

# 幸福的测度：一个测量范式的综述

刘国珍，陈惠雄

(浙江财经大学工商管理学院，浙江 杭州 310018)

**摘要：**本文在总结多种幸福涵义理解理论的基础上，基于客观条件、自我及主观幸福的关系提出幸福整合模型，区分了幸福的四种测量范式：生活质量幸福测量、情绪状态幸福测量、自我完善幸福测量及日常体验幸福测量，并对这四种测量范式的主要研究分别进行阐述，以更为充分地描述幸福的不同测度，为幸福感的提升提供思路。最后提出在国民幸福测量中，幸福测量范式的全面融合已成为趋势，并对经合组织(OECD)的主观幸福测量模版、英国国家统计局(ONS)的国民幸福测量模版及欧洲社会调查(ESS)的个人与社会幸福测量模版进行了介绍，从而为政府改善民生，制定经济与社会政策提供借鉴。

**关键词：**幸福；测度；测量范式；整合模型

**中图分类号：**F126

**文献标识码：**A

**文章编号：**1004-4892(2017)08-0011-08

两千年前，苏格拉底提出了“人应该怎样活着”的伦理命题。在人类的思想文化史上，这一问题引发了思想家们对于幸福的追问，并形成了两大不同哲学渊源的主要理论流派：一派是起于伊壁鸠鲁而由边沁集大成的“快乐论(hedonism)”，另一派则是以亚里士多德为代表的“完善论(eudaimonism)”。事实上，早期对于幸福的理解往往从文义性定义而不是可观察、可测量的操作性定义来诠释，因此不同价值取向的研究者们各自所指的幸福并非同一事物，导致他们无法进行有效的交流与讨论。20世纪50年代中后期，研究者们开始运用实证方法研究幸福，从而将对幸福这个重要人生活哲学层面的探索扩展到科学层面。其中，幸福测量是将幸福从规范性研究引向实证研究的重要环节，推动着幸福研究在从理论探索到实际操作的道路迈上坚实的脚步。英国历史学家弗拉特说：“当我们在描述存在于过去或存在于现在的人类社会时，我们就不可避免地使用数学与数量”<sup>[1]</sup>。通过量化技术，我们能够跳出个体感觉经验的局限，由感性知觉到理性研究，由模糊混沌的体验转化为明确清晰的测评<sup>[2]</sup>。

幸福的量化研究起始于英国伦理学家边沁，但伦理学对幸福评定的关注并不多，真正对幸福测量研究进行了大量努力的是经济学、社会学与心理学<sup>[3]</sup>。早期幸福测评的主导方向为经济学与社会学着眼于社会群体幸福状况的生活质量评估模式。而心理学的幸福测评关注个体体验，提出主观幸福感测量与心理幸福感测量两类幸福测评体系。2002年诺贝尔经济学获奖者丹尼尔·卡尼曼则将认知心理学与经济学研究相结合，发展出活动重构评定的幸福测量模式。不同学科领域差异化的幸福测评体系却让人们更为迷惑：“幸福到底是什么？”为了厘清幸福的不同测度，更为明晰地勾勒幸福样貌，本文尝试从解构幸福的本质涵义入手，区分出幸福的四种类型：生活质量幸福、情感状态幸福、自我完善幸福及日常体验幸福；在此基础上，梳理幸福测量的四种范式，并对不同范式幸福测量的文献进行综述，同时分别介绍近年来经合组织、英国国家统计局及欧洲社会调查的国民

收稿日期：2016-06-08

基金项目：国家自然科学基金资助项目(41371526)

作者简介：刘国珍(1976-)，女，江西婺源人，浙江财经大学工商管理学院讲师；陈惠雄(1957-)，男，浙江兰溪人，浙江财经大学工商管理学院教授。

幸福衡量体系,从而为个体理解幸福提升幸福感,政府制定政策改善民生提供重要依据。

## 一、幸福测量的基础:幸福涵义的理解

在幸福测量中,首先需要回答的问题是:什么是幸福?目前,幸福研究已经激起了多个学科领域学者们的研究热情,然而,直到如今,关于幸福本质的理解并未获得一致认同。卡尼曼将幸福聚焦于主观的快乐体验,Huppert 则坚持认为幸福应该包涵良好的心理功能与生活目标,而按 Diener 的说法,幸福是人们对自身的不同方面,如发生在自己身上的事件、自己的身体与思想以及生活的环境所做的各种评估的集合术语。由此看来,幸福似乎是一个含糊的概念,然而事实并非如此,虽然幸福的定义各式各样,但是关于幸福涵义理解的范式,一些学者和研究机构做了较为一致的总结。Parfit 1984 年认为主要有三种幸福理解的范式:客观列表、偏好满足及心理状态(或称主观幸福感)<sup>[4]</sup>。在此基础上,英国帝国理工学院的保罗·多兰教授等人发展出界定幸福的五种范式:客观列表、偏好满足、完善幸福、情绪幸福、评估幸福<sup>[5]</sup>。而经合组织 OECD 更为关注主观幸福感的组成元素,认为主观幸福感由生活评估、情感体验及自我完善三个方面组成<sup>[6]</sup>。Diener 等则基于幸福体验时间发展的逻辑,提出主观幸福感的时间阶段模型:生活事件与环境—情绪反应—情绪记忆—总体评价,区分了即时情绪体验、情绪状态记忆及总体生活评价(包括自我完善评价与生活满意度评价)三种时间阶段的主观幸福感成分,并且强调每一阶段主观幸福感的测量都能提供有趣的信息,但研究者需要理解和明确他们所测量的是主观幸福感的哪一个部分<sup>[7]</sup>。在一定程度上,主观幸福感不同时间阶段的成分反映了幸福涵义不同哲学传统的理解,例如,即时情绪与快乐论有关,而总体评价则与完善论的观点更为接近。

清晰的界定是有效测量的基础,幸福的测量更是如此。Diener 等提出的主观幸福感时间阶段模型揭示了人们幸福主观体验的时间线索,然而缺乏对幸福主观体验与客观条件关系的理解,因此在幸福时间阶段模型的基础上,笔者拓展客观条件、自我及主观幸福在空间布局上的关联与内在机制,提出幸福整合模型:(1)个体所面临的客观条件(包含生活事件和生活环境)经由自我形成不同的主观幸福状态;(2)自我所形成的主观幸福包含情绪与认知两种成份,分为四种类型:日常体验幸福、情绪状态幸福、自我完善幸福与生活质量幸福,如图 1 所示。与之对应,本文区分了幸福测度的四种测量范式,日常体验幸福与情绪状态幸福的测量偏向情绪体验评估:日常体验幸福的评估通常是在日常事件发生后情绪的即时评估或是让被试对一天时间内的情绪进行评估;情绪状态评估则大部分是要求被试对一周、一个月的情绪或总体的情绪感受所做的评估。自我完善幸福与生活质量幸福的测量倾向于认知评价判断:自我完善幸福的测量是个体对自我生活的意义感、目标感和价值感等所做的评估;生活质量幸福的测量存在客观生活质量评估与主观生活质量评估两种模式,主观生活质量评估即生活满意度评估,是个体按照一定标准对其生活总体或生活中各个领域(如工作、家庭等)的满意程度所做出的判断。

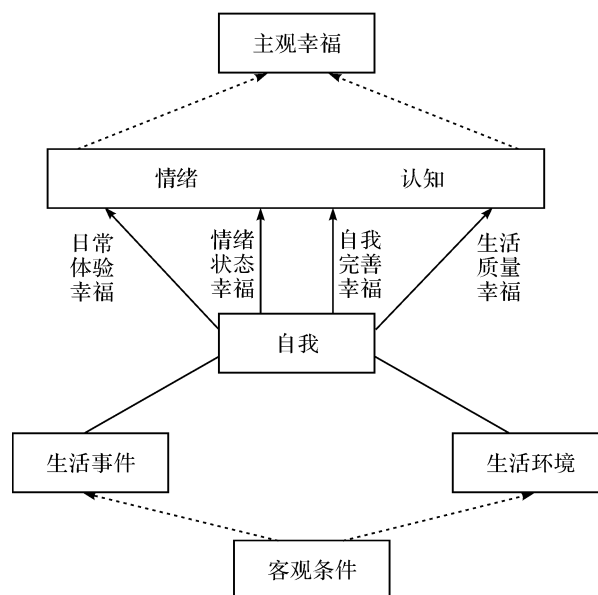


图 1 幸福整合模型

幸福测量研究的发展进程为生活质量幸福测量、情绪状态幸福测量、自我完善幸福测量、日常体验幸福测量。如今，经济学家、社会学家及心理学家们认为幸福是由一些独特的成分组成的，但这些成分彼此间并非完全独立，存在交叉与重叠，因此，目前对于幸福的评估呈现多种测量范式并存的现象，同时，不同测量范式之间还会出现交集与整合的情况。

## 二、幸福测量的四种范式

### (一) 生活质量幸福测量

目前有三种理解生活质量的哲学思路和相应的测量方法：规范理想的标准(社会指标)、主观体验(主观幸福感评定)及偏好与效用(经济指数)<sup>[8]</sup>。一开始，政策制定者们更青睐效用的生活质量观，倾向于用收入及 GDP 来衡量人们的生活质量，随着上世纪五、六十年代社会指标运动的兴起，客观的社会指标和主观幸福感的评估逐渐成为生活质量衡量的主要形式，发展出主观指标、客观指标及主客观指标相结合的生活质量测量方法。(1)客观指标法。用客观指标衡量生活质量与发展经济学中对发展指标的研究密切关联，目前，研究的重点已由单一经济增长指标——GDP 转向经济社会发展结构性指标和人类发展指标。①经济社会发展结构性指标，即生活质量的衡量是通过多方面的生活条件加以评估而形成的结构化指标体系，具有代表性的是世界发展指标(WDI)。世界银行每年出版一期《世界发展指标》，收录了从 1960 年迄今社会、经济、金融、自然资源和環境指标等方面的数据资料，包括 208 个国家及 18 个地区与收入群的 695 种指标，主要分为人口、环境、经济、政府与市场及全球联系等几大部分。②人类发展指标，体现了经济社会发展最终要以人的发展来衡量的理论思想。1977 年，美国人本主义心理学家莫里斯提出“物质生活质量指数”(Physical Quality of Life Index, PQLI)，含预期寿命、识字率、婴儿死亡率三项指标。之后，联合国发展署提出“人类发展指数”(Human Development Index, HDI)，包括预期寿命、受教育水平、人均收入 3 项指标。此外，福利经济学家阿玛蒂亚·森从研究人与人之间相互关系的“经济伦理”角度提出以死亡率来衡量一国社会经济发展成败的观点<sup>[9]</sup>，而陈惠雄教授则从研究人类行为本源性问题的“经济哲学”角度提出可以用寿命作为社会经济发展的最高综合指标<sup>[10]</sup>。(2)主观指标法。生活质量主观指标的研究与西方学者对福利体验的主观性本质认识的不断深化密切相关，以测算微观层次上个体对生活的满意度和幸福感的指标如主观幸福感(SWB)、幸福生活预期(HLE)、生活满意度等主观指标开始在生活中出现。相对于幸福感而言，坎贝尔等人更强调满意度的概念，这主要因为认知层面上的满意度可以作为政策制定者更可靠、更现实的依据与目标。目前，生活满意度测量包括单维模型与多维模型，其中单维模型又分为总体和一般生活满意度模型。一般满意度模型认为总分数应该由不同生活领域的满意度评价相加(加权或不加权)组成，与之相对照，总体满意度模型假定回答者可以自由地根据自己独一无二的标准而不是研究者强加的标准来做作出回答。多维模型则降低了总体或一般满意度评价的重要性，更加强调包括关键生活领域在内的生活满意度判断的来源情况。较为著名的多维模型是许布纳提出的等级生活满意度模型和康明斯提出的加权生活满意度模型<sup>[11]</sup>。(3)主客观指标结合法。主客观指标相结合的指标体系即强调生活质量是个人对资源的支配，也兼顾个人自身对生活的主观满意感受。荷兰是第一个结合主观指标测量国民生活质量的國家。自 1974 年起，荷兰每隔三年就对人们生活的各个领域进行主观和客观方面的调查。1999 年，荷兰社会与文化规划办公室提出用由 10 个客观指标构成的生活状况指数(LCI)来评估国民生活质量，同时也用主观性的快乐指数进行衡量，并用多元回归分析找出对生活状况指数和快乐指数的解释力较大的领域，然后用主成分分析法计算出各指标的权重<sup>[11]</sup>。进入 21 世纪，各国开始基于人民生活质量提高的目标发展主客观指标相结合的国民幸福指标体系：2002 年英国首相布

莱尔与莱亚德教授推动《国内发展指数》(MDP)的构建;2008年法国成立“经济表现与社会进步衡量委员会”,2010年由法国统计局(INSEE)发表《衡量生活质量》(Measuring quality of life)报告;美国于2008年由国会通过国民指标法;日本内阁在2010年6月成立“幸福度研究会”,并于2011年12月公布《幸福度指标试案》架构。

## (二)情绪状态幸福测量

大部分的情感状态幸福量表是基于心理健康测量或一般心理学研究而发展起来的,前者主要集中于负面情绪的测量,其中Derogatis等人编制的SCL-90量表比较常用,该量表得分低被认为是幸福的一个重要标准<sup>[12]</sup>。后者主要分为两类:单维测量与多维测量。早期人们普遍认为情绪是单一维度构念,正性情绪与负性情绪呈负相关关系。因此,在测量时由被测者在一个评分项目中报告正负性情绪。例如Andrews和Withey早在1976年编制的D-T量表要求被试对去年的总体情况进行评估“总的说来你的生活过得怎样?”,用7点量表计分,1表示快乐,7表示糟糕<sup>[13]</sup>。同样,Fordyce Happiness Measures(FHM)用11点量表从“兴高采烈”到“完全绝望”要求被试评估总体的快乐水平,附加的问题让被试估计感到快乐与不快乐的时间百分比<sup>[14]</sup>。与之类似,Lyubomirsky和Lepper的Subjective Happiness Scale(SHS)用7点量表询问被试“总体而言,你认为你是否是一个快乐的人?”,同时让被试将自己的快乐水平与他人进行比较<sup>[15]</sup>。然而单维量表不能体现情感幸福的内在结构,1969年,Bradburn提出了主观幸福感的多维结构模型,并相应发展出情感平衡量表(Affect Balance Scale,ABS)测量情感幸福,ABS包括积极情感与消极情感两个分量表,二者得分的差被称为情感平衡,即可表示被测者的幸福感状况<sup>[13]</sup>。ABS评价的是当前的情感状态,而当前的情感反应能否说明个体整体的主观幸福感状况,不少研究者表示质疑,为此,Kozma和Stones编订了纽芬兰纪念大学幸福感量表(the Memorial University of Newfoundland Scale of Happiness, MUN-SH)尝试从短期情感反应和长期情感体验两个方面来把握被测者的幸福感状况<sup>[16]</sup>。除了构成维度理解的差异以外,情绪的另外一个问题就是快乐水平是由情绪的强度还是频率决定。基于此,Kammann和Flett编制了情感量表2用于测量情感体验的频率,Larsen编制了情感体验强度量表。而Watson等人编制的积极与消极情感量表(Positive Affect Negative Affect Schedule, PANAS),包含描述积极情感和消极情感的形容词各10个,通过指导语可以改变测量的时间框架,或在情感体验强度和频率之间进行转换,灵活性较强<sup>[13]</sup>,因而被广泛运用于跨文化幸福感的调查,但该量表也存在问题,如一些表示正负情感的形容词如专注的(attentive)、强大的(strong)等并非情绪描述词。2010年,Diener和他的同事编制了积极和消极体验量表(Scale of Positive and Negative Experience, SPANE)来克服以往积极和消极情绪量表中存在的缺陷<sup>[17]</sup>。相对于Bradburn的情感平衡量表评估较为狭隘的体验以及其他量表只评估具体的情绪,SPANE的12个题项询问被试体验12种普通情绪(如愉快、喜悦等)的程度,通常,被测者对量表的普通情绪描述容易作出回应而较难对具体情绪作出反应。同时较之PANAS仅测查高唤醒情绪,SPANE的测量则同时包含高唤醒情绪和低唤醒情绪,此外相对于有些量表让被测者评估体验情绪的强度,SPANE注重于体验情绪频率的测量。尽管目前基于回忆的自陈量表被广泛应用于情感状态幸福测量,而且大都具有良好的信度和效度,然而由于情绪表现较为复杂,既有测量时间选择的差异(即时体验与评估体验),又有构成成分的多样性(生理反应、非语言行为等),因此需要发展多种方法全面测量情绪幸福。目前生理测量(如测试唾液中的皮质醇水平)、记忆测量(被试回想积极与消极事件的速度)、微笑评估(人们在描述其生活时微笑的频率)和他人报告(亲属朋友对被试是否幸福的报告)等方法已被用于幸福的评估当中<sup>[16]</sup>。

## (三)自我完善幸福测量

当人们相信一个有价值的社会目标是鼓励个体追求生命的意义和价值、付出和收获社会支持、获得能力和自尊时,完善幸福(eudaimonic well-being)就会发挥作用,完善幸福关注人们心理机能

的良好状态，强调人类潜能的充分实现。长期以来，完善幸福被置于哲学、伦理学思辨领域的讨论范畴，亚里士多德的“完善论(eudaimonism)”影响了一大批有识之士，然而直到 Ryff 和 Keyes 提出心理幸福感的概念并设计了心理幸福感量表，人们才开始对完善幸福进行实证研究，并引发了自我完善幸福测量范式的探索。自我完善幸福测量范式强调理论的构建，其测验的编制往往建立在相对成熟的心理学理论基础之上：(1) Ryff 的多维心理幸福感量表。Ryff 结合发展心理学、存在主义与人本主义心理学、临床心理学等心理学家关于正面心理功能的理论以及两个效用主义哲学家约翰·穆勒及伯特兰·罗素的思想，提出六维心理幸福感的模型，并设计相应的多维幸福感量表通过实证研究证实了心理幸福感的六个维度：自主性、环境掌握、个人成长、与他人的积极关系、生活目的、自我接受<sup>[18]</sup>，因此，多维幸福感量表包括六个分量表，每个分量表各 14 题，按一至六级评分，是目前测量心理幸福感最常用的量表之一。(2) Waterman 的人格展现问卷。Waterman 提出人格展现的概念，认为幸福发生在个体从事与其深层价值最匹配的活动中，是一种全身心投入的状态，在这种的状态下，个体感受到强烈活力，展现了真实的自我，即为人格显现<sup>[16]</sup>。他把个体的现实活动和心理感受结合起来理解幸福，既强调活动特性又强调人格特质在幸福体验中的重要性，是一种极富活力的研究取向<sup>[19]</sup>，对 Csikszentmihalyi 发展心流理论和卡尼曼提出日重现法产生了重要影响。同时，他将幸福分为两种：人格展现的幸福与尽情享乐的幸福，强调活动的性质不同，其提供的快乐也不相同。在测量方面，Waterman 编制了个人表现行为问卷(the Personally Expressive Activities Questionnaire, PEAQ)，并通过实证方法验证了快乐和个人表现存在相关关系<sup>[16]</sup>。(3) Ryan 和 Deci 的基本需要满足量表。Ryan 和 Deci 的自我决定理论(Self-determination Theory, SDT)在强调自我实现的同时，尝试指明自我实现的意义及途径。自我决定理论认为自主需要、关系需要、能力需要是人类的三个基础性心理需要。在满足这三个需要之后，个体就会体验到幸福<sup>[16]</sup>。与之相应，Deci 等人编制了总体基本需要满足量表(Basic Need Satisfaction in General, BNSG)测量个体自主需要、能力需要和关系需要的满足状况。同时，Deci 等人还编制了工作基本需要满足量表(Basic Need Satisfaction at Work, BNSW)和人际关系基本需要满足量表(Basic Need Satisfaction in Relationship, BNSR)<sup>[16]</sup>。以上研究者各自侧重从组成结构、体验活动及需要满足三方面对完善幸福进行理解和测量，体现了完善幸福的多面性，然而完善幸福的多层面内涵集中趋向于人类繁荣发展的真实特性。基于完整测量心理繁盛的思路，Diener 等编制了一份简短但具有综合特性的完善幸福量表——兴盛量表(The Flourishing Scale, FS)，包含意义与目标、支持性的关系、投入与兴趣、贡献于他人的幸福、能力、自我接纳、乐观及受尊重等八个维度，每一维度按 1 级(完全不同意)到 7 级(完全同意)进行评分，试图从被试自身视角测量社会心理功能的主要方面，兴盛量表只有 8 道题，经检验信度良好且与其他相似的量表具有较高的一致性，这为大样本的完善幸福测量提供了思路和准备<sup>[17]</sup>。此外，也有不少学者致力于对完善幸福具体构成内容的深入研究和测量，如 Csikszentmihalyi 专注于“心流”的研究，设计了沉浸体验量表(the Flow Scale)<sup>[18]</sup>；Keyes 则发展了社会幸福感的五个方面，编制了社会幸福感问卷<sup>[20]</sup>。正是由于其涵义的宽泛性及研究者视角的差异性，自我完善幸福的测量成为目前所有幸福测量范式中最具活力和创意的部分。

#### (四) 日常体验幸福测量

日常体验测量范式强调对人们在日常生活中各种事件发生“当下”的即时情绪体验进行评估。自 Kahneman 1999 年首次提出使用体验取样法(Experience Sampling Method, ESM)测量体验幸福后，学者们积极探索体验幸福的测量方法，已经发展出三类体验幸福的测量技术。(1) 瞬时体验评定法：包括经验取样法(ESM)与生态瞬时评估法(Ecological Momentary Assessment, EMA)，ESM 是一种在自然情境中对日常经验以及当下行为进行深度研究的方法，它要求参与者在从事日常行为的过程中进行一系列自我报告，EMA 是 ESM 的一个变式，其突出之处是将体验的自我报告与瞬时生理

状态(如血压、脉搏)联系起来<sup>[21]</sup>,测量的范围更广,既包含经验取样又包含生理取样。瞬时体验评定法能够采集被测者取样时刻丰富的行为及情绪信息,避免了经验回忆评价时的偏差,然而这类方法花费较大,被试负担较重,因此很难对大规模样本施测<sup>[22]</sup>。(2)单日体验评定法:包括日终体验评定和昨日总体评定两种方式<sup>[27]</sup>。这两种方式测评的时间点不一样,日终体验评定法是在一天结束时请被测者对自己一天的快乐体验做评价,而昨日总体评定法是请被测者对前一天的情绪体验做判断。由于前者对于测量的时间点要求较为严苛(“一天结束”通常被界定为“上床前的时间”),后者即昨日总体评定法因此成为大规模调查经常采用的方法,问题的形式通常为“总体而言,你昨天感到快乐的程度如何?”。由于较瞬时体验评定法给被测者带来的负担轻、成本小,盖洛普组织采集了大量的昨日总体情绪评价数据,研究者们利用这些数据揭示出体验幸福与收入、年龄、健康状况、就业状况等人口统计学变量的关系模式较评估幸福与这些变量的关系模式有所不同。然而昨日总体评定法收集的情绪体验信息较为简略,无法提供被测者日常活动情绪体验变化的细节信息,因此有必要发展出一种给被试带来较轻负担,同时又包含较为丰富日常活动情绪体验信息的测评方法,而活动重构评定法能够满足这种测量需求。(3)活动重构评定法:活动重构评定法最突出的特征是要求被测者系统地重现他们一天生活中的片段和活动,并报告相应的情感体验。卡尼曼与其合作者克鲁格教授在2004年提出的日重现法(Day Reconstruction Method, DRM)是其典型的代表。日重现法将时间预算法和体验取样法结合起来,根据一定问题的框架,引导被试回忆再现一天的活动和情绪体验状况并进行评估。其优点在于采集了语境信息,通过联系上下文网络,确定节点的意义,从而避免或减少了回溯报告的偏差。同时,日重现法的测量无需打扰被测者的正常生活,被测者的负担较轻,调查花费的成本较少,此外,还能获得时间分配以及一整天中连续情景的情绪体验评价信息,而这些在经验取样法中是无法获得的<sup>[23]</sup>,正因为如此,日重现法能够在大规模调查中应用。前面提到的各种测量技术均需要被试用数字来评价情绪体验,但被试对评价分数的解释可能不尽相同。为了避免这种评价分数解释的差异,在ESM和DRM的基础上,Kahneman和Krueger提出了U(unpleasant)指数的评定方法<sup>[22]</sup>,即个体处于不愉快状态的时间比例。由于U指数不是基于评定量表而且基于对时间的客观测评,因此U指数可以用于比较个体之间、群体之间情绪体验的差异,也可以体现不同活动所带来的情绪体验的异同。U指数的这些特性不仅适合对国民体验幸福进行度量,而且也适合体验幸福研究的跨国比较。

### 三、幸福测量范式的综合测度

幸福是一个多维度、多层面的结构,Diener指出:不管研究目标是什么,建议尽可能分别评价幸福感的多个组成因素。在大样本调查中,幸福测度范式的全面融合已成为现代国民幸福测度的标准衡量框架,这方面的典型代表有经合组织(Organization for Economic Co-operation and Development, OECD)的主观幸福测量模版、英国国家统计局(Office for National Statistics, ONS)的国民幸福测量模版及欧洲社会调查(European Social Survey, ESS)的个人与社会幸福测量模版。(1)OECD将主观幸福感定义为一种好的心理状态,包括人们对自己生活所做的各种正面或负面的认知评估以及对自身经历所做的任何积极或消极的情绪反应。这是一个非常宽泛的界定,具体的主观幸福感测量指标包含六个模块:核心测量、总体生活评估测量、情绪状态测量、完善幸福测量、具体生活领域评估测量及体验幸福测量<sup>[6]</sup>。核心测量模块的主要目的是为大样本数据的收集及国际上不同国家幸福水平的比较提供参考,问题设计的原则是简洁有效,5个题项涵盖了主观生活质量评估、自我完善评估及情绪状态评估等测量范式。其他模块则是不同测量范式指标的具体深化,通常每一模块包括9或10个题项,以上所有问题的回答均为0至10计分的选项。而体验幸福测量结合日重现法和时

间使用的测量技术让人们们对当下的情绪体验及当下活动的情绪体验进行评估，属于日常体验测量范式，共7个题项。(2)与OECD对所有主观幸福感的组成维度和不同测量范式进行详尽说明不同，ONS对个人幸福与国民幸福做了区分，同时强调个人幸福是理解国民幸福的核心，提出了基于个人幸福视角主客观指标相结合的国民幸福测量框架，包括个人幸福及影响个人幸福的直接因素和环境变量三类变量，核心变量：个人主观幸福感评估；个人幸福直接影响因素变量：我们的关系、健康、我们做什么、我们生活在哪里、个人财务、教育与技能；个人幸福的环境变量：经济环境、政府管理环境、自然环境，共10项测量内容，每项内容通常设计3至4个问题，主要涉及生活质量评估、自我完善评估及情绪状态评估三种测量范式<sup>[23]</sup>。(3)ESS主要遵循亚里士多德完善论幸福的观点，强调幸福的积极功能，以个体和社会功能为核心构建了幸福的综合动力模型。对应该模型，ESS编制了个人与社会幸福测量量表(不包含模型中的“物质条件”模块)，分“心理资源—功能—幸福体验与评估”三个层次共六大模块对幸福进行衡量<sup>[24]</sup>，其中，功能模块是综合动力模型幸福测量的重点，包含个人功能、社会功能及幸福提升活动三个模块。由于各测量项目涵义的异质性较高，不同测量项目问题回答的选项计分形式也不尽相同，各测量项目归属的测量范式包括自我完善评估、主观生活质量评估及情绪状态评估三种类型。以上幸福测量的模版将幸福测量的不同范式融合在一起，全方位勾勒出幸福的不同侧面，这能为政府了解民众幸福发展与变化的轨迹，制定相应的政策提供坚实的基础。

#### 四、结 语

“幸福问题是人生哲理乃至人生科学的集中处、枢纽处”<sup>[25]</sup>。人们对“幸福”主题的兴趣已经有上千年的历史。然而，幸福是一个每个人都知道其含义，但却无人能够精确定义的语词。本文提出的幸福整合模型从外在环境、生活体验到内心探索等方面揭示了幸福的丰富内涵，并将幸福区分为实现难易程度不同的四种类型：日常体验幸福、生活质量幸福、情绪状态幸福与自我完善幸福，从而形成界定幸福的四种范式。纵观以往幸福测度的研究，现代意义上的幸福测量范式经历了从生活质量幸福测量、情绪状态幸福测量、自我完善幸福测量到日常体验幸福测量的发展历程。

近年来，许多政府机构及国际组织纷纷开发衡量国民幸福的指标体系，然而由于大多数指标只片面地选择一种或两种测量范式，因此，即使是面向同一研究对象，得出的幸福指数结果也不尽相同。与此形成鲜明对比的是，OECD、ONS及ESS等机构将幸福的不同测量范式进行全方位融合，形成系统的幸福测量框架体系，更为全面地对人们的幸福状况进行了评定。幸福测量的意义在于促使政府的关注重心从人们的物质需要和经济条件转移到人们的精神追求和心理感受上。正如奚恺元所言：“我们的最终目标不是最大化财富，而是最大化人们的幸福”<sup>[26]</sup>。

#### 参考文献：

- [1] 刘穿石. 论西方心理学史中质的研究与量的研究的关系 [J]. 南京师大学报(社会科学版), 1993, (3): 47-50.
- [2] 苗元江. 幸福感: 社会心理的“晴雨表” [J]. 社会, 2002, (7): 40-43.
- [3] 陈惠雄, 刘国珍. 快乐指数研究概述 [J]. 财经论丛, 2005, (5): 29-36.
- [4] Dolan P., Metcalfe R. Measuring Subjective Wellbeing: Recommendations on Measures for Use by National Governments [J]. Journal of Social Policy, 2012, 41(2): 409-427.
- [5] Dolan P., Peasgood T., White M. Review of Research on the Influences on Personal Well-being and Application to Policy Making [R]. London: Final Report For Defra, 2006.
- [6] Organization for Economic Co-operation and Development. OECD Guidelines on Measuring Subjective Well-being [M]. Paris: OECD, 2013.
- [7] Chu Kim-prieto, Ed Diener, Maya Tamir. Integrating the Diverse Definitions of Happiness: A Time-sequential Framework of Subjective Well-being [J]. Journal of Happiness Studies, 2005, (6): 261-300.

- [8] Ed Diener, Eunkook Suh. Measuring Quality of Life: Economic, Social and Subjective Indicators [J]. Social Indicators Research, 1997, 40(1/2): 189-216.
- [9] Amartya Sen. Mortality as an Indicator of Economic Success and Failure [J]. The Economic Journal, 1998, 108(2): 1-15.
- [10] 陈惠雄. 论寿命是社会经济发展的最高综合指标 [J]. 经济学家, 2000, (4): 87-91.
- [11] 周长城等. 生活质量的指标构建及其现状评价 [M]. 北京: 经济科学出版社, 2009.
- [12] 苗元江. 幸福感: 指标与测量 [J]. 广东社会科学, 2007, (3): 65-68.
- [13] 邱林. 情感幸福感的测量 [J]. 华南师范大学学报(社会科学版), 2011, (5): 137-142.
- [14] William Pavot. The Assessment of Subjective Well-being: Successes and Shortfalls [A]. Michael Eid, Randy J. Larsen. The Science of Well-Being [C]. Guilford Publications, 2008. 130.
- [15] Forgeard M. J., Jayawickreme E., Kern M. L., Seligman M. E. P. Doing the Right Thing: Measuring Wellbeing for Public Policy [J]. International Journal of Wellbeing, 2011, (1): 79-106.
- [16] 王燕, 李悦, 金一波. 幸福感研究综述 [J]. 心理研究, 2010, (2): 14-19.
- [17] Diener E., Wirtz D., Tov W., et al. New Well-being Measures: Short Scales to Assess Flourishing and Positive and Negative Feelings [J]. Social Indicator Research, 2010, 97(2): 143-156.
- [18] Carol Ryff, Burton Singer. Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-being [J]. Journal of Happiness Studies, 2008, 9(1): 13-39.
- [19] 冯骥, 苗元江, 白苏妤. 主观幸福感的心理机制探析 [J]. 江西社会科学, 2009, (9): 228-232.
- [20] 苗元江, 陈浩彬, 白苏妤. 幸福感研究新视角——社会幸福感概述 [J]. 社会心理科学, 2008, (2): 145-149.
- [21] 李文静, 郑全全. 日常经验研究: 一种独具特色的研究方法 [J]. 心理科学进展, 2008, (1): 169-174.
- [22] 耿晓伟, 王惠萍, 张峰. 主观幸福感测量研究 [J]. 心理学探新, 2013, (3): 266-270.
- [23] Office for National Statistics. Measuring National Well-being: Report on Consultation Responses on Proposed Domains and Measures [R]. United Kingdom, 2012.
- [24] City University London. European Social Survey Round 6 Module on Personal and Social Wellbeing Final Module in Template [M]. London: Centre for Comparative Social Surveys, 2013.
- [25] 陈瑛. 人生幸福论 [M]. 北京: 中国青年出版社, 1996.
- [26] 杨敏, 钟毅平. 理论与模型: 幸福感的维度与量度 [J]. 求索, 2013, (12): 102-104.

## The Measure of Happiness: A Review of Measurement Paradigm

LIU Guozhen, CHEN Huixiong

(College of Business Administration, Zhejiang University of Finance and Economics, Hangzhou 310018, China)

**Abstract:** Measure of happiness has always been an important part of the study of happiness. On the basis of summarizing understanding theory of various happiness meanings, this paper, from the perspective of the objective conditions and the relationship between self and subjective well-being, puts forward an integrated model of happiness, and distinguishes the four measurement Paradigms of happiness: quality of life happiness measurement, emotional state happiness measurement, self-perfection happiness measurement and everyday experience happiness measurement. The paper further expounds the main researches of the four measurement Paradigms respectively so as to fully describe the different measures of happiness and provide ideas for the promotion of individual happiness. Moreover, it is suggested that the comprehensive integration of four measurement Paradigms has become a trend in the national happiness measurement. The paper also gives a detailed introduction of the subjective well-being measurement master plate of OECD, the national happiness measurement master plate of ONS and the individual and society happiness measurement master plate of ESS, providing a reference for the government to improve people's livelihood and formulate economic and social policies.

**Key words:** Happiness; Measure; Measurement Paradigm; Integrated Model

(责任编辑: 化 木)