

DOI: 10.19181/socjour.2022.28.3.9151

EDN: HAWQSE



*Е.А. НАСТИНА*<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Национальный исследовательский университет  
«Высшая школа экономики».  
101000, Москва, ул. Мясницкая, д. 20.

## **КОГДА ПОМОЩЬ В РАДОСТЬ: МОДЕРАТОРЫ ВЗАИМОСВЯЗИ ПРОСОЦИАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ И УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ ЖИЗНЬЮ<sup>1</sup>**

*Аннотация.* Данная статья посвящена анализу механизма связи между неформальным помогающим поведением и удовлетворенностью жизнью среди россиян. Особое внимание в ней уделяется потенциальной опосредующей роли близости отношений между актором и благополучателем, а также ценностных установок и демографических характеристик помогающего субъекта. Для проверки основных гипотез используется множественный регрессионный анализ данных онлайн-опроса (N = 732), респонденты для которого рекрутировались из потребительской панели. В соответствии с ожиданиями обнаружена значимая положительная связь между когнитивным субъективным благополучием и частотой помощи как близким, так и незнакомым людям, при этом в первом случае ассоциация более выражена. В то же время влияние просоциальных поступков по отношению к родственникам и друзьям варьируется в зависимости от ценностей и возраста респондента: среди людей в возрасте старше 50 лет, а также тех, кто придает большую важность равному обращению со всеми людьми, помощь близким в меньшей степени связана с субъективным благополучием. Положительная взаимосвязь помощи незнакомым людям и удовлетворенности жизнью, в свою очередь, оказалась более универсальной, так как ее зависимость от протестированных модераторов не обнаружена. В заключение обозначены практическая значимость проведенного анализа и перспективы для будущих исследований.

*Ключевые слова:* просоциальное поведение; удовлетворенность жизнью; субъективное благополучие; ценности; социальная близость.

**Для цитирования:** *Настина Е.А.* Когда помощь в радость: модераторы взаимосвязи просоциального поведения и удовлетворенности жизнью // Социологический журнал. 2022. Том 28. № 3. С. 57–71. DOI: 10.19181/socjour.2022.28.3.9151 EDN: HAWQSE

---

<sup>1</sup> Статья подготовлена в ходе исследования, проведенного в рамках Программы фундаментальных исследований Национального исследовательского университета «Высшая школа экономики» (НИУ ВШЭ).

## **Введение**

Просоциальное, или помогающее, поведение, понимаемое в широком смысле как поведение, направленное на принесение пользы другим людям [14], закладывает основу для взаимного доверия и формирования гражданского общества, а также способствует коллективному экономическому процветанию [1; 31; 44]. Неудивительно, что оно представляет интерес для специалистов в сфере социальной политики [8], педагогики [2], здравоохранения [5; 33] и в других областях, связанных с производством общественного блага. Однако исследования показывают, что, помимо положительных последствий для общества в целом и для человека, которому оказывается помощь, просоциальные поступки могут приводить и к повышению субъективного благополучия, то есть когнитивной и аффективной оценки качества своей жизни [26], самого субъекта действия.

За последнее десятилетие зарубежными исследователями накоплены убедительные свидетельства в пользу того, что помогающее поведение способствует повышению уровня счастья и удовлетворенности жизнью [16; 23; 27]. В то же время исследования по этой теме с использованием данных российских выборок, позволяющие учесть специфику социального контекста, пока немногочисленны и изолированы. В данной работе представлена попытка восполнить этот пробел. Во-первых, с использованием большой и гетерогенной выборки ( $N = 732$ ) в ней проверяется гипотеза о наличии прямой связи между неформальным просоциальным поведением и удовлетворенностью жизнью — когнитивным компонентом субъективного благополучия — среди россиян. Кроме того, изучены условия, опосредующие благотворное влияние «добрых дел» на удовлетворенность жизнью. Особое внимание уделяется роли моральных ценностей («благожелательность» и «универсализм»), а также близости отношений между актором и благополучателем; демографические характеристики помогающего субъекта также рассмотрены в качестве потенциальных модераторов взаимосвязи между регулярными просоциальными поступками и его/ее благополучием. Таким образом, исследование позволяет составить детальное представление о механизмах связи просоциального поведения и удовлетворенности жизнью россиян, что является важным условием для создания программ по привлечению и мотивации волонтеров, а также интервенций с целью повышения распространенности помогающего поведения среди различных групп населения.

## **Просоциальное поведение как фактор субъективного благополучия**

Просоциальное поведение — универсальное культурное явление, встречающееся во всех известных обществах мира [21]. Исследователи полагают, что в силу своей эволюционной адаптивности таким же универсальным является и эмоциональное вознаграждение за по-

ступки, совершенные на благо других [18]. В экономике ощущение благотворителем чувства радости в результате пожертвования получило название «теплое свечение» (*warm glow of giving*), при этом отмечается, что эффективность пожертвования не имеет большого значения [20].

Однако положительное воздействие просоциальных поступков на субъективное благополучие не сводится только к кратковременному эмоциональному переживанию. В трудах таких социологов, как Э. Дюркгейм, Э. Фромм, П. Сорокин, мы в разной форме встречаем тезис о том, что более глобальное ощущение удовлетворенности и внутренней гармонии также является продуктом ориентации своей деятельности на помощь ближнему в противоположность эгоистическому стремлению к удовлетворению нескончаемых желаний [13; 28; 43]. Аналогично, согласно модели устойчивого счастья, предложенной группой позитивных психологов [35; 42], в то время как больше половины вариаций в уровне благополучия зависит от генетически детерминированных устойчивых диспозиций личности и условий жизни, почти 40% дисперсии объясняется целями и действиями самого индивида. Несмотря на введущиеся споры о корректности приведенных пропорций, идея о том, что человек обладает значительным потенциалом для повышения собственного счастья путем осознанно и свободно выбираемых ежедневных практик, обретает все большую популярность [6], а просоциальная деятельность, в свою очередь, часто фигурирует в качестве одного из видов такой интенциональной, осмысленной активности [42].

В настоящее время зарубежными исследователями накоплено большое количество свидетельств того, что люди, занимающиеся добровольчеством и благотворительностью, в среднем более счастливы и довольны своей жизнью [32; 38]. Кроме того, было экспериментально показано, что даже такие небольшие «добрые дела», как помощь другу с эссе, посещение пожилого родственника или написание благодарности бывшему профессору, приводят к повышению благополучия того, кто их выполняет [35]. Результаты метаанализа Б. Хьюи и соавторов [30], обобщивших выводы 126 исследований на эту тему, подтвердили наличие значимой взаимосвязи между просоциальными поступками и субъективным благополучием, однако также показали довольно скромный средний эффект ( $r = 0.13$ ).

Следует отметить, что небольшой размер эффекта, выявленный на основе сравнения средних всех респондентов и не учитывающий потенциальные модулирующие характеристики, может недостаточно точно отражать особенности взаимосвязи. Так, например, одинаково ли влияют на субъективное благополучие действия на благо друга и на благо незнакомца? Л. Экнин и соавторы [17] предположили, что так как механизмы кооперации эволюционировали в малых группах, тесно связанных узами родства или частотой взаимодействия, то и эмоци-

ональное вознаграждение должно быть выше, когда человек помогает самым близким. Результаты исследования авторов подтвердили данную гипотезу, однако попытка реплицировать их в лонгитюдном эксперименте на более гетерогенной выборке не увенчалась успехом: значимых различий в уровне счастья среди тех, кто помогал ближнему и дальнему кругу, обнаружено не было [39].

Важно обозначить и потенциальную модерирующую роль ценностей в механизме связи: будет ли помощь другому в большей степени способствовать благополучию людей, для которых она является важным жизненным приоритетом? Исследование Г. Хилла и Р. Хауелла [29], опирающееся на теорию базовых индивидуальных ценностей Ш. Шварца [40], позволяет положительно ответить на этот вопрос. Обнаружено, что прямая зависимость между благотворительностью и счастьем значима только для людей с высокой выраженностью ценностей «заботы о людях и природе» (*Self-transcendence*). Исследователи заключают, что просоциальное поведение способствует благополучию актора только тогда, когда оно является конгруэнтным с его системой ценностей. Данные выводы согласуются и с более ранними наблюдениями, согласно которым субъективное благополучие наиболее чувствительно к достижениям в тех сферах жизни, которые люди считают наиболее важными [37].

Совмещение теории базовых индивидуальных ценностей и фокуса на близости отношений с благополучателем позволяет сделать следующий шаг в детализации интересующего нас механизма взаимосвязи. Так, ценности «заботы о людях и природе», отражающие желание способствовать благосостоянию других людей, являются конструктом второго уровня, интегрируя два компонента: «благожелательность», то есть заботу о благополучии ингруппы, и «универсализм», то есть желание социального равенства и благополучия всех людей в мире [41]. Если следовать предпосылке о необходимости конгруэнтности между ценностным профилем и действием для того, чтобы просоциальный поступок имел положительное влияние на благополучие, то логично предположить, что более «благожелательные» акторы будут получать больше удовольствия от помощи родным и близким, а те, у кого в большей степени выражены ценности «универсализма», — незнакомым людям, в особенности из социально незащищенных слоев населения.

Среди других потенциальных модераторов можно отметить демографические характеристики актора. К примеру, Хьюи и соавторы [30] предположили, что, так как пол и возраст определяют социальные роли и ролевые ожидания в отношении просоциального поведения, они могут повлиять на паттерн исследуемой взаимосвязи. Результаты проведенного метаанализа позволили исследователям заключить, что возраст действительно имеет значение: для более молодых субъектов просоциального действия оказался характерен более высокий уровень

субъективного благополучия. В то же время гипотеза о том, что женщины будут испытывать больше позитивных эмоций и удовлетворенности в результате просоциальных поступков в сравнении с мужчинами, в этом исследовании не подтвердилась.

В отечественной научной литературе последних лет просоциальному поведению также уделяется особое внимание: активно анализируются факторы включенности в помогающие практики [7], просоциальные характеристики личности [4], декларируемые мотивы людей, добровольно совершающих поступки на благо других [11]. Тем не менее исследования связи между личным благополучием и помогающим поведением пока сравнительно редки. Среди исключений следует отметить совместный проект Фонда «Общественное мнение» и Благотворительного фонда «Линия жизни», в результате которого на репрезентативной выборке из 1500 респондентов была установлена прямая взаимосвязь между уровнем счастья и поступками на благо других, исключая членов семьи, за последний год [12]. Схожим образом П.А. Кисляков и Е.А. Шмелева [3] обнаружили положительную корреляцию между альтруистическими мотивами и показателями субъективного благополучия среди московских студентов ( $N = 73$ ). В свою очередь, Синявская и соавторы [9] исследовали влияние формальной и неформальной социальной активности (включая просоциальное поведение в форме волонтерства) на уровень счастья пожилых людей в европейских странах, включая Россию, и установили наличие значимой положительной взаимосвязи.

Таким образом, на сегодняшний день существуют некоторые свидетельства в пользу того, что просоциальное поведение способствует повышению субъективного благополучия россиян, однако они опираются на корреляционный анализ, не позволяющий изолировать эффекты других переменных, и/или фокусируются на специфической группе населения. Кроме того, непроясненными остаются условия, при которых регулярные помогающие поступки ведут к субъективному благополучию. Эмпирический анализ, приведенный далее, дает более точное представление о механизмах связи неформального просоциального поведения и удовлетворенности жизнью среди россиян. Для проверки предложены следующие гипотезы:

– Н1: Просоциальное поведение положительно связано с удовлетворенностью жизнью.

– Н2: Взаимосвязь просоциального поведения по отношению к ближнему кругу и удовлетворенности жизнью тем сильнее, чем выше «благожелательность» в ценностной иерархии индивида.

– Н3: Взаимосвязь просоциального поведения по отношению к незнакомым людям и удовлетворенности жизнью тем сильнее, чем выше «универсализм» в ценностной иерархии индивида.

– Н4: Взаимосвязь просоциального поведения (независимо от благополучателя) и удовлетворенности жизнью сильнее для молодых людей.

– Н5: Взаимосвязь просоциального поведения (независимо от благополучателя) и удовлетворенности жизнью не зависит от пола актора.

### Данные и метод

Исследование опирается на данные онлайн-опроса, проведенного в декабре 2021 г. Респонденты рекрутировались из крупнейшей российской потребительской панели ОМІ с применением квотирования по полу и возрасту. Члены панели — добровольно зарегистрированные интернет-пользователи, проживающие в крупных городах России (от 100 000 жителей), которые согласились принимать участие в опросах на регулярной основе за вознаграждение или за баллы. Несмотря на то что выборка в данном случае является невероятной, исследования показывают, что качество данных, полученных с использованием онлайн-панелей, сравнительно высоко [34], а примененные квоты<sup>2</sup> обеспечивают большую гетерогенность в сравнении с другими невероятными выборками. В опросе приняли участие 757 человек<sup>3</sup> в возрасте от 20 до 75 лет, из них 54% — женщины (см. табл. 1 Приложения<sup>4</sup>).

В целях проверки представленных гипотез были оценены ряд множественных регрессий, в частности регрессии с эффектом интеракции. В качестве зависимой переменной во всех случаях выступает когнитивный компонент субъективного благополучия — удовлетворенность жизнью, измеренная по шкале удовлетворенности жизнью Э. Динера [25]. Респонденты должны были отметить степень согласия с пятью утверждениями (например: «Я полностью удовлетворен моей жизнью») по шкале от 1 до 7, показатель внутренней согласованности свидетельствует о высокой надежности шкалы ( $\alpha = 0,87$ ). Оценки по всем суждениям суммируются в интегральный индекс с максимально возможным значением 35.

Основными независимыми переменными являются частота неформального просоциального поведения («Как часто Вы обычно помогаете...?») по отношению к близкому кругу (семье и друзьям) и не-

---

<sup>2</sup> При формировании выборки использовались мягкие квоты по полу и возрасту; итоговое соотношение возрастных категорий 18–35 лет — 36%; 36–50 лет — 32%; 51 год и старше — 32%.

<sup>3</sup> При оценке пригодности данных для анализа учитывались время прохождения опроса, а также качество заполнения табличных вопросов, в результате чего 27 наблюдений были исключены.

<sup>4</sup> Приложение см. в электронной версии статьи на сайте «Социологического журнала» по адресу: <https://www.jour.fnisc.ru/index.php/socjour/article/view/9151/8922>

знакомым людям, оцененные респондентами по шкале от 1 («никогда или очень редко») до 5 («очень часто»). В качестве модерирующих переменных использовались ценности «универсализма» и «благожелательности», измеренные с помощью соответствующих суждений из портретного опросника Ш. Шварца [40]. Каждому респонденту предлагалось оценить, в какой степени описанный человек похож на него, по шкале от 1 («очень похож») до 6 («совсем не похож на меня»<sup>5</sup>); список использованных суждений представлен в таблице 2 Приложения.

Экономико-демографические индивидуальные характеристики, часто фигурирующие в литературе в качестве потенциальных факторов удовлетворенности жизнью, а именно пол, возраст, наличие высшего образования и материальное положение — от 1 («денег не хватает даже на питание») до 6 («материальных затруднений не испытываем»), — использовались в качестве контрольных переменных во всех моделях, при этом для пола и возраста также тестировались гипотезы об опосредованном влиянии. Эффекты взаимодействия включались в модели последовательно; все некатегориальные переменные, использованные в регрессионном анализе, были стандартизированы.

### Результаты

Участники опроса продемонстрировали средний уровень удовлетворенности жизнью ( $M = 19.3$ ,  $SD = 5.83$ ), что типично для российских выборок при использовании шкалы с нейтральным значением [15], а небольшое смещение в сторону более положительных оценок отражает универсальную тенденцию [22]. Что касается частоты просоциального поведения, она предсказуемо оказалась выше для помощи семье и друзьям, чем для помощи незнакомым людям. Среднее значение в первом случае составило 3.66 по пятибалльной шкале, при этом 55% респондентов выбрали значения 4 («часто») или 5 («очень часто»). В то же время средняя частота помощи незнакомым людям находится на уровне 2.72; часто или очень часто помогающих этой категории благополучателей оказалось всего 15%. Два типа просоциального поведения умеренно коррелируют ( $r = 0.52$ ,  $p < 0.001$ ).

Результаты регрессионного моделирования (см. табл.) указывают на значимую прямую взаимосвязь между обозначенными переменными: как и предполагалось, те, кто помогает чаще, в большей степени удовлетворены своей жизнью, что подтверждает гипотезу 1 (H1). При этом эффект помощи близким более выражен: когда оба типа просоциального поведения включены в модель одновременно (см. модель 3), коэффициент для оказания помощи незнакомым оказывается почти в 2 раза меньше эффекта помощи семье и друзьям, и его статистическая

---

<sup>5</sup> В регрессионном анализе применялось обратное кодирование ценностей «универсализма» и «благожелательности», чтобы более высокое значение отражало бóльшую выраженность ценности.

значимость снижается. Важно отметить, что дополнительные проверки подтвердили линейный характер взаимосвязи для обоих предикторов. Иными словами, ни в одном из случаев не было обнаружено свидетельств того, что удовлетворенность жизнью становится ниже, если помощь какому-то типу благополучателей оказывается слишком часто.

Таблица

**Оценки коэффициентов множественных регрессий для удовлетворенности жизнью,  $N = 732$**

Независимые переменные	Модели		
	(1)	(2)	(3)
помощь близким	0.21***		0.17***
помощь незнакомым		0.17***	0.09*
пол (женский)	0.17*	0.15*	0.15*
возраст	0.03	0.02	0.02
высшее образование	0.10	0.09	0.10
материальное положение	0.21***	0.22***	0.21***
$R^2$ adjusted	0.100	0.085	0.104

*Примечание:* Представлены частично стандартизированные регрессионные коэффициенты  $\beta$ .

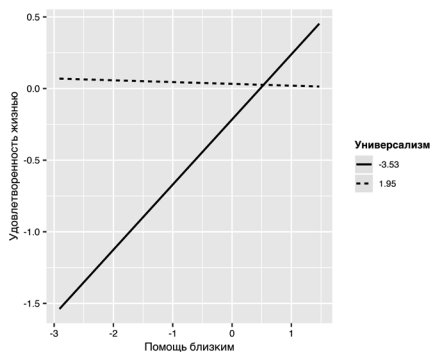
\*  $p < 0.05$ ; \*\*\*  $p < 0.001$ .

Для проверки гипотез о модерации (H2–H5) модели были дополнены эффектами интеракции (см. табл. 2 Приложения). Что касается модулирующей роли ценностей, то не обнаружено подтверждения H2 о том, что люди, для которых «благожелательность» находится выше в ценностной иерархии, становятся более счастливыми в результате увеличения частоты добрых поступков по отношению к близким по сравнению с теми, для кого помощь ингруппе не так важна. Кроме того, вопреки ожиданиям «универсализм» не усиливает положительное влияние помощи незнакомым на удовлетворенность жизнью. Таким образом, H3 также не подтвердилась. Однако интересно, что больший фокус на социальном равенстве значимо снижает позитивное влияние более частого помогающего поведения по отношению к ближнему кругу, а при максимальной своей выраженности и вовсе сводит связь между переменными к нулю (см. рис. 1).

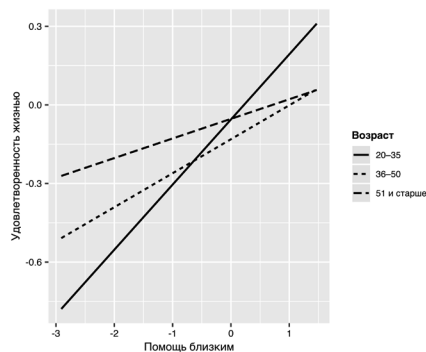
Среди демографических параметров опосредующий эффект был обнаружен только для старшего возраста (рис. 2): различия в уровне удовлетворенности жизнью между респондентами от 51 года, часто оказывающими помощь ближнему кругу, и их менее просоциальными ровесниками значительно меньше, чем для молодой когорты (20–35 лет),



что частично подтверждает Н4. В свою очередь, пол не показал влияния на характер исследуемой взаимосвязи, что позволяет подтвердить Н5.



**Рис. 1. Влияние помощи близким на удовлетворенность жизнью в зависимости от уровня «универсализма» (минимальный или максимальный)**



**Рис. 2. Влияние помощи близким на удовлетворенность жизнью в зависимости от возрастной группы**

### Обсуждение

Проведенное исследование было нацелено на анализ механизма связи неформального просоциального поведения и удовлетворенности жизнью. Полученные результаты подтверждают выдвинутую гипотезу: при прочих равных, уровень когнитивного субъективного благополучия выше среди тех россиян, кто помогает чаще. Таким образом, получено свидетельство в пользу межкультурного характера данного феномена [18]; однако средний размер эффекта, как и следовало из работы [30], оказался довольно скромным. Есть ли какие-то условия, которые влияют на силу данной взаимосвязи?

Предполагалось, что такими условиями могут быть ценности субъекта действия и его степень близости к благополучателю. Показано, что удовлетворенность жизнью связана как с помощью ближнему кругу (например, членам семьи и друзьям), так и с помощью незнакомцам, однако обнаруженный паттерн зависимости взаимосвязи от ценностного профиля актора отличается от ожидаемого. Так, на основе полученных данных можно заключить, что связь когнитивного субъективного благополучия и просоциального поведения по отношению к незнакомым людям относительно универсальна, так как обнаруживается в одинаковой степени для всех респондентов независимо от свойственных им ценностей. Помощь семье и друзьям, в свою очередь, оказалась в меньшей степени связана с удовлетворенностью жизнью не среди тех, кто менее предан близким, а среди тех, кто придает большее значение справедливости и равенству всех людей. Данный результат может,

в частности, объясняться тем, что такие просоциальные поступки могут расцениваться «универсалистами» скорее как поведение, ожидаемое от них в любом случае, а не как проявление истинного альтруизма, и, соответственно, в меньшей степени реализовывать их потребность в содействии благополучию всех людей на земле. Действительно, как показывают некоторые исследования, добрые дела по отношению к близким людям стабильно оцениваются как обладающие меньшей моральной ценностью в сравнении с помощью незнакомым [24; 36].

Помощь близкому кругу также оказалась в меньшей степени связана с субъективным благополучием у людей в возрасте старше 50 лет в сравнении с молодежью. Объясняя подобный результат, Хьюи и соавторы [30] отмечают, что помогающее поведение может приносить больше удовлетворения на ранних этапах становления и развития личности, когда люди активно заняты поиском своего места в социуме и смысла жизни. В свою очередь, люди старшего возраста могут быть особенно подвержены эмоциональному напряжению и стрессу в случае совмещения множественных социальных ролей, требующих от них помогающего поведения, ввиду ограниченности физических и психологических ресурсов [9].

### **Заключение**

Итак, результаты исследования позволяют предварительно сделать вывод, что интервенции, направленные на проявление доброты по отношению к близким людям, могут быть менее эффективны для людей с высокой выраженностью ценностей «универсализма» и для людей старшего возраста, а для волонтерства, где предполагается помощь незнакомым людям, положительное воздействие на субъективное благополучие будет одинаковым независимо от пола, возраста и ценностного профиля помогающего субъекта. Однако необходимо отметить несколько ограничений, требующих уточнения полученных результатов. Во-первых, анализ срезовых данных не предоставляет возможности проверить направление причинно-следственной связи. В данной работе постулируется, что помощь другим приводит к повышению субъективного благополучия актора, однако также возможно, что уровень счастья и удовлетворенности жизнью определяет вероятность и частоту просоциальных поступков. В исследованиях на западных выборах отмечается, что связь может быть обратной: помогающее поведение создает петлю положительной обратной связи, в результате которой повышение уровня счастья и удовлетворенности жизнью стимулирует новые просоциальные поступки [19]; однако только использование экспериментального метода может прояснить, в какой степени это характерно для России. Кроме того, полученные результаты невозможно обобщить на всю страну в связи с тем, что в выборке не были представлены население малых городов и люди, не имеющие доступа

к Интернету. Таким образом, необходимы дальнейшие исследования для проверки устойчивости обнаруженных паттернов.

#### ЛИТЕРАТУРА НА РУССКОМ ЯЗЫКЕ<sup>6</sup>

1. *Беневоленский В.Б., Мерсиянова И.В.* Понятие добровольчества в российской и зарубежной науке // Оценка экономической и социальной эффективности добровольческой деятельности: методические подходы и проблемы реализации / Под общ. ред. И.В. Мерсияновой. М.; СПб.: Национальный исслед. ун-т «Высшая школа экономики», 2018. С. 15–22.
2. *Ерошенкова Е.И.* Просоциальная направленность педагогической деятельности в современной науке и образовании: от сущности к содержанию. Научный результат // Педагогика и психология образования. 2019. № 5 (2). С. 3–16.
3. *Кисляков П.А., Шмелева Е.А.* Просоциальное поведение и психологическое благополучие учащейся молодежи // Психология образования: современный вектор развития. Екатеринбург: Изд-во УрФУ, 2020. С. 491–507. EDN: KATZXD
4. *Кисляков П.А., Шмелева Е.А., Александрович М.О.* Моральные основания и социальные нормы безопасного просоциального поведения молодежи // Образование и наука. 2020. № 22 (10). С. 116–138. DOI: 10.17853/1994-5639-2020-10-116-138 EDN: GIJMOG
5. *Кухтова Н.В.* Просоциальность в структуре профессионально важных качеств медицинских работников // Журнал Белорусского государственного университета. Философия. Психология. 2018. № 3. С. 78–82. EDN: YSJLBJ
6. *Леонтьев Д.А.* Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля // Мониторинг общественного мнения : экономические и социальные перемены. 2020. № 1. С. 14–37. DOI: 10.14515/monitoring.2020.1.02 EDN: TBBDGH
7. *Свенцицкий А.Л., Казанцева Т.В.* Повседневное просоциальное поведение личности как накопление социального капитала // Вестник Санкт-Петербургского университета. Социология. 2015. № 2. Р. 45–55. EDN: TZFXTD
8. *Серова Е.А.* Просоциальное поведение молодежи как социокультурный феномен и факторы его формирования // Вестник социально-политических наук. 2016. № 15. С. 37–40. EDN: WJZQWF
9. *Синявская О.В., Червякова А.А., Карева Д.Е.* Помогающие и счастливые? Влияние социальной активности на счастье людей старше 50 лет в европейских странах // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 2019. № 6. С. 237–258. DOI: 10.14515/monitoring.2019.6.12 EDN: JQDDWR
10. *Скалабан И.А.* Социальное, общественное и гражданское участие: к проблеме осмысления понятий // Вестник Томского государственного университета. Философия. Социология. Политология. 2011. № 1 (13). С. 130–139. EDN: NQYPRТ

---

<sup>6</sup> Полный список литературы см. в References.

11. *Стегний В.Н., Никонов М.В.* Мотивация волонтерской деятельности // Вестник Пермского национального исследовательского политехнического университета. Социально-экономические науки. 2018. № 1. С. 146–156. DOI: 10.15593/2224-9354/2018.1.14 EDN: YVHXFA
12. Счастливые люди чаще занимаются благотворительностью // ФОМ. 2018. Дата обращения: 03.03.2022. URL: [https://fom.ru/uploads/files/Исследование\\_Счастье\\_и\\_благотворительность.pdf](https://fom.ru/uploads/files/Исследование_Счастье_и_благотворительность.pdf)
13. *Фромм Э.* Иметь или быть? / Пер. с англ. Э.М. Телятниковой. М.: АСТ, 2016. — 320 с.
14. *Чалдини Р.* Психология влияния / [Пер. с англ. Е. Бугаева и др.]. 5-е изд. М. [и др.]: Питер, 2012. — 294 с.
15. *Широканова А.А.* Тренды субъективного благополучия в России: 1998–2018 // Вестник Санкт-Петербургского университета. Социология. 2020. № 13 (1). С. 4–24. DOI: 10.21638/spbu12.2020.101 EDN: JXMNDE

#### СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРЕ

**Настина Екатерина Александровна** — аспирант, Аспирантская школа по социологическим наукам; младший научный сотрудник, Лаборатория сравнительных социальных исследований имени Рональда Франклина Инглхарта, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики». **Телефон:** +7 (495) 771-32-32, доб. 12244.  
**Электронная почта:** enastina@hse.ru

Дата поступления: 07.07.2022.

---

**SOTSIOLOGICHESKIY ZHURNAL = SOCIOLOGICAL JOURNAL. 2022.**  
**VOL. 28. NO. 3. P. 57–71.** DOI: 10.19181/socjour.2022.28.3.9151

Research Article

*Ekaterina A. Nastina*<sup>1</sup>

<sup>1</sup> HSE University.

20, Myasnitskaya str., 101000, Moscow, Russian Federation.

#### MODERATORS OF THE CONNECTION BETWEEN PRO-SOCIAL BEHAVIOR AND LIFE SATISFACTION

*Abstract.* The principal aim of this article is to explore the mechanism of association between informal helping behavior and life satisfaction among Russians. It especially focuses on the potential moderating role of the close relationship between the agent and the beneficiary, as well as the values and demographic characteristics of the agent. To test the main hypotheses, multiple regression analysis is applied to online survey data (N=732) with respondents sampled from a large consumer panel. As expected, a significant positive relationship was observed between the cognitive component of subjective well-being and the self-reported frequency of helping both close ones and strangers, with the association being more pronounced in the former case. At the same time, the effect of pro-social action towards relatives and friends appeared to vary depending on the value orientation and age of the respondent: in older people (51+), as well as those who attach greater

importance to the equal treatment of all people (high score on Universalism), helping relatives is not as closely associated with subjective well-being. As far as the positive effect of helping strangers on life satisfaction is concerned, no significant moderation effects were detected, which indicates its relative universality. The potential implications for kindness interventions and volunteer recruitment as well as the prospects for future research are discussed in the conclusion.

*Keywords:* pro-social behavior; life satisfaction; subjective well-being; values; relationship closeness.

**For citation:** Nastina, E.A. Moderators of the Connection between Pro-social Behavior and Life Satisfaction. *Sotsiologicheskii Zhurnal = Sociological Journal*. 2022. Vol. 28. No. 3. P. 57–71. DOI: 10.19181/socjour.2022.28.3.9151

The study was prepared within the framework of the HSE University Basic Research Program.

#### REFERENCES

1. Benevolenskii V.B., Mersiyanova I.V. *The concept of volunteerism in Russian and foreign science. Otsenka ekonomicheskoi i sotsial'noi effektivnosti dobrovol'cheskoi deyatel'nosti: metodicheskie podkhody i problemy realizatsii*. [Assessment of the Economic and Social Effectiveness of Volunteering: Methodological Approaches and Implementation Problems.] Ed. by I.V. Mersiyanova. Moscow: Natsional'nyi issled. un-t "Vysshaya shkola ekonomiki" publ., 2018. P. 15–22. (In Russ.)
2. Eroshenkova E.I. Prosotsial'naya napravlennost' pedagogicheskoi deyatel'nosti v sovremennoi nauke i obrazovanii: ot sushchnosti k sodержaniyu. Nauchnyi rezul'tat. *Pedagogika i psikhologiya obrazovaniya*. 2019. No. 5 (2). P. 3–16. (In Russ.)
3. Kislyakov P.A., Shmeleva E.A. Prosotsial'noe povedenie i psikhologicheskoe blagopoluchie uchashchetsya molodezhi. *Psikhologiya obrazovaniya: sovremenniy vektor razvitiya*. [Psychology of Education: Modern Vector of Development.] Ekaterinburg: Izd-vo UrFU publ., 2020. P. 491–507. (In Russ.)
4. Kislyakov P.A., Shmeleva E.A., Aleksandrovich M.O. Moral'nye osnovaniya i sotsial'nye normy bezopasnogo prosotsial'nogo povedeniya molodezhi. *Obrazovanie i nauka*. 2020. No. 22 (10). P. 116–138. DOI: 10.17853/1994-5639-2020-10-116-138 (In Russ.)
5. Kukhtova N.V. Prosotsial'nost' v strukture professional'no vazhnykh kachestv meditsinskikh rabotnikov. *Zhurnal Belorusskogo Gosudarstvennogo Universiteta. Filosofiya. Psikhologiya*. 2018. No. 3. P. 78–82. (In Russ.)
6. Leont'ev D.A. Schast'e i sub'ektivnoe blagopoluchie: k konstruirovaniyu ponyatiinogo polya. *Monitoring obshchestvennogo mneniya: ekonomicheskije i sotsial'nye peremeny*. 2020. No. 1. P. 14–37. DOI: 10.14515/monitoring.2020.1.02 (In Russ.)
7. Svetsitskii A.L., Kazantseva T.V. Povsednevnoe prosotsial'noe povedenie lichnosti kak nakoplenie sotsial'nogo kapitala. *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Sotsiologiya*. 2015. No. 2. P. 45–55. (In Russ.)
8. Serova E.A. Prosotsial'noe povedenie molodezhi kak sotsiokul'turniy fenomen i fakto-ry ego formirovaniya. *Vestnik sotsial'no-politicheskikh nauk*. 2016. No. 15. P. 37–40. (In Russ.)
9. Sinyavskaya O.V., Chervyakova A.A., Kareva D.E. Pomogayushchie i schastlivye? Vliyaniye sotsi-al'noi aktivnosti na schast'e lyudei starshe 50 let v evropeiskikh stranakh. *Monitoring obshchestvennogo mneniya: ekonomicheskije i sotsial'nye peremeny*. 2019. No. 6. P. 237–258. DOI: 10.14515/monitoring.2019.6.12 (In Russ.)
10. Skalaban I.A. Sotsial'noe, obshchestvennoe i grazhdanskoe uchastie: k probleme osmysleniya ponyatii. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta. Filosofiya. Sotsiologiya. Politologiya*. 2011. No. 1 (13). P. 130–139. (In Russ.)

11. Stegnii V.N., Nikonov M.V. Motivatsiya volonterskoi deyatel'nosti. *Vestnik Permskogo natsional'nogo issledovatel'skogo politekhnicheskogo universiteta. Sotsial'no-ekonomicheskie nauki*. 2018. No. 1. P. 146–156. DOI: 10.15593/2224-9354/2018.1.14 (In Russ.)
12. Schastlivye lyudi chashche zanimayutsya blagotvoritel'nost'yu. [Happy people are more likely to do charity work.] *FOM*. 2018. Accessed: 03.03.2022. URL: [https://fom.ru/uploads/files/Issledovanie\\_Schast'e\\_i\\_blagotvoritel'nost'.pdf](https://fom.ru/uploads/files/Issledovanie_Schast'e_i_blagotvoritel'nost'.pdf) (In Russ.)
13. Fromm E. To have or to be? [Russ. ed.: *Imet' ili byt'?*] Transl. from Eng. by E.M. Teliatnikova. Moscow: AST publ., 2016. 320 p.]
14. Cialdini R. Influence. Science and practice. [Russ. ed.: *Psikhologiya vliyaniya*. Transl. from Eng. by E. Bugayev, etc. 5<sup>th</sup> ed. Moscow [et al.]: Peter publ., 2012. 294 p.]
15. Shirokanova A.A. Trendy sub'ktivnogo blagopoluchiya v Rossii: 1998–2018. *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Sotsiologiya*. 2020. No. 13 (1). P. 4–24. DOI: 10.21638/spbu12.2020.101 (In Russ.)
16. Akinin L.B., et al. Happiness and prosocial behavior: An evaluation of the evidence. *World Happiness Report 2019*. University of British Columbia, 2019. Accessed 30.08.2022. URL.: [https://s3.amazonaws.com/happiness-report/2019/WHR19\\_Ch4.pdf](https://s3.amazonaws.com/happiness-report/2019/WHR19_Ch4.pdf)
17. Akinin L.B., et al. It's the Recipient That Counts: Spending Money on Strong Social Ties Leads to Greater Happiness than Spending on Weak Social Ties. *PLOS ONE. Public Library of Science*. 2011. No. 6 (2). P. e17018. DOI: 10.1371/journal.pone.0017018
18. Akinin L.B., et al. Prosocial spending and well-being: Cross-cultural evidence for a psychological universal. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2013. No. 104 (4). P. 635–652. DOI: 10.1037/a0031578
19. Akinin L.B., Dunn E.W., Norton M.I. Happiness Runs in a Circular Motion: Evidence for a Positive Feedback Loop between Prosocial Spending and Happiness. *Journal of Happiness Studies*. 2012. No. 13 (2). P. 347–355. DOI: 10.1007/s10902-011-9267-5
20. Andreoni J. Giving with Impure Altruism: Applications to Charity and Ricardian Equivalence. *Journal of Political Economy*. 1989. No. 97 (6). P. 1447–1458. DOI: 10.1086/261662
21. Boyd R., Richerson P.J. Culture and the evolution of human cooperation. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*. 2009. No. 364 (1533). P. 3281–3288. DOI: 10.1098/rstb.2009.0134
22. Cummins R.A. Personal Income and Subjective Well-being: A Review. *Journal of Happiness Studies*. 2000. No. 1 (2). P. 133–158.
23. Curry O.S., et al. Happy to help? A systematic review and meta-analysis of the effects of performing acts of kindness on the well-being of the actor. *Journal of Experimental Social Psychology*. 2018. No. 76. P. 320–329. DOI:10.1016/j.jesp.2018.02.014
24. Deviatko I.F., Bykov A. Weighing the moral worth of altruistic actions: A discrepancy between moral evaluations and prescriptive judgments. *Philosophical Psychology*. 2021. No. 35 (1). P. 95–121. DOI: 10.1080/09515089.2021.1950666
25. Diener E., et al. The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*. US: Lawrence Erlbaum. 1985. No. 49 (1). P. 71–75. DOI: 10.1207/s15327752jpa4901\_13
26. Diener E. Subjective well-being. The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*. 2000. No. 55 (1). P. 34–43. DOI: 10.1037/0003-066X.55.1.34
27. Dunn E.W., Akinin L.B., Norton M.I. Prosocial Spending and Happiness: Using Money to Benefit Others Pays Off. *Current Directions in Psychological Science*. 2014. No. 23 (1). P. 41–47. DOI: 10.1177/0963721413512503
28. Durkheim E. *Moral Education. A Study in the Theory and Application of the Sociology of Education*. N.Y.: The Free Press, 1973. 288 p.
29. Hill G., Howell R.T. Moderators and mediators of pro-social spending and well-being: The influence of values and psychological need satisfaction. *Personality and Individual Differences*. 2014. No. 69. P. 69–74. DOI: 10.1016/j.paid.2014.05.013

30. Hui B.P.H., et al. Rewards of kindness? A meta-analysis of the link between prosociality and well-being. *Psychological Bulletin*. 2020. No. 146 (12). P. 1084. DOI: 10.1037/bul0000298
31. Knack S., Keefer P. Does Social Capital Have an Economic Payoff? A Cross-Country Investigation. *The Quarterly Journal of Economics*. 1997. No. 112 (4). P. 1251–1288. DOI: 10.1162/003355300555475
32. Kumar S., et al. Social support, volunteering and health around the world: Cross-national evidence from 139 countries. *Social Science & Medicine*. 2012. No. 74 (5). P. 696–706. DOI: 10.1016/j.socscimed.2011.11.017
33. Liebe U., Naumann E., Tutic A. Prosocial Behavior Across Professional Boundaries: Experimental Evidence From Hospitals. *SAGE Open*. SAGE Publications. 2019. No. 9 (2). DOI: 10.1177/2158244019846691
34. Liu M. Comparing data quality between online panel and intercept samples. *Methodological Innovations*. 2016. No. 9. DOI: 10.1177/2059799116672877
35. Lyubomirsky S., Sheldon K.M., Schkade D. Pursuing Happiness: The Architecture of Sustainable Change. *Review of General Psychology*. 2005. No. 9 (2). P. 111–131. DOI: 10.1037/1089-2680.9.2.111
36. McManus R.M., Kleiman-Weiner M., Young L. What We Owe to Family: The Impact of Special Obligations on Moral Judgment. *Psychological Science*. 2020. No. 31 (3). P. 227–242. DOI: 10.1177/0956797619900321
37. Oishi S., et al. Value as a Moderator in Subjective Well-Being. *Journal of Personality*. 1999. No. 67 (1). P. 157–184. DOI: 10.1111/1467-6494.00051
38. Piliavin J.A. Doing well by doing good: Benefits for the benefactor. *Flourishing: Positive psychology and the life well-lived*. Washington, DC, US: American Psychological Association, 2003. P. 227–247. DOI: 10.1037/10594-010
39. Rowland L., Curry O.S. A range of kindness activities boost happiness. *The Journal of Social Psychology*. 2019. No. 159 (3). P. 340–343. DOI: 10.1080/00224545.2018.1469461
40. Schwartz S.H. A proposal for measuring value orientations across nations. *Questionnaire Package of the European Social Survey*. 2003. P. 259–319. Accessed 30.08.2022. URL: [https://www.europeansocialsurvey.org/docs/methodology/core\\_ess\\_questionnaire/ESS\\_core\\_questionnaire\\_human\\_values.pdf](https://www.europeansocialsurvey.org/docs/methodology/core_ess_questionnaire/ESS_core_questionnaire_human_values.pdf)
41. Schwartz S.H. Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries. *Advances in experimental social psychology*. 1992. No. 25. P. 1–65. DOI: 10.1016/S0065-2601(08)60281-6
42. Sheldon K.M., Lyubomirsky S. Revisiting the Sustainable Happiness Model and Pie Chart: Can Happiness Be Successfully Pursued? *The Journal of Positive Psychology*. 2019. No. 16 (2). P. 1–10. DOI: 10.1080/17439760.2019.1689421
43. Sorokin P.A. *The Ways and Power of Love: Types, Factors, and Techniques of Moral Transformation*. Boston: Beacon Press, 1954. 552 p.
44. Tov W., Diener E. The Well-Being of Nations: Linking Together Trust, Cooperation, and Democracy. *The Science of Well-Being: The Collected Works of Ed Diener*. Ed. by E. Diener. Dordrecht: Springer Netherlands, 2009. P. 155–173. DOI: 10.1007/978-90-481-2350-6\_7

#### INFORMATION ABOUT THE AUTHOR

**Ekaterina A. Nastina** — Graduate Student; Junior Research Fellow, Ronald F. Inglehart Laboratory for Comparative Social Research, HSE University. **Phone:** +7 (495) 771-32-32, ext. 12244. **Email:** enastina@hse.ru

Received: 07.07.2022.