

# 明天會更好

陳皎眉

## 如何減少自私行爲

編按：本文為「資深婦女社會服務研討會」演講詞

人們往往爲了個人的利益，而做出對團體有害的行爲，環顧左右，在我們的生活中，不論食、衣、住、行各方面，都已受到了威脅。在吃的方面來說，過去幾年已經發生了許多事情：先是米不能吃，然後玉米也不能吃，接下來米酒也不能喝，餛飩油事件讓我們幾乎不敢在外面吃東西，加了硼砂的油麵和魚丸也得提高警覺，不久前西施舌也出了問題。「到底我們要吃什麼呢？」連嬰兒奶粉也有假冒不實，麵包吃了也會出事。爲什麼有人會做這樣的事情，害我們不能吃我們想吃的東西呢？在穿的方面可能稍微好一點，因爲我們這裏的衣服很便宜。可是你也常常買了衣服回家，洗了一次就褪色或縮水，使你大呼冤枉。住的方面呢，我們常可以看到垃圾隨地丟棄，污染環境衛生。不久之前臺中三屍事件也引起大家的注意，因爲它十幾年來都一直在排放廢氣，這使民間不得不成立第一個「防治公害協會」來自保自救，呼籲「還我們一個乾淨的環境」。類似的事情在這之前已經發生了許多，像高雄大社氫酸洩毒案，以及一九七九年臺中、彰化一帶的多氯聯苯中毒事件，至今餘波未止。除了空氣污染之外，都市裏也常受到噪音及色情的污染，使得住戶感到居住環境愈來愈不安寧。在行的方面來說，市區內的交通「行不得也」，是大家所共有的經驗。交通阻塞在尖峯時間屢見不鮮，大家搶先的結果變成大家都動彈不得。另外，常常可以看到的現象是：高速公路，修路或保養路段，造成阻礙，許多司機便私自開上那條禁止通行的保養中車道，一下子就超越了很多車子，這在他們個人來說，當然是快捷方便，其他車子有樣學樣，也都開上去了。可是他們沒有想到，就是因爲這種行爲，使得我們的高速公路一天到晚在整修，因爲路還沒保養好就被破壞掉了。

上述的許多例子，心理學家認爲都是「社會困境」的必然結果，所謂的「社會困境」是指：個人爲了追求眼前的利益，而做出一些將來對自己，或是對

團體有害的行爲。但是因爲行爲的利益是立即且由自己獨享的，而有害的結果是很久以後才發生，且是由大家分擔的，因此個人會持續不斷的做出自私的行爲，這種現象，心理學家把它叫做「社會困境」，或者叫做「社會陷阱」，意思是說，這是一個很容易不知不覺陷入的行爲模式，個人常做出了自私行爲而不知道所產生的害處。除了上面所提到的食衣住行各方面的問題外，我們還可以再舉一些例子來看，例如自然景觀被遊客破壞，逞一時之快，在風景區的樹上刻下「某某人到此一遊」；大家都這樣做的結果，使得我們沒有美麗的風景可看，團體的利益受到損失。野生動物瀕臨絕種也是由於人爲的濫捕濫殺，破壞了生態平衡，最後蒙受傷害的也是全人類。石油危機的時候，自私的搶購囤積，使本來不嚴重的情況，也變成真正的危機，更明顯的例子發生在火災的時候，如果大家守秩序，一個個儘速出去，沒有誰會受傷；但是一開始爭先恐後，被擠死、踏死的人就比被燒死的人更多了，這些現象的原因，就是因爲這些行爲立即的利益很大。例如火災時，比別人先逃出去的利益很大（撿回一條命），而逃不出去的代價很高（可能會失去性命），所以大家便爭先恐後。人口問題、垃圾問題、水資源的缺乏，都是典型的社會困境。所謂困境，就是指一個進退兩難的局面，在自私和合作行爲之間，我們不知道要怎樣做才好，但是通常由於擺在面前的明顯利益使個人常常會選擇自私的行爲。綜合以上的許多例子，可以看到，一個共同的特點是：自私行爲能夠帶給個人當前的立即利益，而對團體有害的結果是很久以後才會發生的，所以個人會持續不斷地做自私的行爲，而最後對團體利益的傷害也終將產生。

最早正式做社會困境研究的是 Hardin，他在一九六八年，於「科學」(Science)雜誌上發表的一篇報告裏提到這種現象的存在，但是尚未命名爲社會困境。Hardin 在報告裏提出的例子，他稱之爲「公有土地的悲劇」。這個

例子是描述，在新英格蘭地區，有一塊公有的牧草地，是大家都可以自由放牧的，因為草地肥沃，放牧牛羊成本很低，而利益很高，所以每一家都偷偷地多養了幾頭牲口，期望得到更高的利益。這種行為的結果，使得這塊牧草地由於吸食過度，不及重長，最後大家都不能再養牛羊，不能再得到利益了。這個例子，Hardin 稱之為「公有土地的悲劇」。同樣的現象，也可以用來解釋中共人民公社的失敗。因為所得均分的結果，個人付出較多的努力並不會得到相當的回報，所以自私一點反而可以讓自己多休息。大家都休息，結果團體得不到利益，個人也蒙受其害。Platt 將這種現象稱為「社會陷阱」，他認為這種社會陷阱有三個重要的特徵：(一)個人的利益和團體的利益產生衝突，且個人利益是獨享的，而團體的損失卻是由大家來分擔的。例如排放廢氣的農藥廠，賺錢是個人自己賺，但是受害的卻是住在周圍的所有居民。(二)第二個特徵是：利益是立即的，而傷害卻是很久以後才看得出來的。例如河川污染，人們在早先的時候根本認為沒什麼關係，那麼大一條河只倒一點垃圾，不會造成污染。可是日積月累，從上游到下游的長期污染，使得河川污染已經積重難返。這也許是當初開始排放污水的時候始料未及的事。(三)第三個特徵是：在這些特定的情境下，自私行為雖然是短視近利的，但卻是最理智的行為。因為如果大家都做自私的行為，我當然更要自私，否則就得不到任何的利益。拿交通問題做例子，如果每個人都爭先恐後，而我禮讓別人的話，也許我一輩子被塞在那裏回不了家，所以當大家都自私的時候，我更要自私，為了自保，沒有別的選擇。另一方面，當大家都不自私的時候，那正是自私行為可以從中坐收漁利的時候，因為當別人都遵守交通規則的時候，我爭先恐後，那麼我就可以最早到家。當大家都合作的時候，只有我一個個人自私，一方面可以得到利益，另一方面也不會對團體造成太大的影響，所以自私行為還是佔優勢的。所以不管在任何情況下，個人都比較容易做自私的行為。由於以上這三個特徵，所以這種情況才被稱爲是一種陷阱；就個人來說，自私較爲有利，而就團體而言，合作才是最上策；但是由於以上三個特徵，使大家會忽視團體，而重視個人利益。

心理學家會經用許多不同的方式對社會困境做過研究，也發現了一些影響社會困境解決的重要因素，例如：Mintz 會經用一個大的窄口水瓶，瓶子很大

，瓶口卻很小。裏面放了很多圓錐體，各有一根線牽到瓶子外面來。由於瓶口很小，所以一次只能容納一個圓錐體通過，如果兩個錐體要一起通過的話，就會擠在瓶口出不來，這和十字路口或交通瓶頸是一樣的。Mintz 設計了這項遊戲，讓十四個人一起來玩，每個人拉著一條線。剛開始的時候，只是告訴大家，這是一項測驗反應能力的遊戲，目的只是想看看三分鐘之內大家能不能把圓錐體都拉出來。結果在三分鐘之內，大家都拿出來了。但是如果實驗者稍微改變一下指導語，先拿出來的人可以得到酬賞，愈早拿出來酬賞愈高，而愈晚拿出來的人，反而要受到懲罰。在原有的遊戲中加入了酬賞和代價的關係之後，受試者就開始爭先恐後，於是所有的圓錐體都擠在瓶口，一個都拿不出來了。這表示自私行為的利益或不自私行為的代價增加時，大家都會做自私行為了。另外一個常見的方式是仿照 Hardin「公有土地悲劇」所設計的資源重長模式。受試者面對一個公有的資源，從中取得一些利益，到了一定的時間以後，所剩的資源就會重長一倍。例如：讓受試者面對一個共同的海洋資源，在這個資源裏，每個受試者都代表一個國家，每年可以捕魚，數量由受試者自己決定，捕得愈多對個人愈有利，因為每一個受試者所代表的國家就是靠這個漁獲量來生存的。但是如果每一個國家都捕得很多的話，公海裏的資源剩得就很少了，所以繁殖的數量也很少。如果剩得愈多，那麼能繁殖的量也相對增加。但是只能增加到一個固定的量爲止。這就是所謂的資源重長模式。另外一個例子是五名受試，面對四十五元的公有資源，每次每個人最多不可以拿超過九塊錢，拿過之後，實驗者再根據公有資源所剩的數目補充一倍。所以如果每個人第一次拿五塊錢，五個人共拿二十五元，資源裏就剩下二十元，實驗者再補充二十元，資源就重長成四十元。第二次如果每個人拿四元，資源裏還剩下二十元，那麼實驗者再補充二十元，就又有四〇元可以拿了。如此週而復始，就可讓資源不致匱乏。因此，合作才是最有利，遊戲可以一直玩下去，每個人也可以拿到很多的錢。有趣的是，以資源重長模式所作的研究發現，人們並不會這麼理智的合作下去，他們往往互不信任，自私的多拿，而使資源很快告罄。

另外一個常用的方式是使用數人困境，或者稱爲矩陣 (matrix) 的方式。這是一種類似「囚犯困境」的遊戲。一般當警察局抓到嫌疑犯的時候，都會分

開偵訊，以防他們串供。囚犯困境遊戲就是給受試者一個情境，假設他是一個被隔離的囚犯，而同夥被關在另一間房裏。這個時候，警察也就是實驗者就會告訴你，「如果你招認，而他是不招的話，那麼你是知錯能改，立刻釋放，而他是執迷不誤，關他十年。倒過來他招你不招，那麼你關十年，他可以回家。如果兩人都不招，那麼我還是可以依妨害公務罪嫌，各關你們一年。如果兩人都招了，那麼罪證確實，姑念你們坦誠認罪，各關八年。」如果你是受試者，你會選擇招認還是不招認？

B 囚犯

		B 囚犯	
		不承認	招出實情
A 囚犯	不承認	1年	10年
	招出實情	10年	8年

囚犯困境的遊戲，面對的就是上面這個矩陣所顯示的利害關係。

研究發現，在這個情況下，大部分的受試者都會招出實情，出賣對方，尤其是對對方沒有信心，沒有把握的時候。因為很明顯的，自私的行為才是理智的作法。設想：假如你是A囚犯，如果B招出來了，那麼我不承認要關十年，承認只要關八年。如果B沒招出來，那麼我招了就可以回家，不招還要關一年。怎麼算都是招認的好，所以很多人都會選擇出賣對方。自私行為佔了優勢。可是對團體來說，合作才是最好的，因為兩個人都很理智的出賣對方的結果是各關八年，二個個都不招，只需要關一年，所以彼此合作其實是優於彼此競爭的。這個遊戲是一個困境，原因就在這裏。無論是囚犯困境或其他數人困境，事實上都是基於相同的原因及現象，人們都是很理智，很能精打細算的人，而一羣理智的人湊在一起卻導出對大家都不利的結果。心理學家用上面這些方式做了許多研究，到底得出了什麼結果？有那些因素會影響人們的自私行為呢？

第一個被發現的因素，是資源的大小。通常我們都以資源小比較容易注意到困境的產生，受試者較容易提醒自我自我約束，悲劇比較不會發生。但是研究的結果卻發現資源小的情況下，困境更容易產生。以臺北市的交通為例，車輛每年增加迅速，而道路擴充緩慢，道路資源有限，常常發生阻滯。所以我們處理社會困境的時候，首先想到要建高架橋、建中運量捷運系統、建第二條高速公路，這就是為了增加資源。資源不虞匱乏，困境便不會發生。但是資源只能做相當程度，而不是無窮盡擴充的。我們不能將市區的房子

統統拆掉來建道路。所以解決社會困境，一定要有其他的方法。第二個被發現會影響社會困境產生的因素是團體的大小。團體愈大，愈容易產生困境，因為我們愈不能相信別人，愈沒有機會和別人溝通，愈不能阻止自私的行為。

第三個重要的因素，是懲罰和獎賞的結構。這個因素我們以很明顯的從囚犯困境中看出來。如果我們將合作的利益提高，例如兩個人都不招，罪證不足拘留三天，那麼合作的意願可能會提高，同樣的，如果兩個人都招了，罪證確鑿一律槍斃，那麼大概沒人敢招，因為懲罰的代價太大了。我們方才提到，社會困境之所以會發生，就是因為自私行為得到有利的結果；合作行為得到不利的結果。所以最直接的方式是改變獎懲的結構，讓自私行為得到不利的結果，而合作的行為得到正的增強，例如，違反交通規則，嚴重罰款，才可以解決交通問題。當然，用獎懲結構來解決交通困境，有一個很重要的先決條件，就是要公平，而且要確實執行。例如我們目前交通違規的罰款並不是很輕，但是由於懲罰的執行並不是很確實很公平，所以許多人還是心存僥倖，人們總有許多方式來鑽漏洞逃避懲罰，例如無照駕駛時冒用別人的駕照號碼，罰款就由無照駕駛的一二、〇〇〇元變成未帶駕照的三〇〇元，又如罰款附帶的道路安全講習，現在又出現很多職業學生，專門替別人上課，使得道安講習又失去效用。拉關係、套交情來減脫責罰的，更是有大有人在。現行法規不能確實執行的情形下，再好的獎懲制度也會失去作用，困境依然無法解決。

研究發現，在受試者彼此無法溝通、也不知道資源所剩情形的時候，獎懲制度確實發揮了很大的作用。當抽查的機率愈高時，受試者愈合作，而懲罰程度愈嚴重時，大家也愈不敢自私。更有趣的是，在抽查機率高的受試組中，被抽查之後受試者變得更合作，因為他們從抽查和懲罰中得到教訓。但是在抽查機率低的時候，抽查之後的下一次，受試者反而更自私，拿了更多公有資源，因為剛才被懲罰了現在要撈回一筆。這個結果告訴我們，一定要讓人們覺得，每一次違規、自私的行為都會被罰，不能心存僥倖。通常機率低的時候大家就容易違法，因為大家都會想：「不會那麼倒楣吧！」所以很容易有自私的行為。相反的，如果抽查的機率很高，幾乎每一次違規都會被抓到，就沒有人敢心存僥倖了。

第四個重要的因素是，處在同一個困境的成員彼此能溝通的話，就比較容易合作。溝通為什麼能促進合作呢？首先，俗話說：「見面三分情」，有時候

即使不能見面，只能聽到聲音，但是也會覺得彼此有點愜情。其次，溝通比較容易讓受試者看到事情的癥結。如果有一名受試者看到了困境的本質，他就可以建議其他成員採用合作的策略，大家比較容易有一致的行為。所以在社會困境中藉溝通的方式來避免困境的發生，對大家是有利的。

另外一個會影響社會困境行為的，就是資源的回饋。如果受試者能清楚知道資源剩下的情形，再加上互相討論，可以採取有效的因應方式，以保持資源的充足，使困境不致發生。而沒有資源回饋的情形下，大家無法依資源的餘額來調整自己的行為，所以只要有人自私，資源會很快就枯竭了，舉例來說，我們所面臨的許多問題，就是因為沒有資源回饋。有誰知道河川污染已經嚴重到什麼樣的程度呢？現在雖然有環保局或衛生單位開始提醒大家，可是淡水河已經發黴發臭，為時已晚。應該從有輕微污染的時候就開始提醒臺北市民關心這件事情。有許多困境存在於我們周遭的社會中而不為人所注意。時日一久便容易造成問題。所以帶小朋友去看垃圾山，看淡水河紅樹林的污染，是一個很好的作法，讓他們從小能警惕這些問題的嚴重性。大眾傳播更應該負起這個責任，讓社會大眾能了解我們的資源到底被污染或缺乏到什麼地步。

除了上述社會困境的客觀外在條件外，我們心中對他人行為的預期，也會影響社會困境中的行為。如果我們預期別人會做自私的行為，通常我們也會做自私的行為，因為這是我們用來保護自己的方法；如果你預期大家都合作，你也比較容易合作。為什麼中國人在國外開車都很守交通規則，而在國內開車就不守交通規則呢？其實這背後有一個很重要的因素預期。在國外開車不守規矩，所有都會向你嗚喇叭表示抗議，讓你覺得不好意思，警察也會照規定開罰單嚴格執行，另外，其他人都守法開車，你也不必擔心別人的自私損及你的利益。但是在臺北開車的時候，你不搶先別人會搶先，你預期別人會做出有損你利益的自私行為，並且你認為在違規的時候即使被抓了，也不會受到太大的懲罰，因為可以拉關係、鑽漏洞。臺北的交通量雖然很大，但是絕對不會比紐約或芝加哥大，而這兩個都市的交通卻比臺北好得多，其原因是因為交通懲罰重，人人守秩序，駕駛人預期別人也都不會爭先恐後，而違規自私的行為一定被罰。所以在嚴格取締、加重處罰之前，一定要有公平、公正的制度。

另外一個屬於個人心理層面的因素，就是我們的老生常談——道德規範。有的人說中國人不守秩序，因為中國人比較不講道德。有的人說剛好相反，因為

中國人重人情，其實這兩種說法都不見得錯。我們中國人非常注重小範圍的人情關係，親疏有別，所以辦事情常常要套交情。可是對於不認識的人就冷若冰霜，沒什麼道德好講。而絕大多數的社會困境中，我們面對的其他成員都是我們不認識的。我們在過去的研究中發現，在玩那些遊戲前先唸一篇有關道德或利社會行為的文章，發現受試者的行為會較為合作一些。

以上所提到的這些方式，都是可以用來改善社會困境的。可以歸納兩個方面，第一是改變團體結構，第二是改變團體成員的特質。在團體結構的改變方面，我們必須讓團體的成員參與擬定一個公平的制度，來獎勵合作的行為、懲罰自私行為，同時必須讓權威介入，貫徹公權力的行使，讓成員清楚的了解自私行為的後果，而且更重要的是要真正確實執行這個制度，不讓特權介入，也不讓成員心存僥倖，在可能的範圍內，盡量增加資源，努力讓成員了解我們的社會問題，給予充分的回饋。開放社會上的溝通管道，讓有識者能呼籲大家來注意我們所面臨的社會問題。還有一個方式便是推廣「社區」的觀念，這樣可以減少團體成員的人數，比較容易做資源的評估，成員間溝通的機會也會增加。像臺中大里鄉的居民，就是基於這種社區的觀念，而有組織「公害防治協會」的意願。我們雖然不能管遍所有城市的事情，可是至少能關心我們所居住的社區。

在改變團體成員的特質方面，就是要讓成員能了解社會困境的本質，看似理智的自私行為，事實上是最不理性，而且有害於整個團體，到最後殃及個人的公德心的培養，利他行為的提倡，雖然是老生常談的事情，但是如果每個人都能想想別人，是可以避免許多社會困境發生的。

社會困境是一定會存在的，因為自私是人類的本性之一，但重要的是，我們盡可能地去減少自私的行為，來維持整個團體的生存利益。常常我們會認為，一個人的力量太有限了，杯水車薪，無濟於事。但是如果一個人能影響十個人，十個人就能影響一〇〇個人，慢慢的，透過鼓吹、倡導以及教育，社會成員會開始有社會責任感的。社會需要的是更多願意做事的傻子，而不是太聰明的袖手旁觀甚至自私自利的人。只要我們能夠從自己開始減少自私的行為，再幫助社會大眾一起減少自私的行為，相信我們的明天就會更好。

〔本文作者為國立政治大學教授〕