

# 生活质量研究的重要领域：主观幸福感研究

邢占军

1958年，美国经济学家 Galbri th 在他的名著《丰裕社会》中首次提出了“生活质量”（quality of li fe）概念。在 Galbri th 看来，生活质量的本质是一种主观体验，它包括个人对于一生遭遇的满意程度、内在的知足感，以及在社会中自我实现的体会。此后，生活质量研究与社会指标运动相结合，受到了社会学、心理学和经济学等多个学科研究者的关注，并逐渐分化为两大研究取向：客观生活质量（objective quality of li fe）研究和主观生活质量（subjective quality of li fe）研究。客观生活质量研究总体上坚持的是仍然是西方国家自 17 世纪以来的经济和社会报告传统，只是在侧重点上更倾向于社会的全面进步和人与环境的协调发展。而主观生活质量研究则侧重于对人们的态度、期望、感受、欲望、价值等方面的考察，着眼于人们的幸福体验，这一研究取向常常被称之为“主观幸福感”（subjective well-being）研究。

## 一、主观幸福感研究的背景

### 1、主观幸福感研究的形而上学背景

当代主观幸福感研究的许多假设，可以追溯到历史上一些著名思想者对幸福问题的形而上学探讨。长期以来西方哲学史上存在着两种有代表性的幸福观，即快乐主义（hedonic）幸福观和完善论（eudaimonic）幸福观，它们沿着各自的脉络发展至今，成为西方社会人生价值观的两种主要表现形式，并且深刻地影响了自上世纪中期兴起的主观幸福感研究。

一般认为，快乐主义幸福观始自古希腊哲学家、昔兰尼学派创始人阿里斯底波（Aristippus, 435-356 BC）。昔兰尼学派将感觉作为幸福的唯一来源，他们认为，人有感觉，感觉是最真实的。人们除了能够感觉到快乐和痛苦之外，再也没有什么可感觉的东西了。因此，他们将追求快乐作为最大的幸福。由于阿里斯底波和他的继承者过分宣扬肉体感官方面的享乐，反映的是一种颓废的生活方式，因而该学派的观点受到了较多的批评。对西方社会产生了广泛影响的快乐主义幸福观是由另一位古希腊哲学家伊壁鸠鲁（Epicurus, 341-279 BC）提出的。伊壁鸠鲁将快乐视为幸福生活的开始和目的。他认为肉体的快乐和器官的快乐是一切快乐的起源和基础，没有感性的快乐，就不会有其它的快乐和幸福。然而，在漫长的中世纪由于禁欲主义的盛行，快乐主义幸福观无论是在学理上还是在生活实践中都受到了极大的压抑。

十七世纪英国经验论哲学家洛克（J. Locke, 1631-1704）重新将快乐主义幸福观发扬光大。洛克从人类所具有的“趋乐避苦”的心理和自然倾向出发解释了快乐主义幸福观。在幸福问题上，洛克坚持了他的经验主义立场，认为外界事物作用于人的感官，引起了人们的各种情欲和感受，才引起了人们的苦乐感。洛克认为，快乐是与痛苦相对应的，而快乐和痛苦是则由感觉和反省得来的，人类所共有的情感都可归为这两大类，属于快乐方面的情感有

---

Well-being 一词有“幸福”、“健康”、“福利”之意。韦氏英语辞典 1997 年版对 well-being 的解释是：一种良好的或满意的生存条件；一种健康（health）、幸福（happiness）、兴旺（prosperity）的状态；福利（welfare）。从字面意义上看，subjective well-being 可以译作“主观幸福”、“主观健康”（在这层含义上运用较多的另一术语是 psychological well-being）或“主观福利”。事实上，从不同的研究取向出发，国外的相关研究对上述几个方面几乎均有涉及。总的看来，“主观幸福”（或“幸福感”）大致可以涵盖其它两个方面，加之近年来我国研究者较多采用“主观幸福感”这一译法，所以我们也沿用了这一译法，不做过多的文字与逻辑上的推敲。

爱慕、欲望、欢乐、希望等；属于痛苦方面的情感有憎恶、悲痛、恐惧、失望等。在欧洲大陆，洛克的观点得到了莱布尼茨（G. W. Leibniz, 1646-1716）的积极呼应。与洛克不同的是，莱布尼茨强调了理性对于幸福的重要意义。洛克等人的思想直接被后来的功利主义哲学家边沁和穆勒等人所继承。边沁公开承认法国经验论者，特别是洛克是他的思想先驱。在《道德与立法原理引论》一书中，他将趋乐避苦作为论证功利主义原理的依据。

十九世纪德国古典哲学的代表人物之一费尔巴哈（L. Feuerbach, 1804-1872）对快乐主义的幸福观进行了较为系统的论述。费尔巴哈认为，“幸福不是别的，只是某一生物的健康的状态，它的十分强健的或安乐的状态；在这一种状态下，生物能够无阻碍地满足和实际上满足为它本身所特别具有的、并关系到它本质和生存的特殊需要和追求”（费尔巴哈，《费尔巴哈哲学著作选集（上卷）》538页）。费尔巴哈所讲的幸福同样是建立在感觉基础之上的，他特别把快感和情欲的满足作为幸福的标志。弗洛伊德（S. Freud, 1856—1939）在对幸福问题进行研究时，也坚持了快乐主义的幸福观。在晚期著作《文明与缺憾》中，他采用早期人格理论中所提出的快乐原则解释幸福问题。他认为人的一切活动都为“快乐原则”所支配，快乐原则得到了实现，人便是幸福的。

快乐主义幸福观几乎从一开始便受到了广泛的质疑。古希腊哲学家赫拉克利特（Herakleitos, 504-470 BC）就曾讲过，“如果幸福在于肉体的快感，那末就应当说，牛找到草料吃的时候，是幸福的”。德谟克利特也曾明确指出，“使人幸福的并不是体力和金钱，而是正直和公允”，“人们通过享乐的节制和生活的协调，才能得到灵魂的安宁”（北京大学哲学系外国哲学史教研室，《西方哲学原著选读》52-53页）。古希腊哲学家亚里士多德（Aristotle, 384-322 BC）在深刻反省阿里斯底波和伊壁鸠鲁的快乐主义幸福观、特别是在批判柏拉图神性幸福观的基础上，较为系统地提出了完善论的幸福观。柏拉图曾将人的幸福神秘化，他认为人的幸福必须以神性的幸福为模型，人的幸福只有在理念王国中才能找到。亚里士多德则肯定了快乐主义幸福观的人性前提，他宣称，“我们所研究的是人的善和人的幸福”（亚里士多德，《尼各马可伦理学》22页），这就从根本上与柏拉图的神性幸福观划清了界限。在《论灵魂》中他进一步讲到，“任何有感觉的东西都知道痛苦和快乐。知道什么是痛苦，什么是快乐，而任何知道痛苦和快乐的东西都有企求，因为欲望乃是对快乐的企求”（苗力田，《古希腊哲学》424页）。但是，亚里士多德并没有将幸福局限于人的快乐的心理感受，在他看来，最为平庸的人才把快乐和幸福相等同，他们以生活享受为满足，这显然是一种奴性的生活。他认为，真正的幸福决不在逸乐之中，而是“最高的善”。亚里士多德眼中的最高的善指的是什么呢？他说，“把最高的善称为幸福，看来是同义语反复，还应着重地谈谈它到底是什么。如若考察人的功能，事情就会更清楚些：一个长笛手，一个雕刻家，总之那些具有某种功能和实践的人，他们的善或成效就存于他们所具有的功能中。类似地，人的善就存在于人的功能中”。由于“人的善是合乎德性而生成的、灵魂的现实的活动”，因而“幸福就是灵魂的一种合乎德性的现实活动”（亚里士多德，《尼各马可伦理学》12-14页）。从这里我们不难看出，亚里士多德所讲的幸福指的正是人们能够在活动中发挥出自身的功能。当然，他所讲的活动主要指的是灵魂的现实的活动，即理性的思辨。

亚里士多德的完善论幸福观所强调的德性，被禁欲论幸福观的倡导者们大加推崇。古罗马哲学家塞涅卡（L. A. Seneca, 前 4-65）正是从德性出发，发展了其后对欧洲社会影响极深的基督教幸福观。塞涅卡认为，幸福生活就是符合自己本性的生活，就是一种有德性的生活。他指出，“德性是快乐的先行者、引导者”，“只有德性才能达到至善，真正的幸福建立在德性之上”。持类似观点的还有奥勒留（Marcus Aurelius Antoninus, 约 170-180）和

后来的奥古斯丁 (Aurelius Augustinus, 389-395) 基督教哲学中的幸福观与完善论幸福观有着根本的区别。前者要求人们忍耐、禁欲,使自己的行为合乎自然本性,而这个自然本性是由神所创造和决定的,而后者则在要求人们在有节制的满足欲望的同时充分发挥出作为人的自身的潜能并实现自身的价值。

19 世纪后半期,德国哲学家包尔生 (F. Paulsen, 1846-1908) 对哲学史上的幸福观进行了系统的梳理,并进一步阐发了完善论的幸福观,提出了自我实现论。包尔生将幸福哲学史上的幸福观归为两种基本形式:快乐主义 (hedonismus) 和自我实现论 (selbstverwirklichung)。快乐主义将快乐作为最高或绝对的善,而自我实现论则将目光投向了某种客观的生活内容。包尔生坚持的无疑是后者,他称,“这样我们的原则就是:倾向于实现意志的最高目标——它可以被称之为幸福(福祉)——的行为类型和意志是善的。我在此所说的幸福是指我们存在的完善和生命的完美运动。”在包尔生看来,幸福展现的是至善生活的客观内容,这种内容体现在人们的活动之中,“我创造了自我实现论这个词,以使我的观点与快乐主义形成鲜明的对照——亦即意志的目的不在感情,而在行动”(包尔生,《伦理学体系》191 页)。当然,包尔生的自我实现论并不排斥快乐,在他看来,快乐恰恰包含在快乐生活之中。20 世纪新弗洛伊德主义的代表人物之一弗洛姆(E. Fromm, 1900-1980) 进一步发展了完善论幸福观。在他看来,快乐和幸福没有质的区别,只是快乐是同某一个别行为有关,而幸福可以被称为是某种持续和一体化的快乐经历。快乐是指由于有效地实现人生存的目的而体验到的愉快。他将快乐分为两种形式:主观快乐和真正的快乐。主观的快乐是以满足物质与精神需要为前提,而真正的快乐是以创造的积极性为基础。他认为,幸福是人的内在“生产能力”中所产生的一种结果。

心理学中的自我实现论是由美国人本心理学家马斯洛系统提出的。马斯洛提出了人类所具有的五种基本需要:生理需要、安全需要、归属与爱的需要、尊重需要、自我实现需要。他称,“基本需要的满足会导致各种各样的后果:产生有益的、良好的、健康的、自我实现的效应”(马斯洛,《动机与人格》108 页)。在马斯洛看来,自我实现的需要指的是,“一个人能够成为什么,他就必须成为什么,他必忠实于他自己的本性。... 它可以归入人对于自我发挥和完成 (Self-fulfillment) 的欲望,也就是一种使它的潜力得以实现的倾向。这种倾向可以说成是一个人越来越成为独特的哪个人,成为他所能够成为的一切”(马斯洛,《动机与人格》63 页)。马斯洛眼中的自我实现者是“一些已经走到,或者正在走向自己力所能及高度的人”,“这样的人似乎在竭尽所能,使自己趋于完美”。当然,基本需要的满足也是自我实现的必要条件,马斯洛称,“也许自我实现意味着基本满足再加上最起码的天才、能力、或者(人性的)丰富”(马斯洛,《动机与人格》116 页)。不难看出,马斯洛的理论和完善论幸福观之间有着较多的共通之处。

## 2、主观幸福感研究的经验科学背景

受近代科学的鼓舞,自 18 世纪以来,西方伦理学、经济学等学科先后对幸福进行过实证的探索。英国功利主义伦理学鼻祖边沁,继承了西方哲学史上快乐主义的传统,从“最大多数人的最大幸福 (the greatest happiness of the greatest number)”原则出发,解释个体与社会的利益调整以及个人的行为选择问题。在边沁看来,特定的行为能否给个人和社会带来幸福,可以通过计算人们从中体验到的快乐和痛苦情感来加以判断。快乐或痛苦的价值由强度 (intensity)、持续时间 (duration)、确定程度 (certainty or uncertainty)、切近程度 (propinquity or remoteness)、增殖性 (fecundity)、纯度 (purity)、扩展范围 (extent) 七个因素决定。为了能够精确度量特定行为对个人及社会所产生的苦乐趋势,

边沁设计了一套完整的计算步骤。边沁的这些努力激发了人们对幸福进行实证研究的兴趣，但是由于过分注重构成幸福情感要素的量，他的研究也受到了广泛的质疑。边沁思想的重要继承者穆勒就曾毫不客气地指出，“我们估计一切其他东西的价值的时候，都把品质与分量同加考虑；偏偏以为快乐只按分量来估价，这就未免荒谬了”（穆勒，《功利主义》8页）。

19世纪后半期，英国另一位功利主义伦理学大师西季威克，对边沁之后伦理学对幸福的实证探索进行了较为系统的反思。西季威克认为，幸福的实证伦理学研究，主要基于利己的快乐主义的假设，它包括经验的快乐主义和客观的快乐主义两种取向。然而，这两种研究取向所得到的结果，都是极不可靠的。经验的快乐主义采取的是经验-反思的方法，由于受到主体状态和外部条件的影响，人们对快乐的体验总是模糊不定，甚至体验到虚假的幸福；而且，用当前的体验来预测未来的幸福状态，是极不可靠的。客观的快乐主义在对幸福进行度量时，着眼于幸福的客观条件和根源，而且依据的是常识或多数人的意见，似乎较为合理。但是仔细分析便可发现，在人们的日常习惯与追求中，引导他们对幸福做出估价的那些原则，却往往是错误的和虚假的，因而这种方法也具有不准确性和不确定性（西季威克，《伦理学方法》119-182页）。在西季威克看来，伦理学对幸福的实证研究，既无可能也无必要。自此以后，伦理学基本将对幸福的实证研究拒斥于自身的研究范围之外。

边沁思想也对经济学领域产生了巨大的影响。一些经济学家接受了边沁的“最大幸福”原则（经济学家一般将这一原则称为“最大福利”原则），并试图对构成幸福的快乐的情感体验进行经济学的实证探索。这种努力在边际效用价值学说的创立者杰文斯身上表现得尤为突出。他坚信，在经济学上估计快乐与痛苦的数字材料，“比任何别种科学所有的材料都更丰富，更准确”。杰文斯宣称“经济学的问题，是以最小努力获得欲望的最大满足，以最小量的不欲物获得大量的可欲物，换言之，使快乐增至最高度”（杰文斯，《政治经济学理论》34-51页）。杰文斯的相关努力，主要被福利经济学和新福利经济学加以发扬。

福利经济学的创立者庇古认为，福利就是人们对享受或满足的心理反应，福利有社会福利和经济福利之分，社会福利中只有能够用货币衡量的那部分才是经济福利。在庇古看来，经济福利主要体现在商品对消费者的效用，因此可以用效用的大小和变动来表示个人福利的增减。在计算经济福利时，庇古在马歇尔“消费者剩余”概念的基础上，提出了边际效用基数论。按照这种观点，消费者购买某种商品所获得的效用，可以用边际单位商品的价格来表示。新福利经济学认为，庇古的基数法则过于简单，由于个人所得到的效用没有可比性，因而不能简单地用基数来表示效用的大小，只能用序数表示出效用水平的等级。然而，相当多的主流经济学家对效用可衡量性和个人间效用可比较性持批评或怀疑态度。事实上，福利经济学和新福利经济学，都没有尝试对人们的主观体验进行边沁式的研究。他们很快就将注意力投向了度量主观满足的“客观对应物”——诸如国民收入、社会福利函数等。对消费者效用的研究，后来成为微观经济学研究消费者行为的重要方面。值得一提的是，受社会学、心理学相关研究的影响，20世纪60年代以后出现了相对福利学说，对西方经济学长期以来将收入水平等客观指标作为福利标准的作法提出了质疑，强调相对收入对幸福的意义。

## 二、主观幸福感研究的兴起与进程

### 1、主观幸福感研究的兴起与研究传统

对幸福进行系统而深入的实证研究，是最近半个世纪由社会学和心理学研究者发起的，这便是主观幸福感研究。第二次世界大战后，以美国为代表的西方发达国家，在经历了短暂的恢复后，经济得到了迅猛的发展，社会物质生活水平从整体上看在不断提高，人类曾梦寐以求的“丰裕社会”似乎正成为现实。然而，在物质积累达到一定程度后，人们对生活的心理

理体验问题逐渐显现出来。为此，经济学家提出了“生活质量”的概念，强调了无形的精神生活水平对人的生存与社会发展的意义，向传统经济学仅仅以收入水平等客观要素作为衡量社会发展程度和国民生活水平指标的作法发起了挑战。这一概念一经提出便被人们所广为接受，并很快成为西方国家经济和社会政策的目标。从20世纪50年代中后期开始，生活质量的研究开始同社会指标运动结合在一起，一些社会学和心理学研究者在尝试建构生活质量的主观指标体系过程中，形成了主观幸福感研究的生活质量传统。

主观幸福感研究的另一研究传统，是与积极心理学（Positive Psychology）和健康心理学（Healthy Psychology）的发展密切相关的。自诞生之日起，心理学在社会生活中产生影响的最重要方面，便是心理诊断与心理治疗。在很长的时期内，心理学所关注的要么是非正常人的心理与行为、要么是正常人不健康的心理和行为，而对正常人如何适应和应付生活、如何获得人生幸福却关注不够。自本世纪40年代中后期始，Grant等人发起的健康心理研究对积极心理学的发展逐渐产生影响，快乐和幸福成为积极心理学关注的焦点问题。积极心理学对幸福感的关注，也影响着传统的健康心理学领域，为了能够对病人的临床治疗进行积极的心理干预，研究者们也开始注意评价那些影响病人康复和适应的主观健康因素。心理学家的这些努力，有时又被称之为“与健康有关的生活质量”（health-related quality of life）研究。身心健康意义上的主观幸福感研究，一般将主观幸福感理解为积极情感体验和消极情感体验的权衡。在他们看来，在特定的条件下，当一个人所体验的积极情感多于消极情感时，他便会感到幸福。否则，不仅不会感到幸福，而且还可能出现心理健康方面的问题。值得一提的是，心理学家们对心理健康意义上主观幸福感的关注，往往也是与时代发展密切相关的。当一个社会处于“断裂性发展”时期，人们的心理适应和心理健康问题也会变得越发突出。上世纪90年代以来，随着积极心理学影响的逐渐扩大，一些心理学研究者对幸福的含义进行了新的阐释，出现了心理发展意义上的主观幸福感研究。在他们看来，幸福不仅仅是获得快乐，而且还包含了通过充分发挥自身潜能而达到完美的体验（Ryff, 1995）。他们提出的较有影响的理论是自我决定理论（self-determination theory, SDT），按照自我决定理论的解释，人们能否体验到幸福，取决于那些与人的自我实现需要密切相关的一些基本需要的满足情况。

不难看出，主观幸福感研究最初的两研究传统所追求的具体目标是不同的。生活质量意义上的主观幸福感研究，力图找到一种能够用以评价特定社会主观生活质量的指标体系，研究者们一开始注重的是人们对自身状况满意程度的认知评价。经过多年的探索，他们主要从总体生活满意感、具体领域满意感（例，工作、休闲、家庭、收入，等等）、正向情感和负向情感等方面对社会民众进行大规模抽样调查。其着眼点在于社会群体体验。而心理健康意义上的主观幸福感研究，力图找到一种对人们的健康状况进行评价的标准，其着眼点在于处于特定社会中的个体体验。前者发挥的是一种指示功能，可以用于反映民众心态与舆论走势，监测社会发展的态势。而后者发挥的则主要是一种诊断功能，为人们的生活提供直接的咨询与指导。但这两种研究取向，事实上总的目标是一致的，那就是，二者都是为了提升和增进人民的福利（Well-being），使人民的生活质量不断得到提高。

从总体上看，主观幸福感的生活质量研究传统和心理健康研究传统，基本坚持了快乐主义幸福观。一些坚持生活质量传统的主观幸福感研究者明确提出他们的研究基础就是快乐主义幸福观，例如，这一研究传统的代表人物Kahneman和Deiner等人，在上世纪末便将他们出版的一部著作命名为《幸福：快乐主义心理学基础》，公开申明他们研究的快乐主义立场。按照生活质量研究传统的研究逻辑，人们能否体验到幸福，取决于他们的需求是否得到

满足,衡量人们某些方面需求满足程度的满意感被作为主观幸福感的重要指标。然而这些研究者们显然不想在构成快乐体验的内容方面做出更积极的探索,与方法上的日趋完美形成较大反差的是理论上的渐显粗糙。坚持心理健康传统的主观幸福感研究,则完全是从另一方向不自觉地闯进了这一新兴的领域。心理健康研究的出发点其实是针对心理不健康的,研究者们力图帮助人们摆脱由于不健康的心理和行为给人们带来的不同程度的痛苦。尽管一些研究者,在积极心理学的影响下,实现了心理健康研究由“避苦”到“趋乐”的转变,并逐渐形成了主观幸福感研究的心理健康传统,但是他们同样没有打算在主观幸福感内涵的探索方面有更多的作为。因此,快乐主义幸福观所积累的思想材料中最有价值的部分(即其丰富的内容),并没有为那些深受其影响的主观幸福感研究者们所继承。尤其是在坚持生活质量传统的主观幸福感研究者那里,为了迎合实证主义传统对认知研究的偏好,他们甚至放弃了主观幸福感的体验本质,而是将它最终归结为认知这一干瘪的形式。

上世纪最后十年出现的心理发展意义上的主观幸福感研究则是在完善论幸福观和马斯洛相关理论的基础上展开的。例如,Ryff 等人(1995)从亚里士多德的哲学思想出发,认为幸福不仅仅是获得快乐,而且还包含了由于自身潜能的充分展现而获得的完美的体验。为了与生活质量意义上的主观幸福感研究相区别,她将自己的研究称之为心理幸福感研究。Deci 等人(2000)所做的一系列研究则完全建立在马斯洛自我实现理论基础上。完善论幸福观以及在其基础上发展起来的心理幸福感研究,提醒我们在对幸福问题进行实证性研究时,应当从多个侧面入手,全面揭示幸福的内涵。主观幸福感研究较多关注的是人们现实物质需要的满足所带来的心理体验,而心理幸福感研究则强调人生价值与自我潜能的实现所伴随的心理体验。其实这两个方面对完整的主观幸福感而言,都是不可或缺的。

## 2、主观幸福感研究的主要进程

自 20 世纪 50 年代至今,主观幸福感的研究大致经历了三个阶段。第一阶段大致从 20 世纪 50 年代中期到 80 年代初期。在这一阶段,研究者们着眼于测量不同群体的主观幸福感状况,并根据测量结果描述了不同群体主观幸福感的平均水平。研究者们所关注的群体包括:在校学生、老年市民、修女、精神病人、囚犯等(Pavot & Diener, 1993)。这类研究以描述性为主,所采用的量表也比较简单,主要是单项目测验,而且大多没有进行必要的信度和效度检验。这些研究主要是探索性的,研究者们往往根据研究结果提出有关主观幸福感的一些假设。Wilson(1967)在总结早期研究成果的基础上,试图对一个幸福的人所具备的特征加以描绘。在他看来,一个幸福的人是一位精力充沛、身体健康、受过良好的教育、收入较高、性格外倾、乐观豁达、无忧无虑、有宗教信仰的已婚者,他具有高度的自信和工作热情、适度的欲望,他既可以是男性也可以是女性,他的智商较高。这些假定部分地被后来的研究所证实,但也有一些特征却被证实与人们的幸福体验无关。

在这一阶段的后期得出了一个比较一致的结论,即年龄、性别、教育、婚姻状况等人口学变量在解释主观幸福感变异方面作用是有限的。Campbell 等人(1976)发现,这些变量对主观幸福感变异的解释率不足 20%。Andrews 和 Wiethe(1976)的研究结论是,人口学变量对生活满意感的解释率仅为 8%。Argyle(1999)对这一阶段有关研究进行了总结,估计人口学变量对主观幸福感变异的解释率为 15%。有些研究试图对导致不同群体主观幸福感差异的原因进行某些推断,但总的看来这类研究不可能揭示主观幸福感形成的心理机制。

第二阶段从 20 世纪 80 年代中期到 90 年代,研究者们深入地考察了几种主观幸福感的理论模型。在揭示主观幸福感的作用机制及其影响因素等方面,出现了人格理论、适应理论、动态平衡理论、目标理论、流程理论、社会比较理论、评价理论等理论模型。人格模型假定,

气质和人格是决定人们是否幸福的重要因素,这一模型在相当程度上得到了证实(见本文第三部分)。适应模型假定,随着时间的推移,人们会适应好的或坏的事件,因此这些事件不再对人们的主观幸福感产生影响(Brickman & Campbell, 1971),这一模型也在对彩票中奖者、重病患者的研究中得以证实(Frederick & Loewenstein, 1999)。在该模型的基础上,Headey 等人(1989)提出了动力平衡理论。目标模型假定,人们具有不同的目标和愿望,不同的目标和愿望会导致幸福体验的不同。根据目标模型,如果一个人在特定的目标上取得进展,而且他的行为与他的价值观相符,那么他就会感到幸福。Csikszentmihalyi(1997)提出了流程模型,根据该模型的假设,幸福生活的关键在于人们是否对日常参与的活动真正感兴趣。社会比较模型假定,如果人们感到自己比周围的人或比自己以往生活得好,就会感到幸福;否则便会感到不幸福。评价模型则假定(Diener and Lucas, 2000),人们的主观幸福感受到一些评价标准的影响,而这些评价标准又不同程度地受到个人的人格、文化和价值等因素的影响。在此阶段,对主观幸福感的测量也取得了相当的进展,研究者们编制了一些主观幸福感多项目自陈量表。

近年来,国外对主观幸福感的研究开始进入第三阶段,研究者们开始运用主观幸福感的测量理论来整合各种方法,出现了一些严格设计的追踪研究和大规模的跨文化调查研究,主观幸福感测量的方法越加丰富,实验研究的方法更多地被用于主观幸福感研究领域。

### 三、主观幸福感的测量研究

考察近半个世纪的主观幸福感研究不难发现,主观幸福感的测量研究始终处于举足轻重的地位。与主观幸福感的三大研究传统相对应,分属于不同研究传统的研究者们也发展了不同取向的主观幸福感测量方法和技术,近年来则出现了在生活质量基础上加以整合的趋势。

#### 1、生活质量意义上的主观幸福感测量

生活质量意义上的主观幸福感测量研究,一般将主观幸福感界定为人们对自身生活满意程度的认知评价(Diener et al, 1999)。研究者们选取的主观幸福感维度主要包括总体生活满意感和具体领域满意感。早在上世纪50年代,Gurin 等人(Gurin, Veroff & Field, 1960)在全美国进行的有关生活质量的抽样调查,主要研究美国居民的精神健康和主观幸福感。目前见到的较早的生活满意感量表是 Neugarten 等人编制的“生活满意感指数(Life satisfaction index, LSI)”。该量表涉及到生活热情,毅力,所达到目标与期望目标的一致程度,身体、心理、社会方面良好的自我概念,愉快乐观的心理品质等维度(Havighurst & Tobin, 1961)。上世纪60年代中期,Cantril 编制了“自我标定梯形量表”(self-anchoring scale, SAS),要求人们按照自己的评价标准,就自己当前、五年前、以及五年后预期的生活满意程度做出等级评价。这种测量方法在70年代被 Andrews 和 Wi they 等人进一步发展(Carley, 1981)。Campbell 等人在70年代在全美国进行的有关生活质量的大规模抽样调查,虽然不是专门针对主观幸福感的,但其中也包含了一组评定总体快乐感和13个具体生活领域满意感的测题(Campbell et al, 1976)。Andrews 和 Wi they 等人在70年代进行的生活质量研究中还编制了多种形式的主观幸福感量表,其中包括著名的人面测验,这是一种非文字呈现形式的主观幸福感测验,要求被调查者根据一组不同表情的人面,对与自己总体生活的感觉进行评价(Andrews & Wi they, 1976)。但总地看来,上世纪80年代以前生活质量意义上的主观幸福感测量,对总体生活满意感的把握是有一定缺憾的。大多数相关研究要么采用单项目(single-item)自陈量表的方法,要么通过统计技术从具体领域满意感得分中整合出总体满意感分数。80年代以后,这种思路受到了广泛的质疑,不少研究者开始尝试构建多项目(multi-item)总体满意感量表。Diener 等人(Diener et al, 1985)编制的总体

生活满意感量表 (General satisfaction with life scale, GSWLS) 就是一种广为运用的多项目总体满意感量表。90 年代末台湾出版了 Robinson 等人编写的《性格与社会心理测量总览》一书的中译本, 该书辟专章对国外主观幸福感测量及有关量表进行了介绍, 其中大部分都是生活质量意义上的主观幸福感量表。

## 2、心理健康意义上的主观幸福感测量

心理健康意义上的主观幸福感测量研究曾经有过一种重要假定: 一个幸福的人首先在于其拥有心理上的健康, 而这种健康状态主要反映在人们的情感方面。于是, 一些精神疾病诊断量表被广泛运用于主观幸福感的测量, 其中比较常用的有 70 年代 Derogatis 等人编订的症状自评量表-90 (symptom-checklist SCL-90, SCL-90)。在这类量表上得分低被认为是幸福的一个重要标准。一些研究者认为人们的主观幸福感状况取决于一定时期内积极情感和消极情感的权衡。如果人们较多体验到愉快的情感、而较少体验不愉快的情感, 便可推定他们是幸福的; 否则就不幸福。从这一假定出发, Bradburn 在 1963 年编订了情感平衡量表 (affect balance scale, ABS)。该量表包含 10 个项目, 其中 5 个项目测量的是积极情感, 另 5 个项目测量的是消极情感。权衡被测者在这两个方向的得分情况, 就可以对其近期的情感状态作出判断, 从而推测其主观幸福感状况 (Bradburn, 1969)。类似的还有 Lawton 等人编制的费城老年医学中心士气量表 (the philadelphia geriatric center morale scale, PGCMS)、Watson 等人编制的积极与消极情感量表 (the positive and negative affect scale, PNAS)。但也有研究者对短期情感反应能否用来说明一个人整体的主观幸福感状况表示怀疑。Kozma 和 Stones 针对上述量表所存在的不足, 编订了纽芬兰纪念大学幸福度量表 (the Memorial University of New Foundland Scale of Happiness, MUNSH)。该量表包含了 24 个项目, 试图从短期情感反应和长期情感体验两个方面全面地把握被测者的主观幸福感状况 (Kozma & Stones, 1980)。

与健康有关的生活质量测量针对的主要是疾病患者, 而且大多是重病、甚至绝症患者, 由于研究对象为特定的健康缺失群体, 这无疑会使其与对正常人的主观幸福感测量之间存在一定区别。与健康有关的生活质量测量研究者一般接受 Levi 的观点, Levi 认为与健康有关的生活质量测量“是对个人或群体所感受到躯体、心理、社会各方面良好适应状态的一种综合测量, 而测量结果则用主观幸福感、满意度或满足感表现出来”(Levi et al, 1997)。国外研究者对与健康有关的生活质量的测量已经有 40 多年的历史, 所见到的这方面的最早量表是 1949 年 Karnofsky 行为状态量表 (Karnofsky Performance Status, KPS)。但对与健康有关的生活质量的大规模测量则出现在上世纪 70 年代以后, 这是与医学模式由单纯的生物模式向生物、心理和社会模式的转变分不开的。80 年代早期, Spi tzer 等人编制了用于测量疾病患者生活质量的 Spi tzer 生活质量指数 (Spi tzer QOL-Index), 该量表包含 5 个项目, 采用 3 级评分的形式, 对患者最近 1 周内活动能力、日常活动、健康状况、支持帮助、对疾病与生活的认识或态度的状况及变化进行考察 (Spi tzer et al, 1981)。Lehman 也编制了包含 40 个项目的用于测量慢性精神病患者的生活质量问卷 (Quality of Life Interview, QOLI) (Lehman, 1983)。1993 年欧洲癌症治疗组织历时 7 年推出了用于测量癌症患者的生活质量问卷-C30 (Quality of Life Questionnaire Core 30 Items, QLQ-C30), 该量表包含 30 个指标, 其中就包括自我评价的健康状况和总体生活质量状况 (Aaronson & Ahmedxai, 1993)。随着现代医疗思想从治疗到防治的转变, 对正常人的与健康有关的生活质量研究也引起了越来越多的关注, 与健康有关的生活质量的测量也向健康人群延伸。例如世界卫生组织 (World Health Organization, WHO) 将与健康有关的生活质量定义为“不同文化和价值



体系中的个体对与他们的目标、期望、标准及所关心的事情有关的生活状况的体验”，他们据此推出的包含 100 个项目的生活质量量表（World Health Organisation Quality of Life 100 items, WHOQOL-100）。该量表可以从生理、心理、独立性、社会关系、环境、精神支柱 6 个领域 24 个方面对病人和正常人的生活质量进行评价。

### 3、心理发展意义上的主观幸福感测量

心理发展意义上的幸福研究者们认为, 主观幸福感所测量的东西仅仅局限于人们的正向感受, 而正向的感受并不等同于健康向上的生活, 为此他们采用另一术语“心理幸福感”（psychological well-being, PWB), 以区别于主观幸福感（Ryff & Singer, 1998）。Ryff 等人提出了心理幸福感的多重测量维度, 并编制了多维度的 Ryff 心理幸福感量表。该量表所包含的维度涉及到人的自我实现的 6 个突出的方面: 自主（autonomy）、环境驾驭（environmental mastery）、个人成长（personal growth）、积极的人际关系（positive relations with others）、生活目的（purpose in life）和自我接受（self-acceptance）。有三个版本, 分别包含了 84、54、18 个项目, 在每个维度上分别包含 14、9、3 个项目。要求被测者依据自己的体验在这些项目上做出 6 级选择。

Daci 和 Ryan(2000)依据的自我决定理论, 提出了人类具有三种基本需要的假设, 即自主（autonomy）、能力（competence）、关系（relatedness）方面的需要。他们对这些基本需要满足情况的测量主要是从总体基本满足状况和领域基本满足状况两个角度进行的。在总体基本满足状况测量方面, Daci 等人编制了由 21 个项目组成的总体基本需要满足量表（basic need satisfaction in general, BNSG), 该量表包含三个分量表（每个分量表包含 7 个项目), 分别测量人们在自主、能力和关系方面的需要满足状况。在领域满足状况测量方面, 他们分别编制了由 21 个项目组成的工作领域基本需要满足状况量表（basic need satisfaction at work, BNSW) 和由 9 个项目组成的人际关系领域基本需要满足状况量表（basic need satisfaction in relationship, BNSR), 编制构想与总体基本需要满足量表相同。这样, 完整的基本需要满足状况量表由 51 个项目组成, 要求被测者依据自己的体验在这些项目上做出 7 级选择。

### 4、问题与展望

基于不同研究目的和研究传统, 从一开始主观幸福感测量研究中便出现了两种类型的指标, 即生活质量指标和心理健康指标, 90 年代以后又出现了心理发展指标。但是, 我们不难发现对不同类型指标加以整合的努力, 也几乎从一开始就存在着。譬如, 尽管生活质量和心理健康的研究界限在逐渐分明, 但生活质量指标和心理健康指标整合的趋势在 20 世纪 90 年代以后却愈加明显。然而迄今为止, 这种整合的努力并没有见到明显的效果。在主观幸福感测量研究中存在的一个突出问题是, 研究者们长期注重的是主观幸福感中的认知成分, 即便注意到了主观幸福感的情感成分, 也只是考察其状态与性质（正向或负向情感), 而对其所指向的内容关注不够。这样, 在一种看似精简的模型下, 研究者们可能离幸福体验的本质越来越远。另外, 不同文化背景下发展起来的主观幸福感测量工具是否具有普适性, 也是一个亟待关注的问题是。近年来, 主观幸福感的大规模跨文化研究越来越多, 这个问题直接关系到这些跨文化研究结果的可比性。

迄今为止, 主观幸福感测量主要采用的是自陈量表方法。大量研究表明, 自陈量表测验具有较好的测量特性。量表得分与日常心境报告、私下报告、配偶报告呈中等相关。但是也有一些研究表明, 主观幸福感的得分会随所使用量表、项目顺序、时间坐标、当时心境以及其它一些情景因素的变化而变化。而且, 主观幸福感的自陈量表测量, 似乎也较多地受到被

测者反应倾向的影响。近年来，已经出现了一些不同于自陈量表的测量方法。其中较为引人注目的是经验样本测量方法。该方法通过搜集被试在日常生活中随机出现的心境、情感以及其它感受的样本，来评价被测者的主观幸福感状况。由于这种方法可以减少记忆偏差对经验报告的影响，因而被认为可以提供比自陈量表更为精确的测量结果。另外，对生活状况的定性描述打分、模糊情感刺激反应测量、微笑率测量、对生活事件回忆的记录等方法，以及一些生理反应测量方法（如唾液中的皮质醇水平测试），也被用于对主观幸福感状况的测量。

#### 四、主观幸福感的影响因素研究

##### 1、财富与主观幸福感

古希腊七贤之一的梭伦，将“有中等财富”视为幸福应具备的五个要素之首。那么，物质财富的多寡与人们的幸福体验之间存在何种关系呢？在研究财富与主观幸福感的关系时，研究者们一般将收入（个人收入或家庭收入）作为体现财富的主要指标。Bradburn（1969）在上世纪60年代的研究表明，高收入者体验到较多的正向情感，而低收入者体验到较多的负性情感。之后，这一问题引起了许多研究者的关注。对收入与主观幸福感关系的研究主要是从国家内（within-nation）和国际间（between-nation）两个层面展开的。

从国家内层面来看，对发达国家居民的研究大多证实个人收入与主观幸福感之间的相关达到了显著性水平，但相关系数并不高。Haring 等人（1984）发现在国家内部居民收入与主观幸福感之间的平均相关为 0.17。Diener 等人（1993）对美国人的随机抽样调查发现，收入与主观幸福感之间的相关为 0.12。但总的来看，对发达国家国家内居民的研究显示，收入与主观幸福感之间的相关非常低，其对个体主观幸福感差异的解释比例不足 2%（Andrews & Withey 1976；Campbell, Converse, & Rodgers 1976；Larson 1978；Diener, Horwitz, & Emmons 1985；Clark & Oswald 1994；Ahuvia & Friedman 1998）。而 Clark 等人（1994）对英国人的一项研究则显示，收入对主观幸福感的影响没有达到显著水平。Diener 等（1999）对法国、日本和美国等发达国家国内居民收入与主观幸福感关系的跟踪研究表明，尽管在最近 50 年来这些国家的居民收入有了迅猛的增长，但是主观幸福感水平却相当稳定（图 1）。

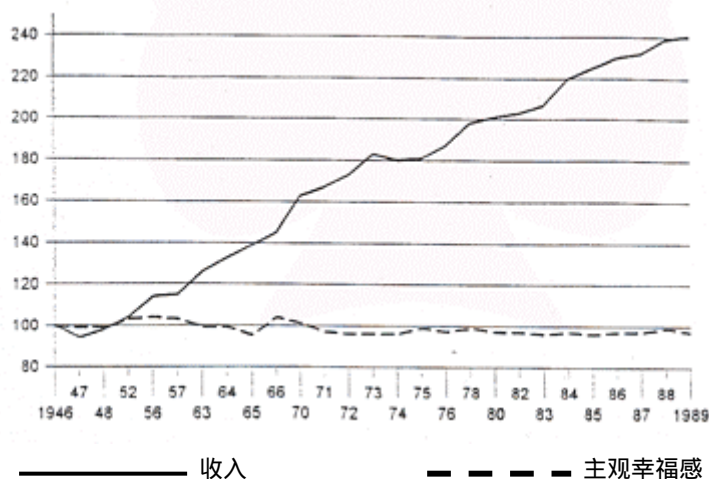


图 1 美国 1946—1989 年个人收入与主观幸福感变化情况。分别以 1946 年作为基准年，基准分为 100。收入采用的是扣除了通货膨胀和纳税因素后的人均可支配收入。（引自：Psychological Bulletin, 1999: 125: 288）

近年来的一些研究者对不同收入群体的主观幸福感水平进行了比较，结果表明不同收入群体的主观幸福感水平存在显著差异，较高收入群体体验到更多的幸福（Frey & Stutzer,

2000; Blanchflower and Oswald, 2000; Tella et al., 2001)。值得注意的是,一些研究发现,在较为贫穷的国家个人收入与主观幸福感的相关更强(Veenhoven, 1991; Diener & Oishi, 2000),这一结果被 Hayo 等人对东欧一些发展中国家的一项研究所验证(Hayo, 2003)。也有一些研究者认为,采用个人或家庭收入还不足以反映个人的财富,于是他们采用了一些更为复杂的经济指标,例如固定收入、年薪净值、或者家庭经济需求等,结果这些因素对主观幸福感的方差解释率可增加到 5%(Ackerman & Paolucci 1983; Douthitt, MacDonald, & Mullis 1992; MacDonand & Douthitt 1992; Mullis 1992)。

在相对主义者看来,幸福是主观随意的,幸福的标准掌握在每个人自己手里,即便对同一个人而言,幸福的标准也是不确定的。按照这样的逻辑,人们生活条件的好与坏对幸福体验的影响只是暂时的。由于幸福对于每个人而言是完全相对的,因而生活在富裕程度不同国家的人们,主观幸福感都会趋于中等水平,换句话讲,一国财富的多寡不会对国民主观幸福感产生明显的影响。上世纪 70 年代中期,Easterlin (1974)采用实证的方法对这一假定进行了验证,他得出的结论是“贫穷国家与富裕国家的幸福水平是相同的”。这一研究结论激发了研究者们对收入与主观幸福感关系的国际间研究的兴趣。

国际间收入与主观幸福感关系的研究是在宏观层面上展开的。研究者们一般将人均 GNP 和居民购买力等作为反映不同国家财富的指标,主观幸福感水平则是特定国家居民的主观幸福感平均水平。不少研究发现国家的富裕程度与国家的主观幸福感水平之间有着较强的相关,相关系数大致在 0.60-0.70 之间(Cummins 1998; Diener, Diener, & Diener 1995; Diener & Fujita 1995, Schyns 1998)。由于这些跨文化研究比较的是大群体被试的平均幸福水平,因而尚不能直接反映出主观幸福感个体水平的差异。但尽管如此,我们仍可从中看出经济发展和财富积累与幸福社会之间的紧密关系。

**表 1 部分国家的主观幸福感水平**

国别	生活满意感	快乐权衡	积极情感	消极情感
保加利亚	5.03	0.91	1.93	1.01
俄罗斯	5.37	0.29	1.69	1.41
白俄罗斯	5.52	0.77	2.12	1.35
拉脱维亚	5.70	0.92	2.00	1.08
罗马尼亚	5.88	0.71	2.34	1.63
爱沙尼亚	6.00	0.76	2.05	1.28
立陶宛	6.01	0.60	1.86	1.26
匈牙利	6.03	0.85	1.96	1.11
印度	6.21	0.33	1.41	1.09
南非	6.22	1.15	2.59	1.44
斯洛文尼亚	6.29	1.53	2.33	0.80
捷克	6.30	0.76	1.84	1.08
尼日利亚	6.40	1.56	2.92	1.36
土耳其	6.41	0.59	3.09	2.50
日本	6.53	0.39	1.12	0.72
波兰	6.64	1.24	2.45	1.21
韩国	6.69			
东部德国	6.72	1.25	3.05	1.80
法国	6.76	1.33	2.34	1.01
中国	7.05	1.26	2.34	1.08
葡萄牙	7.10	1.33	2.27	0.94

西班牙	7.13	0.70	1.59	0.89
西部德国	7.22	1.43	3.23	1.79
意大利	7.24	1.21	2.04	0.84
阿根廷	7.25	1.26	2.45	1.19
巴西	7.39	1.18	2.85	1.68
墨西哥	7.41	1.38	2.68	1.30
英国	7.48	1.64	2.89	1.25
智利	7.55	1.03	2.78	1.75
比利时	7.67	1.54	2.46	0.93
芬兰	7.68	1.18	2.33	1.15
挪威	7.68	1.59	2.54	0.95
美国	7.71	2.21	3.49	1.27
奥地利	7.74	1.77	2.90	1.13
荷兰	7.84	1.81	2.91	1.10
爱尔兰	7.87	1.99	2.89	0.90
加拿大	7.88	2.31	3.47	1.15
瑞典	7.97	2.90	3.63	0.73
冰岛	8.02	2.50	3.29	0.78
丹麦	8.16	1.90	2.83	0.93
瑞士	8.39	1.14	1.39	0.24

来源：全球价值研究组资料(1994)，转引自：Well-being: the foundation of hedonic psychology. New York: Russell Sage Found, 1999: 439.

## 2、人格与主观幸福感

古希腊一位哲人曾经讲过，“性格决定一个人的命运”，那么幸福在多大程度上是由个人的人格决定的呢？就人格与环境对主观幸福感的影响孰轻孰重，研究者们的看法存在较大的分歧。先后出现了“自上而下”和“自下而上”两种研究视角和理论解释（Diener, 1984）。早期研究者注重考察一些影响主观幸福感的外部客观变量，如外部事件、生活情景以及人口学特征等对幸福的影响。自下而上理论的较早研究可以追溯到上世纪60年代Wilson的研究。Wilson的基本假定是：人类存在一些基本的、普遍的需要，如果周围环境能够满足人们的这类需要，他们就会感到幸福。自下而上理论部分地得到了验证，许多愉快的情感被证明与幸福感有关系。例如，Stallings等人（1997）的研究表明，每天所经历的快乐事件与人们的快乐情感体验显著相关。然而大量的研究却表明，外部的客观变量对主观幸福感的影响程度是较小的（见本文第一部分）。与此同时，大量研究表明个人的幸福体验是比较稳定的（Coata & McCrae, 1980；Coata & McCrae, 1988；Magnus & Diener, 1991；Watson & Walker, 1996），研究者们试图用自上而下的理论来揭示个体主观幸福感的差异，他们开始重新审视人格对主观幸福感的影响。

其实，在较早的研究中，一些研究者已经注意到人格对主观幸福感的影响。例如，Bradburn（1969）发现，善交际（外向性的一种重要特征）与积极情感密切相关。Costa和McCrae（1980）在以往研究的基础上，对人格与主观幸福感的关系进行了全面的探索。根据现代“大五”（Big Five）人格理论，他们将人格特质梳理为外向性、一致性、自觉性、神经质和开放性五种特质。通过对1100名被试进行研究，他们发现，外向性与积极情感相关显著，而神经质则与消极情感显著相关。在此基础上，Costa和McCrae提出了如下理论模型假定：外向性和神经质分别对人们的积极情感和消极情感产生影响，积极情感和消极情感的权衡构成了人们总体的幸福体验。这一模型部分地被后来的大量研究所证实。Diener等（1992）对美国人的一项随机抽样调查证实了可以用外向性来预测主观幸福感。Fujita

(1991)采用潜在特质方法控制了测量误差后发现,外向性与愉快情感之间的相关系数达到了0.80。Lucas等人(2000)对来自国际比较研究的样本所做的分析表明二者之间的相关系数为0.74。一些长期的追踪研究也得到了类似的结论(Coata & McCrae, 1980; Magnus & Diener, 1991; Headey & Wearing, 1989),表明这些人格特质与主观幸福感之间的关系是比较稳定的。

对于外向性和神经质与主观幸福感所存在的这种稳定的相关关系,不少研究者试图加以解释。Watson和Clark(1984)认为,具有神经质和内向性人格特征的人,分别具有体验消极情感和积极情感的天生敏感性。这种观点很明显受到了Gray(1991)的人格理论的影响。Gray提出,大多数的人格差异是由大脑两种主要的反映系统所决定的。行为激活系统(BAS, behavioral activation system)对奖赏和非惩罚性信号以及趋向性行为敏感。行为抑制系统(BIS, behavioral inhibition system)则对惩罚和非奖赏性信号以及存在某种惩罚威胁时所出现的抑制行为敏感。具有外向性特征的人对奖赏更为敏感,这种敏感性使得他们在面对奖赏性刺激时体验到更强的愉悦性情感。另外一些研究者则认为,外向性与积极情感的联系是通过更为间接的机制实现的。Diener等人认为,具有外向性特征的人之所以比内向性特征的人感到幸福,是由于他们的人格特征与环境之间更为协调。社会背景下强调的是个体的社会参与,而具有外向性特征的人在社会情景中更为随和、热情并容易为人们所接纳,因而一般而言,他们比具有内向性特征的人更为幸福。Argyle和Lu(1990)的研究结论支持了这一解释,那些感到更为幸福的外向性特征人中大约有一半将幸福体验归因他们对某种社会活动的参与。Headey等人(1989)的研究表明,在一系列好的或坏的事件发生之后,人们最终要回归积极性情感和消极性情感的基线。为此,他们提出了一种人格因素决定情感反应基线的动力均衡理论。根据这一理论,生活事件可以导致人们的情感在这条基线上下波动,但是它们最终要回归到这条基线上。Emmons等人(1986)提出一种较为复杂的交互作用模型,也被称之为“交互的、动态的、和谐的相互作用模型”。这一模型将人格和环境均视为互为因果的独立变量和依存变量。Moskowitz和Cote(1995)的研究部分地证实了这一模型。他们发现,与一个人所从事的特定活动相比,人格与环境之间的和谐性对情感的影响并不太大。自信的个体在从事自己比较自信的活动时会体验到更多的积极情感,而仅仅表达出某种自信时则不会有类似体验。因此,环境状况、个人行为和个人人格之间相互作用并共同影响主观幸福感。

人格带有文化的深深烙印,有关人格与主观幸福感关系的研究,也不可避免地牵扯到文化因素。由于上述结论绝大部分是在西方发达国家的文化背景下得出的,人们有理由对其普适性提出质疑。这种质疑也在一定程度上得到了证实。例如,Wilson(1967)曾经提出,自信与主观幸福感相关。的确,西方文化背景下的人们往往会采用多种认知策略来维持他们的自信,而且来自西方的取样也反复证明自信与主观幸福感有着极强的相关(Lucas、Diener & Suh, 1996),但Kwan(1997)等人的研究却发现,尽管在美国自信与生活满意感之间存在着极强的相关,而在香港人际协调却可以更好地用来预测人们的生活满意感。自信在那些超越了个体主义价值取向的文化中,并非是预测主观幸福感的强有力的指标。近年来,一些研究者在主观幸福感的跨文化研究中,界定了个体主义(individualistic)和集群主义(collectivistic)两种文化形态。个体主义文化强调个人的独立性,而集群主义文化则强调个体之间的相互依存以及与他人之间的关系;个体主义文化强调选择的自由和个人的需求,而集群主义文化强调责任以及他人的需求。Schimmack等人(2002)对来自两个个体主义文化国家(美国、德国)和三个集群主义文化国家(日本、墨西哥、加纳)的被试,分别进行了外向性、神经质、快乐权衡标准和生活满意感测验。结果表明,外向性和神经质在不同的文化形态下均对快乐的权衡标准产生同等的影响。但与集群主义文化相比,在个体主义文化中,快乐权衡标准对生活满意感具有更强的预测力。为此他们推断,外向性和神经质等

人格因素对主观幸福感的影响,很大程度是以快乐权衡标准为中介的,而快乐权衡标准又深受文化的影响。因而,人格对主观幸福感的影响是以文化为中介的。

### 3、年龄与主观幸福感

早期的主观幸福感研究者曾经假定,年龄可以作为预测幸福的一种重要指标(wilson, 1967)。这就意味着随着年龄的增长,人们的主观幸福感会呈下降的趋势。然而经过了近半个世纪的研究,却并没有多少材料支持这一假设。Shmotkin(1990)发现,尽管偶尔也会得出生活满意感随年龄增长而有些许降低的结果,但如果排除了收入等其它变量的影响后,二者之间的相关便不再显著。相当多的研究发现,随着年龄的增长,人们的生活满意感不但不会下降,反而会有升高的趋势,至少也会保持稳定(Larson, 1978; Herzog & Rodgers, 1981; Stock et al., 1983; Horley & Lavery, 1995)。Diener等人(1998)对40个国家的60000名成年人被试的研究表明,在他所认为的构成主观幸福感的三个成分中,只有积极情感有随年龄增长而略微下降的趋势;从20岁到80岁,生活满意感呈微弱的上升趋势,而负向情感在各个年龄组之间没有明显的变化。Diener等人的研究显示,随着年龄的增长,收入呈递减趋势,报告有婚姻生活人数的比例也在下降(Diener & Suh, 1998)。那么,为什么人们的主观幸福感不会随年龄的增长而下降呢?一些研究者认为,主要原因在于,人们往往根据年龄的变化适当调整自己的目标(Campbell et. al., 1976; Rapkin & Fischer, 1992)。Ryff(1991)发现,与年轻人相比,老年人的期待与他们的实际感受更为吻合。

也有一些研究表明,年龄与主观幸福感之间的关系并非如此平稳。Blanchflower和Oswald(2000)首次报告了年龄与主观幸福感之间存在着U型关系。从70年代初到90年代末,他们对英国和美国居民(样本量为100000人)的大规模抽样调查研究中,他们发现了年龄与主观幸福感之间关系上存在的这一规律。U型的最低点在40岁左右。由于年龄因素较多受到所出生时代的影响,他们曾考虑这一结果是否与第二次世界大战有关。换句话讲,战前出生的人与战后出生的人在态度和价值观上的差异是否影响到他们的情感体验?进一步的分析排除了这一假设,即使是那些战后出生的被试,其年龄与主观幸福感之间也存在着的U型关系。这一规律在一项对东欧国家居民主观幸福感的大规模调查研究中再次得到证实(Hayo, 2003)。

考虑到年龄不仅仅是一个纯粹的人口学变量,它可能还包含了较多的人们在成长和价值观形成期的一些重要的时代信息,有的研究者试图在考察年龄与主观幸福感的关系时,尽可能排除这类信息的“污染”。Easterlin(2001)在对主观幸福感进行研究时,采用了合成的分组技术,以一定年限为间距将被试按年龄分组,根据研究者的兴趣对特定年龄组进行追踪研究,以考察该年龄组被试的年龄变化与主观幸福感变化之间的关系。但这种技术只适合于追踪研究,看来要对横向研究就年龄与主观幸福感关系所得出的结论加以科学的解释,不仅要借助于发展心理学知识,而且还必须结合被试成长的特定社会历史背景。

### 4、婚姻与主观幸福感

婚姻生活往往被人们视为幸福人生的一个重要组成部分。这一点已被西方许多研究者的研究所反复证实(Glenn, 1975; White, 1992; Mastekaasa, 1995; Diener et al., 1998),上世纪70年代Campbell等人(1976)甚至将婚姻和家庭视为预测美国人总体幸福感的15个因素中最主要的两个因素。在他们看来,由于配偶所提供的社会支持,婚姻因素会有助于提高主观幸福感水平。Mastekaasa甚至将已婚者和未婚者之间幸福体验的差异比作“幸福裂谷”然而,Haring-Hidore等人(1985)对556项研究的二次分析表明,婚姻状况与主观幸福感之间的平均相关仅为0.14,而且婚姻状况对主观幸福感变异的解释率仅在2%左右。Luo(1998)采用自编的幸福度量表和生活满意感量表对台湾居民的研究表明,仅仅在家庭和工作满意感方面,有婚姻生活者得分明显高于无婚姻生活者,两组在主观幸福感上得分的差异不显著。

在婚姻状况与主观幸福感的关系上,之所以会出现不一致的结果,是因为这一关系还可

能受到社会变迁、文化背景等因素的影响。一些研究者( Glenn & Weaver, 1988 ;Lee, Seccombe, & Shehan, 1991 ) 的研究结果表明, 在美国自上世纪 70 年代以来, 幸福体验与婚姻状况之间的相关系数在逐渐下降。Kurdek(1991)在这些研究的资料进行了深入分析后认为, 在美国出现的这种变化应当归因于离婚率的上升和未婚同居现象的增多。这两种现象使得已婚者与未婚者之间的“幸福裂谷”得以缩小。Diener 等人(1998)的研究则表明, 由于不同的文化背景对未婚同居的容忍度不同, 生活在个体主义文化背景下的未婚者, 比在集群主义文化条件下生活的未婚者更为幸福。集群主义文化背景下生活的人们在婚姻问题上可能较多地考虑利益和社会奖赏, 而个体主义文化背景下, 人们在婚姻生活中更可能注重爱与社会支持, 婚姻价值观上的差异也必然会对人们的主观幸福感产生影响。

## 5、问题与展望

除了以上几个方面之外, 研究者们还对社会支持、生活事件、性别、宗教信仰、教育、职业等与主观幸福感的关系进行了实证探索, 这些都可以视为对主观幸福感影响因素的研究。主观幸福感影响因素的研究, 一直在主观幸福感研究中处于重要地位, 研究者们希望通过这类研究找到开启幸福之门的“金钥匙”。然而迄今为止, 这一目标似乎还十分遥远。人们所揭示的这些关系基本上是一种相关关系。在很多时候, 既可以讲这些因素影响着主观幸福感, 也可以讲主观幸福感影响了这些因素。而且, 即便是这种相关关系也并不像预想的那样简单, 往往还受到其它一些因素所产生的交互作用的影响。值得注意的是, 近年来结构方程建模( structural equation modeling, SEM)方法日趋成熟并被大量运用, 这一方法可能会在一定程度上推动主观幸福感的影响因素和作用机制方面的研究进程。

## 参考文献

- 费尔巴哈,《费尔巴哈哲学著作选集(上卷)》,商务印书馆 1984 年版。
- 北京大学哲学系外国哲学史教研室,《西方哲学原著选读》,商务印书馆 1981 版。
- 亚里士多德,《尼各马可伦理学》,苗力田译,中国社会科学出版社 1990 年版。
- 苗力田,《古希腊哲学》,中国人民大学出版社 1989 年版。
- 包尔生,《伦理学体系》,何怀宏 廖申白译,中国社会科学出版社 1988 年版。
- 马斯洛,《动机与人格》,许金声译,华夏出版社 1987 版。
- 穆勒,《功用主义》,商务印书馆 1957 年版。
- 西季威克,《伦理学方法》,廖申白译,中国社会科学出版社 1993 年版。
- 杰文斯,《政治经济学理论》郭大力译,商务印书馆 1984 年版。
- Aaronson NK. & Ahmedxai S. (1993) The European organization for research and treatment of center QLQ-C30: A quality of life instrument for use in international clinical trials in oncology. *Journal of the National Cancer Institute*, 85, 365-376.
- Ackerman, N., & Paolucci B.(1983). "Objective and Subjective Income Adequacy: Their Relationship to Perceived Life Quality Measures." *Social Indicators Research*, 12, 25-48.
- Ahuvia, A. C. & Friedman, D. (1998) Income, Consumption, and Subjective Well-Being: Toward a Composite
- Argyle, M. (1999). Causes and correlates of happiness. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.). *Well-being: The foundations of hedonic psychology*, New York: Russell Sage Foundation.
- Macromarketing Model, *Journal of Macromarketing*,18, 153-168.
- Andrews, F. M., and S. B. Withey, (1976) *Social Indicators of Well-Being: America's Perception of Life Quality*, New York: Plenum.
- Argyle, M. & Lu, L. (1990), Extraversion and happiness. *Personality and individual differences*. 11. 1011-1017.
- Blanchflower, D.G. & Oswald, A. (2000) Well-being over Time in Britain and the USA. Paper presented at NBER Conference, London, UK.
- Bradburn, N.M. (1969). *The Structure of Psychological Well-Being*. Chicago: Aldine.
- Brickman, P., & Campbell, D. T. (1971). Hedonic relativism and planning the good society. In M. H. Apley (Ed.), *Adaptation-level theory: A symposium*, New York: Academic Press.



- Campbell, A., Converse, P.E. & Rodgers, W.L. (1976) *The Quality of American Life*, New York: Russell Sage.
- Carley M. (1981) Social measurement and social indicators. *Issues of Policy and Theory*, 34-40.
- Clark, A.E. & Andrew J. O. (1994). "Unhappiness and Unemployment," *Economic Journal*, 104, 648-659.
- Costa, P. & McCrae, R. (1980), Influence of extraversion and neuroticism on subject well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*. 38, 668-678.
- Costa, P. & McCrae, R. (1988), Personality of adulthood: A six-year longitudinal study of self-reports and spouse ratings on the NEO personality inventory. *Journal of Personality and Social Psychology*. 54, 853-863.
- Cummins, R. A. (1998), "The Second Approximation to an International Standard for Life Satisfaction," *Social Indicators Research*, 43, 307-334.
- Csikszentmihalyi, M. (1997). *Finding flow: The psychology of engagement with everyday life*. New York: Basic Books.
- Deci, E.L. & Ryan, R.M. (2000) The 'what' and 'why' of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.
- Diener, E. (1984), Subjective well-being, *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E., Larsen, R. & Emmons, R. (1984), Person  $\times$  situation interaction: Choice of situation and congruence response modes, *Journal of personality and social psychology*, 47, 580-592.
- Diener, E., Emmons, R.A. & Larsen, R.J. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49, 71-75.
- Diener, E., Jeff Horwitz, & Emmons, R. A. (1985) "Happiness of the Very Wealthy," *Social Indicators Research*, 16, 263-274.
- Diener, E., Sandvik, E., Pavot, W., & Fujita, F. (1992). Extraversion and subjective well-being in a U.S. national probability sample. *Journal of Research in Personality*, 26, 205-215.
- Diener, E., Sandvik, E., Seidlitz, L. & Diener, M. (1993). The relationship between income and subjective well-being: Relative or absolute? *Social Indicators Research*, 28, 195-223.
- Diener, E., Diener, M. & Diener, C. (1995) "Factors Predicting the Subjective Well-Being of Nations," *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 851-864.
- Diener, E. & Fujita, F. (1995) Resources, Personal Strivings and Subjective Well-Being, *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 926-935.
- Diener, E. & Suh, E. (1998) Age and subjective well-being: An international analysis. *Annual Review of Gerontology and Geriatrics*, 17, 304-324.
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R. & Smith, H. L. (1999) Subject well-being: three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Douthitt, R. A., MacDonald, M. & Randolph Mullis (1992). "The Relationship Between Measures of Subjective and Economic Well-Being: A New Look." *Social Indicators Research*, 26, 407-22.
- Easterlin, R. A. (1974). Does economic growth improve the human lot? In David, P. A. & Reder M. W. (Eds.), *Nations and households in economic growth*. New York: Academic Press, 89-125.
- Easterlin, R. A. (2001) Life Cycle Welfare: Trends and Differences," *Journal of Happiness Studies*, 2, 1-12.
- Emmons, R., Diener, E. & Larsen, R. (1986), Choice and avoidance of everyday situations and affect congruence: Two models of reciprocal interactionism. *Journal of personality and social psychology*. 51, 815-826.
- Frederick, S., & Loewenstein, G. (1999). Hedonic adaptation. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology*. New York: Russell Sage Foundation.
- Glenn, N. D. (1975) The contribution of marriage to the psychological well-being of males and females. *Journal of Marriage and Family Relations*, 37, 594-600.
- Glenn, N. D., & Weaver, C. N. (1988). The changing relationship of marital status to reported happiness. *Journal of Marriage and Family Relations*, 50, 317-324.
- Gray, J. (1991), Neural systems, emotion, and personality. In J. Madden (Ed), *Neurobiology of learning, emotion, and affect*. New York: Raven Press: 273-306.
- Gurin, G., Veroff, L. & Field, S. (1960) *American view their mental health*. New York: Basic Books.
- Haring, M. J., Stock, W. A., & Okun, M. A. (1984). A research synthesis of gender and social class as correlates of subjective well-being. *Human Relations*, 37, 645-657.
- Hayo, B. (2003). Happiness in Eastern Europe, Paper presented at 5th Conference ISQOLS, Frankfurt, Germany.
- Haring-Hidore, M., Stock, W.A., Okun, M.A. & Witter, B.A. (1985) Marital status and subjective well-being: A research synthesis *Journal of Marriage and the Family*, (11), 947-953.
- Headey, B., & Wearing, A. (1989). Personality, life events, and subjective well-being: Toward a dynamic



- equilibrium model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 731-739.
- Herzog, A. R. & Rodgers, W. L.(1981). Age and satisfaction: Data from several large surveys. *Research on Aging*, 3, 142-165.
- Horley, J. & Lavery, J. J. (1995). Subjective well-being and age. *Social Indicators Research*. 34,275-282.
- Kahneman D. Deiner ED. & Schwarz N. (1999) Well-being: the foundation of hedonic psychology. New York: Russell Sage Found.
- Kozma A. & Stones M J.(1980) The measurement of happiness: development of the memorial university Newfoundland scale of happiness. *Journal of Gerontology*, 35 , 906-917.
- Kurdek, L. A.(1991) The relations between reported well-being and divorce history, availability of a proximate adult, and gender. *Journal of Marriage and Family Relations*, 53, 71-78.
- Kwan,V.,Bond,M.&Singelis,T.(1997), Pancultural explanations for life satisfaction: Adding relationship harmony to self-esteem. *Journal of personality and social psychology*, 73.1038-1051.
- Larson, R., (1978) "Thirty Years of Research on the Subjective Well-Being of Older Americans," *Journal of Gerontology*, 33, 109-125.
- Lee, G. R., Seccombe, K. & Shehan, C. L.(1991). Marital status and personal happiness. *Journal of Marriage and Family Relations*, 53, 839-844.
- Levi L. et al. (1997) *Population, environment and quality of life*. Royal Ministry for Foreign Affair.
- Lucas,R.,Diener,E.&Suh,E.(1996), Discriminant validity of well-being measures. *Journal of personality and social psychology*, 71.616-628.
- Lucas,R. E. & Gohm, C. L.(2000) Age and sex differences in subjective well-being across culture. In E. Diener &E. M. Suh(Eds.). *Culture and subjective well-being*. Cambridge,MA:MIT Press:291-318.
- Luo, L. (1998). The meaning,measure,and correlates of happiness among Chinese people, *Proceeding of the national science council part C: humanities and social sciences*, 8, 115-137
- MacDonald, M., Douthitt, & R. A. (1992). "Consumption Theories and Consumers' Assessments of Subjective Well-Being." *Journal of Consumer Affairs*, 26 , 243-61.
- Magnus,K. & Diener ED.(1991), A longitudinal analysis of personality, life events, and subjective well-being. Paper presented at the Sixty-third Annual Meeting of the Midwestren Psychological Association, Chicago.
- Mastekaasa A.(1995) Age variations in the suicide rates and self-reported subjective well-being of married and never married persons. *Journal of Community and Applied Social Psychology*, 5 , 21-39
- Moskoowitz,D.& Cote,S. ( 1995 ) ,Do interpersonal traits predict affect? A comparison of three model.. *Journal of personality and social psychology*,69.915-924.
- Mullis, R. J. (1992). "Measures of Economic Well-Being as Predictors of Psychological Well-Being." *Social Indicators Research*, 26 , 119-35.
- Rapkin, B. D. & Fischer,K.(1992). Framing the construct of life satisfaction in terms of older adult' personal goal. *Psychology and Aging*, 7, 138-149.
- Pavot,W., Diener,ED. &Fujita,F.(1990), Extraversion and happiness. *Personality and individual differences*. 11. 1299-1366.
- Pavot, W., & Diener, ED. (1993). Review of the Satisfaction with Life Scale. *Personality Assessment*, 5, 164-172.
- Ryff CD.(1995) Psychological well-being in adult life, *Current Directions in Psychological Science*, 4 , 99-104.
- Ryff CD. & Singer B. (1998) The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9 , 1-28.
- Schimmack, U., Radhakrishnan, P., Oishi, S., Dzokoto, V., Ahadi, S. (2002). Culture, personality, and subjective well-being: Integrating process model of life satisfaction. *Journal of personality and social psychology*, 82, 582-593.
- Shmotkin,D. (1990), Subjective well-being as a function of age and gender. *Social Indicators Research*, 23, 201-230.
- Schyns, P. (1998). Crossnational Differences in Happiness: Economic and Cultural Factors Explored. *Social Indicators Research*, 43, 3-26.
- Spitzer BH. Et al.(1981) Measuring the quality of life of cancer patients. *Journal of Chronic Disease*,34 , 585-597.
- Stallings,M.,Dunham,C.,Gatz,M.&Baker,L.(1997), relationships among life events and psychological well-being: More evidence for a two-factor theory of well-being. *Journal of applied Gerontology*.16.104-119.
- Veenhoven, R.(1991) Is happiness relative? *Social Indicators Research*, 24, 1-34.
- Watson, D. & Clark,I. ( 1984 ) , Negative affectivity: The disposition to experience negative affective state. *Psychological Bulletin*.96.465-490

Watson, D. & Walker, L. M. (1996). The long-term stability and predictive validity of trait measures of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 567-577.

White J, M. (1992) Marital status and well-being in Canada. *Journal of Family Issue*, 13 ,390-409.

中国社会学网 [www.sociology.cass.cn](http://www.sociology.cass.cn)