助人情境故事(Tsang, 2006; Wood et al., 2008),并根据研究 1 和研究 2 中被试回忆的感激情境,自编 6 个在大学校园中经常发生的助人故事。故事情境后认知评价及感激情绪的测量方法根据 Tsang (2006)和 Wood 等人(2008)的研究进行修订。

被试被要求仔细阅读 6 个故事,并想象自己

是故事中的主人公,尽可能使自己融入到故事情境中,如:

“早上你突然肚子很痛,于是忍痛准备走去医务室看病。出门的时候遇到同一个社团的同学,他/她本来应该去上课,但是看你不舒服,主动陪你去校医室看医生,看完医生后还给你买好早餐,确保你没事后才去上课。”

阅读每个故事后回答 3 个认知维度的认知评估问题(“你在多大程度上感受到了来自他人的关心和关爱?”、“你认为事件帮助你的人的行为在多大程度上符合道德规范(标准)的?”、“这件事情发生时,你觉得你的感受在多大程度上是由帮助你的人引起的?”),并对自己的感激情绪体验进行评估(“你会在多大程度上觉得感激他/她?”)。从 1(极低程度)~7(极高程度)评分。6 个故事各维度间内部一致性系数分别为 0.83, 0.80, 0.89, 0.82。

特质感激的测量: 感激特质问卷(CQ-6)

由 McCullough 等人(2002)编制,包括 6 个条目。1(非常不同意)~7(非常同意)评分。内部一致性系数为 0.76。

本研究采用被试内设计,被试完成故事情境问卷和感激特质问卷的顺序在被试内进行平衡,即一半被试先完成故事情境问卷,再完成感激特质问卷,而另一半被试则相反。

4.2 结果与讨论

4.2.1 初步分析

将每个认知维度在 6 个故事上得分的平均值作为认知维度得分,将感激情绪体验在 6 个故事上的得分的平均值作为感激得分。被试在各认知维度及感激情绪、感激特质上得分的均值、标准差,及各变量间相关如表 6 所示。各个变量之间的相关都非常显著。

4.3.2 共同偏差统计

本研究采用程序控制和统计控制两种方法。4 种程序控制的方法具体为以下 4 种:(1)采用匿名调查,强调保密原则;(2)平衡项目顺序;(3)不同量表

表 6 个体特质与认知评估维度、感激情绪体验相关分析($n = 76$)

认知评价维度	<i>M</i>	<i>SD</i>	1	2	3	4	5
1. 感激特质	5.76	0.86	—				
2. 受关怀感	5.99	0.74	0.43**	—			
3. 道德规范(标准)	5.78	0.76	0.31**	0.61**	—		
4. 他人负责	5.85	0.70	0.34**	0.68**	0.60**	—	
5. 感激情绪	6.24	0.65	0.36**	0.76**	0.58**	0.71**	—

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

的答题方式不同; (4)使用反向题; (5)将自变量、中介变量和因变量分开呈现 (Podsakoff et al., 2003; Lindell & Whitney, 2001)。统计控制采用 Harman 单因子检验法, 结果表明: 特征根大于 1 的因子有 13 个, 第一个主成分解释的变异为 32.84%, 未占到总变异解释量(80.38%)的一半。表明本研究没有明显受到共同方法偏差影响。

4.3.3 中介效应分析

根据温忠麟、张雷、侯杰泰和刘云红(2004)等提出的中介效应检测程序, 我们通过三步回归分析, 分别对受关怀感、他人负责性和道德规范的中介效应进行了分析。第一步回归旨在考察感激特质对感激情绪的预测作用。第二步回归分别分析了受关怀感、他人负责性和道德规范 3 个中介变量对感激情绪是否有预测作用。第三步回归则分别分析了受关怀感和感激特质、他人负责性和感激特质及道德规范和感激特质对感激情绪的预测力的大小。

在感激特质与感激情绪的关系中, 受关怀感、他人负责性的中介效应分析结果见表 7, 表 8。中介效应分析结果表明受关怀感和他人负责性具有完全中介效应。道德规范的中介效应分析见表 9。由于第 3 个 t 检验也是显著的, 所以是部分中介效应, 中介效应占总效应的比例为 $0.32 \times 0.52/0.36 = 46.28\%$ 。

表 7 受关怀感对感激特质和感激情绪的中介效应分析 ($n = 76$)

	回归方程	标准误	t 值
回归一	$Y = 0.36X$	0.08	3.32***
回归二	$M1 = 4.06X$	0.09	4.06***
回归三	$Y = 0.05X$	0.07	0.55
	$+0.74M2$	0.07	8.68***

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

表 8 他人负责性对感激特质和感激情绪的中介效应分析 ($n = 76$)

	回归方程	标准误	t 值
回归一	$Y = 0.36X$	0.08	3.32***
回归二	$M3 = 0.34X$	0.09	3.12**
回归三	$Y = 1.55X$	0.06	1.55
	$+0.66 M3$	0.08	7.65***

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

本研究使用故事情境法进一步明确感激情绪体验与不同的认知评价维度之间的关系。在为被试呈现标准的助人故事情境后, 被试的感激情绪体验

与受关怀感、道德规范(标准)、他人负责 3 个认知评价维度存在显著正相关关系, 这与我们研究 1 和研究 2 结果一致。本研究还表明感激特质得分越高, 在感受到的关心、道德规范、他人负责 3 个认知评价维度上的得分越高, 感激情绪体验得分也越高。最重要的是, 研究 3 证明了个体特质与感激情绪体验的关系是通过认知评价维度来起作用的。这些结果支持了感激情绪具有特定认知评价体系的假设, 证明我们建构的感激情绪的认知评估体系在感激研究领域方面具有一定的指导作用。

表 9 道德规范对感激特质和感激情绪的中介效应分析 ($n = 76$)

	回归方程	标准误	t 值
回归一	$Y = 0.36X$	0.08	3.32***
回归二	$M2 = 0.31X$	0.10	2.83**
回归三	$Y = 0.20X$	0.08	5.33***
	$+0.52M2$	0.07	2.03*

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

5 总讨论

在过去的几十年中, 大量的实证研究证据表明情绪与认知评价之间存在密切联系, 有力支持了情绪评估理论的假说。本文通过探究与感激情绪密切相关的认知评价维度, 为情绪评估理论假说提供了证据支持。同时, 通过 3 个实证研究, 发现了与感激情绪有关的 3 个认知评价维度: 受关怀感、符合道德规范、他人负责性, 并从三个方面提供了证据支持: 第一: 评估体系中的认知评估维度与感激情绪体验的强度紧密相关; 第二: 感激情绪在这些认知评价维度上的得分与其他情绪的存在显著差异; 第三: 感激特质对感激情绪的影响通过这些认知评价维度间接地起作用。

5.1 由受关怀感、符合道德规范、他人负责性组成的认知评价体系的可靠性

本研究从各认知评价维度与感激情绪的相关以及感激情绪与其他情绪在各认知评价维度上感知存在差异两个方面验证了本评估体系的可靠性。

首先, 受关怀感、符合道德规范、他人负责性 3 个认知维度与感激情绪体验强度之间存在显著的正相关关系在研究 1 和研究 3 中均得到了有效的证实。其次, 研究结果同时还表明与感激情绪体验密切相关的 3 个认知维度(受关怀感、符合道德规范、他人负责性)在区分感激情绪和其他情绪上起着重

要作用。即,当个体对某事件的评价是该事件是符合道德规范的、自己在该事件中受到了关怀、是其他人或客体引发的事件时,那么可以推测该个体体验到的情绪更可能是感激,而不是其他情绪。

这些结果与前人的研究存在一致性。比如,就他人负责性与感激的关系,Dunn 和 Schweitzer (2005)认为感激情绪的评价倾向是将正性事件感知为由他人所导致的,而自豪情绪的评价倾向是将正性事件感知为由自己所引起的,本文研究也发现他人负责还是自己负责是区分感激情绪与自豪情绪的一个重要认知维度,这与以往研究相符。

除此之外,本研究构建的感激情绪的认知评估体系,可以帮助我们更好理解前人研究结果。比如,以往许多研究发现,当个体在面对帮助时,除了产生感激情绪之外,还可以产生另一种情绪——亏欠感,即个体觉得亏欠他人,有责任对得到的帮助做出回报的情感体验是一种负性的、不愉悦的情绪(Greenberg, 1980)。亏欠感情绪与自我报告的回避动机密切相关,而感激情绪与自我报告的亲社会动机紧密联系(Gray, Emmons,& Morrison, 2001),当助人者希望得到回报的期望越高时,受助者体验到的感激越低,而亏欠感水平越高(Watkins et al., 2006)。那么为什么在受人帮助的时候,有时会产生亏欠感,有时会产生感激情绪?本文的研究发现,被试受关怀感体验越高,越倾向于评价对方的行为符合道德规范,认为他人在推动事件进展中起的作用更大,感激情绪越强烈;而亏欠感则与这些认知评价不相关。本研究结果提示,个体在受到帮助后的认知评价可能是其产生感激还是亏欠感的重要因素。

第三,为了对3个认知评价维度与感激直接的关系进行深入的论证,研究2则从研究1相反的逻辑出发,发现当我们操控3个认知评价维度的有无时,3个认知评价体验的不同会对个体的感激情绪体验产生显著影响。这表明感激情绪体验的变化受到3个认知评估维度的影响。

5.2 感激的认知评估体系用于感激相关研究的有效性

本研究从人格特质(感激特质)的角度出发,发现受关怀感、符合道德规范、他人负责性3个认知评价维度在感激特质与感激情绪关系中起中介作用。这些研究结果不仅为构建感激情绪的认知评估体系提供了证据支持,还对以往探究感激特质及感激情绪之间的关系提供了可能的解释。

例如,Wood 等人(2008)的研究发现个体对助人者意图、助人成本和所提供利益价值的评估可以调节特质感激和状态感激之间的关系,但是,目前对助人者意图、助人成本和所提供利益价值如何影响受助者的感激情绪体验的原因并没有得出一致性结论。根据本研究建立的感激认知评估体系,我们认为受关怀感、符合道德规范、他人负责性可能在助人者意图、助人成本和所提供利益价值与感激情绪之间的关系中起到中介的作用。即,当助人者不求回报,成本高或提供利益价值高时,受助者对事件的评价会是,更感到自己受到他人关怀,对方行为更符合道德规范,因而会体验到更强烈的感激情绪。

5.3 本研究的不足及未来研究的方向

然而,总的来说,本研究还存在许多不足之处,具体表现在以下几个方面:第一,研究中只使用有限的方法对有限的认知评价维度与感激情绪的关系进行了论证,对一些其他问题探究不足,比如,是否还存在其他与感激情绪密切相关的认知评估?真实情境下所产生的感激情绪是否也与已有的认知评估维度有着密切的关系?第二,通过本文的研究,我们并不能比较3个认知评价维度对感激情绪产生的贡献比率是否是相同的,即是否某些维度对感激情绪体验的产生具有更重要的影响?第三,本研究中所使用的样本是大学生被试,且以女性被试居多,研究结果是否能够在所有群体中得到推广也需要进一步深入论证。

在未来的研究中,首先可以对真实情境下所产生的感激情绪及其与认知评价维度之间的关系进行验证,以增进研究是生态效度。其次,未来研究可以利用我们建构的这个评估体系探讨不同个体之间产生的感激情绪存在差异的原因。如有研究显示,在精神超然性上得分高的个体比在该特质上得分低的个体在日常心境中体验到更高水平的感激(Piedmont, 1999; Emmons & Kneezel, 2005),同理心高的个体体验到的感激水平也更高(McCullough et al., 2002)。而自恋人格(Farwell & Wohlwend-Lloyd, 1998; McCullough et al., 2001)则与感激之间存在负相关。为什么这些不同人格特质的个体会体验到不同的感激情绪呢?很可能不同人格特质的个体在相同情境中对事件产生的认知评价不一样,从而导致了不同的感激体验。进一步的研究可以利用我们建立的感激情绪认知评估体系对相关问题进行深入探讨。

此外, 目前研究对于儿童感激情绪发展的状况的考察还是不充分的。虽然 Park 和 Peterson (2006) 等认为只有当孩子们的同理心在 10 岁左右发展到他们可以理解别人的意图能够促进他们生活满意感时, 他们才有可能像成年人一样感受感激, 但这并不能很好的解答儿童的感激情绪最早在什么时间出现, 为什么到了一定年龄, 儿童才体会到感激以及哪些认知能力的发展与感激情绪产生密切相关这些问题。未来研究可以在本文研究的基础上, 从感激认知评价维度的角度出发, 探究儿童认知能力的发展与感受关怀、评价他人行为是否符合道德规范及归因能力之间的关系, 进而探究儿童体验感激能力的发展。同时, 在此基础上通过提高个体感受关怀、评价他人行为是否符合道德规范, 及将正性结果归因于他人的认知评价能力, 在儿童和青少年中开展感激情绪的干预研究。

参 考 文 献

- Adler, M. G., & Fagley, N. S. (2005). Appreciation: Individual differences in finding value and meaning as a unique predictor of subjective Well-Being. *Journal of Personality*, 73(1), 79–114.
- Algoe, S. B., & Stanton, A. L. (2012). Gratitude when it is needed most: Social functions of gratitude in women with metastatic breast cancer. *Emotion*, 12(1), 163–168.
- Algoe, S. B., Haidt, J., & Gable, S. L. (2008). Beyond reciprocity: Gratitude and relationships in everyday life. *Emotion*, 8(3), 425–429.
- Arnold, M. B. (1960). *Emotion and personality: Psychological aspects*. New York: Columbia University Press.
- Bartlett, M. Y., & DeSteno, D. (2006). Gratitude and prosocial behavior helping when it costs you. *Psychological Science*, 17(4), 319–325.
- Desmet, P. M. A. (2002). *Designing emotions*. In dustrial Design. Delft: University of Technology.
- DeSteno, D., Bartlett, M. Y., Baumann, J., Williams, L. A., & Dickens, L. (2010). Gratitude as moral sentiment: Emotion-guided cooperation in economic exchange. *Emotion*, 10(2), 289–293.
- DeSteno, D., Petty, R. E., Wegener, D. T., & Rucker, D. D. (2000). Beyond valence in the perception of likelihood: The role of emotion specificity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(3), 397–416.
- Dunn, J. R., & Schweitzer, M. E. (2005). Feeling and believing: The influence of emotion on trust. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(5), 736–748.
- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(2), 377–389.
- Emmons, R. A., & Kneezel, T. E. (2005). Giving thanks: Spiritual and religious correlates of gratitude. *Journal of Psychology and Christianity*, 24(2), 140–148.
- Farwell, L., & Wohlwend-Lloyd, R. (1998). Narcissistic processes: Optimistic expectations, favorable self-evaluations, and self-enhancing attributions. *Journal of Personality*, 66(1), 65–83.
- Feiring, C., Taska, L., & Chen, K. (2002). Trying to understand why horrible things happen: Attribution, shame, and symptom development following sexual abuse. *Child Maltreatment*, 7(1), 25–39.
- Fischer, A. H., & Roseman, I. J. (2007). Beat them or ban them: The characteristics and social functions of anger and contempt. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93(1), 103–115.
- Fredrickson, B. L. (2004). Gratitude, like other positive emotions, broadens and builds. In R. A. Emmons & M. E. McCullough (Eds.), *The psychology of gratitude* (pp. 145–166). New York: Oxford University Press.
- Graham, S. (1988). Children's developing understanding of the motivational role of affect: An attributional analysis. *Cognitive Development*, 3(1), 71–88.
- Gray, S. A., Emmons, R. A., & Morrison, A. (2001, August). *Distinguishing gratitude from indebtedness in affect and action tendencies*. Poster presented at the annual meeting of the American Psychological Association, San Francisco, CA.
- Greenberg, M. S. (1980). A theory of indebtedness. In K. J. Gergen, M. S. Greenberg, & R. H. Willis (Eds.), *Social exchange: Advances in theory and research* (pp. 3–26). New York: Plenum Press.
- Hoffman, M., L. (1982). Affect and moral development. *New Directions for Child and Adolescent Development*, (16), 83–103.
- Krause, N. (2006). Gratitude toward God, stress, and health in late life. *Research on Aging*, 28(2), 163–183.
- Kuppens, P., Van Mechelen, I., Smits, D. J., & De Boeck, P. (2003). The appraisal basis of anger: Specificity, necessity and sufficiency of components. *Emotion*, 3(3), 254–269.
- Kubacka, K. E., Finkenauer, C., Rusbult, C. E., & Keijsers, L. (2011). Maintaining close relationships gratitude as a motivator and a detector of maintenance behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37(10), 1362–1375.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and Adaptation*. New York: Oxford University Press.
- Lerner, J. S., & Keltner, D. (2000). Beyond valence: Toward a model of emotion-specific influences on judgement and choice. *Cognition & Emotion*, 14(4), 473–493.
- Lindell, M. K., & Whitney, D. J. (2001). Accounting for common method variance in cross-sectional research designs. *Journal of Applied Psychology*, 86(1), 114–121.
- Manstead, A. S. R., Tetlock, P. E., & Manstead, T. (1989). Cognitive appraisals and emotional experience: Further evidence. *Cognition & Emotion*, 3(3), 225–239.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 112–127.
- McCullough, M. E., Kilpatrick, S. D., Emmons, R. A., & Larson, D. B. (2001). Is gratitude a moral affect?. *Psychological Bulletin*, 127(2), 249–266.
- McCullough, M. E., Tsang, J. A., & Emmons, R. A. (2004). Gratitude in intermediate affective terrain: Links of grateful moods to individual differences and daily emotional experience. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(2), 295–309.
- Meng, Z. L. (1985). Current theories of emotion. *Acta Psychologica Sinica*, 17(2), 209–215.
- [孟昭兰. (1985). 当代情绪理论的发展. *心理学报*, 17(2), 209–215.]

- Nyer, P. U. (1997). A study of the relationships between cognitive appraisals and consumption emotions. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 25(4), 296–304.
- Ortony, A., Clore, G. L., & Collins, A. (1988). *The cognitive structure of emotions*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Park, N., & Peterson, C. (2006). Character strengths and happiness among young children: Content analysis of parental descriptions. *Journal of Happiness Studies*, 7(3), 323–341.
- Piedmont, R. L. (1999). Does spirituality represent the sixth factor of personality? Spiritual transcendence and the five-factor model. *Journal of Personality*, 67(6), 985–1013.
- Podsakoff, P. M., MacKenzie, S. B., Lee, J. Y., & Podsakoff, N. P. (2003). Common method biases in behavioral research: A critical review of the literature and recommended remedies. *Journal of Applied Psychology*, 88(5), 879–903.
- Reis, H. T., Clark, M. S., & Holmes, J. G. (2004). Perceived partner responsiveness as an organizing construct in the study of intimacy and closeness. In D. J. Mashek & A. Aron (Eds.), *The handbook of closeness and intimacy* (pp. 201–228). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Scherer, K. R. (1982). Emotion as a process: Function, origin and regulation. *Social Science Information*, 21, 555–570.
- Scherer, K. R. (1984). Emotion as a multicomponent process: A model and some cross-cultural data. *Review Personality and Social Psychology*, 5, 37–63.
- Scherer, K. R. (1988). Criteria for emotion-antecedent appraisal: A review. In V. Hamilton, G. H. Bower, & N. H. Frijda (Eds.), *Cognitive perspectives on emotion and motivation* (pp. 89–126). Norwell, MA: Kluwer Academic.
- Siemer, M., Mauss, I., & Gross, J. J. (2007). Same situation--different emotions: How appraisals shape our emotions. *Emotion*, 7(3), 592–600.
- Silvia, P. J. (2005a). Cognitive appraisals and interest in visual art: Exploring an appraisal theory of aesthetic emotions. *Empirical Studies of the Arts*, 23(2), 119–133.
- Silvia, P. J. (2005b). What is interesting? Exploring the appraisal structure of interest. *Emotion*, 5(1), 89–102.
- Smith, C. A., & Ellsworth, P. C. (1985). Patterns of cognitive appraisal in emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48(4), 813–838.
- Smith, C. A., & Lazarus, R. S. (1993). Appraisal components, core relational themes, and the emotions. *Cognition & Emotion*, 7(3–4), 233–269.
- Tangney, J. P., Stuewig, J., & Mashek, D. J. (2007). What's moral about the self-conscious emotions. In J. L. Tracy, R. W. Robins, & J. P. Tangney (Eds.), *The self-conscious emotions: Theory and research* (pp. 21–37). New York: Guilford Press.
- Tsang, J. A. (2006). The effects of helper intention on gratitude and indebtedness. *Motivation and Emotion*, 30(3), 198–204.
- Tracy, J. L., & Robins, R. W. (2006). Appraisal antecedents of shame and guilt: Support for a theoretical model. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(10), 1339–1351.
- Watkins, P., Scheer, J., Ovnicek, M., & Kolts, R. (2006). The debt of gratitude: Dissociating gratitude and indebtedness. *Cognition & Emotion*, 20(2), 217–241.
- Weiner, B. (1985). An attributional theory of achievement motivation and emotion. *Psychological Review*, 92(4), 548–573.
- Wood, A. M., Maltby, J., Stewart, N., Linley, P. A., & Joseph, S. (2008). A social-cognitive model of trait and state levels of gratitude. *Emotion*, 8(2), 281–290.
- Wood, A. M., Joseph, S., & Maltby, J. (2009). Gratitude predicts psychological well-being above the big five facets. *Personality and Individual Differences*, 46(4), 443–447.
- Wood, A. M., Froh, J. J., & Geraghty, A. W. (2010). Gratitude and well-being: A review and theoretical integration. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 890–905.
- Van Dijk, W. W., & Zeelenberg, M. (2002). Investigating the appraisal patterns of regret and disappointment. *Motivation and Emotion*, 26(4), 321–331.
- Van Mechelen, I., & Hennes, K. (2009). The appraisal basis of anger occurrence and intensity revisited. *Cognition and Emotion*, 23(7), 1373–1388.
- Van de Ven, N., Zeelenberg, M., & Pieters, R. (2012). Appraisal patterns of envy and related emotions. *Motivation and Emotion*, 36(2), 195–204.
- Wen, Z. L., Chang, L., Hau, K. T., & Liu, H. Y. (2004). Testing and application of the mediating effects. *Acta Psychologica Sinica*, 36(5), 614–620.
- [温忠麟, 张雷, 侯杰泰, 刘红云. (2004). 中介效应检验程序及其应用. *心理学报*, 36(5), 614–620.]
- Zhou, H., & Long, L. R. (2004). Statistical remedies for common method biases. *Advances in Psychological Science*, 12(6), 942–950.
- [周浩, 龙立荣. (2004). 共同方法偏差的统计检验与控制方法. *心理科学进展*, 12(6), 942–950.]

Cognitive Appraisal Basis of Gratitude

DING Ruyi^{1,2}; ZHOU Hui²; LIN Ma³

(¹ The party school of municipal Party committee of Foshan, Foshan, 528300, China)

(² Department of Psychology, Sun Yat-sen University, Guangzhou 510275, China)

(³ The Research Center of Psychological Counseling, South China Normal University, Guangzhou 510631, China)

Abstract

Gratitude is the appreciation that one feels when people receive something beneficial. Appraisal theories argue that each emotion is associated with a specific pattern of appraisals about the perceived antecedents of emotional experiences. The goal of the current research is to reveal the appraisal patterns of gratitude by

identifying specific components of gratitude.

In Study 1, participants recalled five past emotional experiences (angry, happy, gratitude, pride, indebted) before rating on different cognitive appraisal components and emotions. Results showed that other accountability, perceived responsiveness, and moral norm were closely related to the intensity of gratitude, while goal congruence, unexpectedness, and self-importance were not significantly associated with gratitude. In addition, some emotions were associated with different patterns of cognitive appraisals. In Study 2, participants described pleasant situations they experienced recently, in each of which one of the cognitive appraisal components was present or absent. They were asked to indicate what emotions they had experienced. Results showed that other accountability, perceived responsiveness, and unexpectedness were not only correlated with gratitude, but also affected the intensity of gratitude. Study 3 aimed to explore how trait gratitude impacted state gratitude and cognitive appraisals, and whether the relation between trait and state gratitude was mediated by cognitive appraisals. Results showed that trait gratitude was closely related to state gratitude; further, other accountability, perceived responsiveness, and unexpectedness mediated this relation.

In summary, the three studies provided empirical evidence to appraisal theories. More importantly, these studies revealed that other accountability, perceived responsiveness, and unexpectedness were all cognitive appraisal components of gratitude.

Key words appreciate; cognitive appraisal; appraisal theory