

在充分吸收国内外已有相关研究的基础上，幸福指数研究专家邢占军提出了体验论主观幸福感测量的观点。根据这一观点，幸福感是满意感、快乐感和价值感的有机统一。从我国的文化背景和当前的社会实际出发，他提出了由十个次级指标构成的我国民众幸福指数指标体系，并出炉了最新的调查报告。

幸福指数的指标体系构建与追踪研究

□ 邢占军

我国居民幸福指数指标体系的初步构建

幸福指数被视为体现主观生活质量的核心指标。国外主观生活质量研究者最常用的一个术语是Subjective Well-being（简称SWB），国内研究者一般将其译作“主观幸福感”，在许多场合下可以与“主观生活质量”混用。较早从主观幸福感意义上对生活品质明确加以阐述的是美国社会心理学家坎贝尔。在他看来，生活质量是“源于一个人对自己整体生活的当前体验而产生的主观的幸福感受”。后来的研究者们为了考察人们主观幸福感的变化状况，采用了幸福指数这一分析工具。具体而言，幸福指数是指用以反映民众幸福感在某一时期内的数值和其在另一个作为比较标准的时期内的数值的比数。近年来，该领域的一些有影响的研究者建议将幸福指数纳入国民统计指标体系，为政策制定者提供重要依据。

尽管“主观幸福感”这个术语使用频率颇高，但对其含义的界定和理解却存在着相当大的差异。一些研究者在认知的层面上加以理解，将主观幸福感等同于满意感。例如，美国学者雪恩和约

翰逊认为主观幸福感就是生活满意感，它可以定义为“依据自己所持的准则对自身的生活质量的总体评价”。另一些研究者则在情感层面上使用这一术语，主观幸福感很大程度上被等同于快乐感。例如美国学者罗斯等人认为，“主观幸福感是一个人对他自己当前的幸福状况的评价，这种评价常常可以用那些情感性的术语加以表达。当你问道一个人的主观幸福感如何时，他常常会这样回答‘我感觉良好（good）’”。还有一些研究者强调这种快乐来自人们自身潜能充分发挥而获得的价值感。例如，美国学者沃特曼将人们对快乐的体验分为两种，认为除了需求得到满足而获得的享受之乐外，还存在一种个人自我展现之乐。也就是，通过全身心投入，以使自我潜能得以充分发挥，因自我实现而获得的快乐。在上述三个维度上，国外研究者们都编制或找到了相应的测量工具对主观幸福感进行测量。尽管研究者们对幸福指数进入社会决策抱有较高的期待，但由于在主观幸福感含义理解上的分歧，幸福指数的宏观决策价值并没有充分体现出来。

在充分吸收国内外已有相关研究的基础上，我们提出了体验论主观幸福

测量的观点。根据这一观点，幸福感是由人们所拥有的客观条件以及人们的需求价值等因素共同作用而产生的个体对自身存在与发展状况的一种积极的心理体验，它是满意感、快乐感和价值感的有机统一。从我国的文化背景和当前的社会实际出发，在大量实证研究的基础上，我们提出了由十个次级指标构成的我国民众幸福指数指标体系：知足充裕体验指数、心理健康体验指数、成长发展体验指数、社会信心体验指数、目标价值体验指数、自我接受体验指数、人际适应体验指数、身体健康体验指数、心态平衡体验指数、家庭氛围体验指数。这十项指标通过我们编制的一套由40个项目组成的《中国民众主观幸福感量表》来测量。以下是十项次级指标的具体含义：

知足充裕体验指数：反映的是人们对自身所拥有的客观物质条件的心理体验。高分者的典型特征是：对个人及家庭客观物质条件感到满意；对生活保持一种合理的期待；不会因经济条件而感受到某种压力。

心理健康体验指数：反映的是人们在社会适应方面的心理体验。高分者的显著特征是：精力充沛，能够处理好日

常工作和生活方面事情，心胸开阔，性格开朗；轻松自如，遇到困难能够从容应对。

社会信心体验指数：反映的是人们对社会发展态势的心理体验。高分者的显著特征是：对社会的发展充满信心，相信社会的发展趋势对人们有利。

成长进步体验指数：反映的是人们对自身发展进步方面的心理体验。高分者的显著特征是：能够积极地面对生活，把生活作为一个不断学习提高的过程；能够经常感受到自身在生活中所取得的进步；清楚自身前进的目标，并克服各种困难实现目标。

目标价值体验指数：反映的是人们对人生目标和发展方向的心理体验。高

分者的显著特征是：有充实感；感到手头做着的事情充满乐趣；清楚一生的追求，并理解当前所做事情的意义。

自我接受体验指数：反映的是人们对自我悦纳方面的心理体验。高分者的显著特征是：充满自信，对自身持有肯定的态度；承认和容忍自身在很多方面的优缺点；对过去的经历持肯定的态度。

身体健康体验指数：反映的是人们在身体适应方面的心理体验。高分者的显著特征是：对自身的健康状况感到满意；没有感到身体的某些部位特别不适；没有为一些严重的疾病而苦恼。

心态平衡体验指数：反映的是人们在心态调适方面的心理体验。高分者的显著特征是：能够坦然接受自己的生活

现状，并坦然面对自身的生活经历；不怨天尤人，对别人的生活能够持一种平稳的心态。

人际适应体验指数：反映的是人们在人际适应方面的心理体验。高分者的显著特征是：拥有融洽、真诚的人际关系；拥有心心相印、亲密无间的朋友关系；能够相互理解、互谅互让。

家庭氛围体验指数：反映的是人们在家庭生活方面的心理体验。高分者的显著特征是：能够经常感受到家庭的温暖；与家人在一起感到很好沟通、非常愉快；家庭成员之间能够互相理解、互谅互让；家庭气氛轻松和谐。

对沿海某省城市居民幸福指数的追踪研究

从2002年5月开始，我们采用上述指标对沿海某省城市居民幸福指数进行了追踪研究，2002、2003、2004年分别进行了一次调查，从2005年起每年进行两次调

查（上半年和下半年各一次），最近的一次调查是在2006年3月底完成的。以下是初步的研究结果与分析：

总体幸福指数基本处于高位运行

根据我们2002年对取自该省城市居民的常模样本分析，如果总体幸福指数达到98，即属于高位运行。五年中六次抽样调查所得到的该省城市居民总体幸福指数分别为：100、94.2、98、102.7、98、101。除2003年7月外，其它几次调查均在98以上，表明过去五年城市居民幸福指数基本处于高位运行状态。这一追踪调查结果，从城市民众的切身体验，反映出近年来我国经济、政治、文化和社会建设方面总体上良好的发展态势。从所调查省的情况看，近年来省委省政府始终坚持将发展作为第一要务，以科学发展观统领全局，努力推进各项改革，注重提升人民群众的生活质量，经济发展不断取得新的突破，人民生活水平不断提高，社会运行稳定有序，实现了跨越发展。“十五”期间，该省生产总值年均增长13%，超出“九五”2个百分点，高出预期4个百分点；全省城镇居民人均可支配收入年均增长10.5%，超出“九五”4.7个百分点。民众的生存和发展条件得到了极大改善，生活质量不断提升。

总体幸福指数出现两次明显波动

五年间该省城市居民总体幸福指数出现了两次明显的波动。2003年7月城市居民总体幸福指数跌至最低点，此后开始回升，到2005年4月达到最高点。

2003年7月的调查是在“非典”警告解除后进行的，总体幸福指数比上年下降了近6个百分点，表明“非典”对城市居民幸福指数的负面影响是明显的。具体分析，导致总体幸福指数下跌最为突出的是成长进步体验、自我接受体验。这两项次级幸福指数分别比一年前下降了16.1%和12%，表明人们的进取心和



自信心受到了较大的影响。在类似“非典”这样突如其来的巨大灾害面前，人们的心理准备显然不足，相当一部分人会对自己以往所设定的生活目标进行反思，对以往的自我认知进行重新审视。国外的一些研究发现，在突如其来的巨大灾难面前，容易出现较大范围的恐慌、迷茫、乃至悲观的情绪体验，对现实的社会秩序和人们的生产生活产生不可估量的影响。但我们的研究结果显示，除成长进步体验指数和自我接受体验指数外，其它指标则没有出现大的波动，这与当时中央的正确决策是密不可分的。

2005年4月的调查结果显示，除心理健康体验指数外，当时城市居民各项幸福指数都达到了最高点，总体幸福指数比2004年9月增长了4.7个百分点。进一步分析发现，对城市居民总体幸福指数拉动较为突出的是知足充裕体验、心态平衡体验、成长进步体验、社会信心体验，分别比半年前增长了10.2%、7.8%、7.3%、6.9%。在这一时间点上，城市居民幸福指数整体走高不是偶然的。这次调查是在2005年4月底进行的，从2006年下半年到这次调查前，国内发生了几件大事，对民众的心态产生了不容忽视的影响。一是中共中央决定从2005年1月开始，在全党开展保持共产党员先进性教育活动，分三批对全国6800多万名党员进行一次集中教育，人民群众对党以及党所领导的社会主义事业的信心增强了。二是中央提出了建设社会主义和谐社会的目标，得到了广大群众的广泛认同。三是在经济发展的同时，人民群众的收入水平也有了新的突破，根据该省统计局发布的月统计数据，2005年1季度，该省城镇居民人均可支配收入增长突破13%。四是中央在处理对日关系上表现出了高超的政治智慧。针对在纪念抗日战争胜利六十周年这个敏感

期出现的一些不利于中日关系的苗头，我国政府在明确坚持立场、对日本少数右翼分子的错误言论和行为进行深入揭露和坚决抗议的同时，注意疏导国内民众存在的一些情绪，既保护了民众的爱国热情，又在推动中日关系向前发展方面取得了主动。五是对台工作取得了突破性的进展。2005年3月4日，胡锦涛总书记提出新形势下发展两岸关系的四点意见。3月14日，十届全国人大三次会议高票通过反分裂国家法。在我们调查期间，中国国民党、亲民党领导人将组团访问大陆的消息几乎已是家喻户晓，对两岸关系出现的这一系列新走向，民众普遍感到欢欣鼓舞。

知足充裕体验、心理健康体验和身体健康体验相对较低

从五年纵向调查的结果看，城市居民知足充裕体验相对偏低，均未超过5分（满分为10分，下同）。知足充裕体验反映的是人们对自身物质条件的满意程度，以及人们对物质条件所保持的期待。客观地讲，近年来该省城镇居民家庭人均可支配收入增长的幅度较大，然而城市居民的知足充裕体验走势却不容乐观，这与民众对物质条件的期望也有一定的关系。从某种意义上，可以推断当前该省城市居民对物质生活条件仍然抱有较高的期待，换句话讲，人们对物质生活的需求还远没有得到满足。因此，通过大力发展经济来增加社会的财富，并使经济发展的成果惠及最广大的民众，是提升民众幸福感的关键。

调查发现，近五年来城市居民心理健康体验和身体健康体验得分相对较低，都没有超过6分，这是与当前我国正处在转型社会密切相关的。社会转型过程中存在的某些混乱与无序、现代化进程中日益加快的生活工作节奏，给人们的身心带来巨大的压力，并威胁着人们的

身心健康。另外，生态环境恶化和食品安全问题也对人们的健康造成相当的侵蚀。民众的身心健康问题已经成为一个突出的社会问题，其对我国现代化进程的影响不容忽视。

成长进步体验和家庭氛围体验总体上保持在较高水平

从各项次级幸福感指标来看，近五年该省城市居民在成长进步体验和家庭氛围体验两个方面平均得分大多超过7分，保持在较高的水平，其中尤以家庭氛围体验为最高。家庭氛围体验较高，与该省浓烈而淳朴的人际氛围是密不可分的。作为中国传统文化的重要发祥地，该省自古至今较好地保持了“重人伦”的传统。对于这种传统的评价历来存在着争议，而且近年来也受到了来自市场经济下新的价值取向的挑战。但这种传统无疑是与人的社会性的基本特征和基本需求相吻合的，因而其对于提升人们幸福感的意义也就不言自明了。

从根本上而言，成长进步体验反映的是人们对社会、对生活的一种积极乐观的态度，以及对自身的一种肯定与自信。这种体验与目标价值体验和自我接受体验有着密切的关系。我们认为这类体验是与时代给人们所提供的发展与选择的机会是密不可分的。因此，该项指标高意味着当前城市居民拥有较多的发展机遇和选择机会，对自身的发展充满信心与希望。**D**

作者简介



邢占军，心理学博士，中国社会科学院社会学所博士后，中共山东省委党校人才测评与社会调查研究中心主任、教授，山东师范大学应用心理学专业硕士生导师，山东省社会学会副会长。著有《测量幸福：主观幸福感测量研究》一书。