

■生活质量问题

多元视野中幸福理论及其对主观生活质量研究的现实意义

吴 淑 凤

(上海财经大学 人文学院, 上海 200433)

[作者简介] 吴淑凤(1976-), 女, 湖北武汉人, 上海财经大学人文学院经济社会学系讲师, 主要从事经济社会学研究。

[摘 要] 生活质量意义上的幸福研究代表了当代幸福研究的重要取向, 生活质量包括主观生活质量和客观生活质量两个部分, 与主观生活质量密切相关的是主观幸福感。研究一个国家人民的生活质量, 会在不同程度上涉及到主观幸福感测量问题。主观生活质量测量力图对主观幸福感调查建立起科学而严格的标准, 使得幸福测量具有稳定性、可信性和有效性。

[关键词] 幸福; 主观幸福感; 主观生活质量; 主观生活质量测量

[中图分类号] C913 [文献标识码] A [文章编号] 1672-7320(2004)05-0588-06

一、多元视野中的幸福理论

幸福是一种个性化的感受, 个人的幸福体验因个体存在表现出其独特特征。长期以来, 不同学科分别从不同角度对幸福进行了阐释^[1] (P. 119-139), 无论是哲学、社会学、心理学、经济学、伦理学的研究都形成了各自不同的理论和观点。特别是经济学、心理学和社会学的幸福研究分别代表了当代社会科学对幸福进行理论和实证研究的重要方向。

(一) 经济学视野中的幸福研究

对经济学而言, 进行幸福问题的研究一方面有助于更有效地理解经济社会生活中各种制度的功能与作用; 另一方面, 也是一个能够较好整合经济学和与其它社会科学的重要领域。当代经济学对个人幸福感的测量将对建立在个人效用基础上的偏好理论形成挑战。

多数的主流经济学家对效用能够测量和个体间的效用可以比较持一种批评或怀疑的态度。事实上, 福利经济学以及后来的新福利经济学, 都没有尝试对人们的主观体验和主观满足感进行测量, 而是强调国民收入、社会福利等客观生活水平指标。20 世纪 60 年代以后出现的相对福利学说, 则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, 强调相对收入对个人幸福的意义。传统的经济分析建立在暗含了各种选择偏好的个人效用基础上, 消费者效用就是微观经济学研究的重要范畴。标准的经济学理论建立在由个人可观察到的选择的客观主义基础上, 认为主观经验是不科学的, 因为不是客观的观察。经济学假设偏好的形成过程就已经提供了推论各种结果效用所需要的所有信息。但是, 幸福本身是比经济学的决策效用更宽泛的概念, 不仅包括偏好, 还包括经历以及过程。鉴于传统经济学强调对“客观”决策效用, 而直接对人们的主观幸福感进行测量则将经济学带入一个新

的领域。幸福测量是经济学研究的重要进展,幸福不仅能够被进行测量,而且其中众多决定性的因素都被确认。这与经济学家曾经高度重视的很多概念形成区别。在幸福研究中,除了从收入、价格数据推论效用,还可以直接向人们询问他们的主观幸福感。对幸福功能的经济测量提供了研究决定生活满意度因素的新视野。那种简单地认为幸福或者社会福利功能能够实现最大化是不对的。相反,幸福研究强化了研究制度方法的有效性,譬如研究现代国家的民主进程和社会经济政策^[2](P.1466)。

(二)心理学视野中的幸福研究

心理学家将幸福看做一种人性特征,从心理学角度看,幸福是人类个体认识到自身需要得到满足以及理想得到实现时产生的一种情绪状态,是由需要(包括动机、欲望、兴趣)、认知、情感等心理因素与外部诱因的交互作用形成的一种复杂的、多层次的心理状态。“对绝大多数人而言,幸福是现实生活中主要但绝非惟一的因素”,幸福可被理解为“对整个生活的一种持续、全面而公正的满意程度”。

传统意义上,心理学家并不太关注于如何通过积极的行为让人们的生活更幸福、更满足、更互信,而是更多地关注于焦虑、紧张等心理问题的解决。因此,从心理学发展的角度,心理学家正扩大研究视野,探索如何帮助人们过上更加有回报、有质量的生活。尽管什么才是美好的生活,在某种程度上将因文化、民族而异,但有一些因素,譬如亲密关系、社会责任感、享受生活等对人类而言是一致的。由美国开始的现代积极心理学运动极大地拓展了传统心理学研究和实践的领域,不仅只强调社会问题和社会偏离,还强调如何帮助人们过上更美好的生活,体验更多的幸福感,帮助人们如何主动地从婚姻、家庭、工作和互动、友情中获得更大的幸福感,而不仅仅是被动地解决问题。

心理学对幸福的研究具有悠久的传统,心理学的幸福,也被叫做主观幸福感,能够用具有代表性的调查进行测量,并由此发展出一系列的测量方法。与主观幸福感相关的调查资料和文献十分丰富,比如,幸福量表中最常见的一个个人问题是,“你对生活的整体满意程度是怎样的?”被调查者可以在3~11条之间进行答案选择。现代社会心理学充分发展了这类主观满意度的研究方法和技术。

(三)社会学视野中的幸福研究

社会学中蕴涵了丰富的幸福思想,社会学对于幸福的理解不同于其它学科,与一般意义上将幸福作为某种纯粹个人现象或者心理现象不同,社会学家更倾向于将幸福看做一种社会产物,将个人的幸福状态置于一定的社会背景中进行研究。社会学的幸福思想在不同程度上已经被有关幸福的大量现代经验研究所证明^[3](第116-120页)。

1. 什么是幸福

社会学的幸福是一种大众的幸福。古典社会学的奠基者孔德认为,幸福的获得取决于我们对所生活的世界有着系统而全面的认识和了解,特别是对那些人类可以左右或改变的东西。孔德强调社会学是一门实证主义的学科,实证主义对幸福研究的贡献在于,它创造了追求幸福所必需了解有关人类生存法则的科学知识。实证主义者的乐观主义态度同样也影响了人们对幸福的认识和追求:即一旦克服了当前的困难和危机,乐观主义者将视未来为“幸福年代”。

社会学产生于19世纪,那么20世纪的人们是否真的进入到“幸福年代”。调查表明,与孔德所处年代的生活条件相比,生活在20世纪后半期的人们在一定程度上可以这样认为。由鹿特丹 Erasmusde 大学的 Ruut Veenhoven 所建立的世界幸福数据库收集了大量相关调查资料。根据其对世界范围内幸福调查所做的归纳分析,大多数人觉得自己是幸福的,至少在西方发达国家,觉得自己“非常幸福”和“比较幸福”的人约占80%。跨时期对比研究表明,从1960年到2000年,这一比重呈略微上升趋势。

2. 影响社会普遍幸福感形成的因素

(1)社会失范与幸福。社会学家迪尔凯姆思想中最重要的基本概念是“社会失范”,他将现代社会中的无序、纷扰等等不和谐现象统称为失范状态,并认为社会失范达到一定程度会降低社会幸福感。迪尔凯姆通过研究表明,失范将提高社会自杀率。他将现代社会中失范的增加归因为社会流动和社会变革日益增强,由其导致的结果必然是人们感到不幸福甚至于自杀。

迪尔凯姆认为,激进的社会变革有可能降低社会幸福感,但并不是一切激进的社会变革后果都是如

此,任何社会变革都意味着有人获益有人受损,从总体上看,只要有益于社会进步就是积极的。迪尔凯姆还认为非现代和反现代将会有助于增加幸福感,但经验数据显示,生活在现代社会中的人感到更大的幸福。多项调查均表明,最发达、最现代的国家往往是社会幸福感最强的国家,并且这种幸福感在过去的数十年里还有了轻微增长。另一方面,人们日益认识到工业化、现代化的积极作用在未来将越来越有限,人们从社会变革的两大基本动力,即经济增长与政治民主化中获得的社会幸福感将越来越小。大多数社会学家仍强调社会变革的负面影响和所带来的社会的、文化的伤害。

(2)个人主义与幸福。社会学家齐美尔认为:社会制度塑造的人的个性将影响到主观幸福感的形成,幸福与个性紧密相连,在某种程度上就是一种个性的张扬,幸福是一种相对目标,人类需要充分发展个性以获得幸福,但绝对的个人主义又将导致社会的不稳定性。这一观点已经被当代的幸福实证研究证明。首先,大量的跨国研究表明,凡是人类个性能够充分发挥的社会,其幸福感将更强。除此之外,社会整体的个人主义发展利弊亦可测量,“尽管生活在一个个性张扬的个人主义社会也会问题重重,但显而易见,其社会收益远大于社会成本”。其次,各国内部有关研究表明,幸福的人比不幸福的人更倾向于自治、自由和自立。

(3)科学技术与幸福。作为一门伴随着现代化与工业化进程兴起的学科,社会学对科学技术寄予了较大期望,但科学技术的发展是否真的能够有助于人类获得幸福呢?一般而言,一个国家的科学技术越发达,其社会幸福感整体评估将越高。但这种相关性并不能证明科学技术是增进幸福感的惟一因素,虽然现代医学发展提高了人们的预期寿命,但就幸福产生而言,应该还存在众多社会因素的影响。虽然人们一般认为,即使并非一切技术进步都是有益的,但从整体上仍应对技术发展持乐观态度,但普通公众的态度却不完全如此。一项对德国人的长期调查表明,在过去的数十年里,人们对技术的信仰程度呈大幅度下降趋势。

(4)经济增长与幸福。工业化和现代化进程推动人类社会财富的迅速增长与极大丰富,社会条件的改善深刻影响到社会普遍的幸福水平以及对幸福的评价标准。物质生活条件的改善无疑是影响社会幸福感提高的重要因素之一。但根据边际效用递减原理,随着工业化程度提高,经济增长对社会幸福的贡献力却相对降低。事实上,在西方国家,人们的幸福程度,据报道不再与经济产量和消费的增长成正比。而且,随着两者差距的拉大,这几乎成为一种新的社会问题。

3. 幸福能否实现最大化

社会学家斯宾塞从人类社会性的角度论述了幸福最大化问题。他在《社会静力学》一书中指出,幸福是一种社会构成,“最大幸福”源自社会本身,幸福的标准将因时代、民族以及阶级的不同而变化。“最大幸福”或者说就“最大多数人的最大幸福”取得一致在理论上难以达到。个人的幸福既意味着尽可能地享受当前生活中的快乐,也包括对未来美好生活的预期,并取决于当时所处的社会环境^[4](第5页)。

二、幸福与主观生活质量研究

当代的幸福研究将幸福看做一种主观感受,更确切地说是对生活的全部投入和享受。虽然长期以来对幸福究竟是否可以测量存在大量争论,但当代大量经验研究表明,幸福是可以通过对个人感受的实证调查来测量的,并可以上升到衡量生活发展和生活质量的更高层次。

(一)生活质量及其综合评估

Quality of Life(QOL)的中译名不少,如“生命质量”,“生存质量”,但译成“生活质量”最多。作为一个重要的社会学概念,生活质量是宏观评估不同国家社会发展水平的重要指标,被广义理解为人类生存的自然、社会条件的优劣状态,其内容包含国民收入、健康、教育、营养、环境、社会服务与社会秩序等方面。生活质量评估包括了个体生理、心理、社会功能三个方面状态的评估。

“生活质量”与“生活水平”概念不同,“生活水平”主要是指与人们的收入水平或消费水平相关的物质和精神生活的客观条件或环境的变化,通常通过人们的衣、食、住、行,以及健康、教育、文化、娱乐、社

交等反映人们生活条件或环境的客观指标来进行测量与评估。而“生活质量”不仅指客观生活水平,还包括人们对生活的主观感受,通常通过人们对工作、生活、婚姻、家庭等领域的态度和满意度等主观指标来测量与评估。

当前生活质量的评估方法最重要的发展趋势是从单一评价受试生活的客观状态逐步发展到注意同时评估受试的主观感受。众所周知,处于相同客观生活质量的个体,其主要感受可能大相径庭;而主观感受类似的个体,其客观状态可能相去甚远。同等程度的发生损害,因对职业生活的影响不同,其主观感受可能完全不一样。譬如,喉部疾病对于职业歌唱家与电脑操作人员影响就是如此。“多病的富翁”与“健康的乞丐”虽然客观状态不同,重点需求不同,便可能都因缺少各自需求的东西导致主观感受的评分均在同一低水平。因此,对生活质量的评估应从客观生活质量和主观生活质量两个方面同时进行。而社会生活中人们对幸福主观感受和满意程度则成为进行主观生活质量评估的重要内容。

(二)当代幸福研究的两大取向

1. 生活质量意义上的幸福研究

生活质量上的主观幸福感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,所选取的主观幸福感维度主要包括总体生活满意感和具体生活领域满意感。

现代化进程极大地推动了人类的社会经济发展,特别是在第二次世界大战后,以美国为代表的西方发达国家的经济得到了迅猛的发展,社会物质生活水平整体上不断提高,人类曾梦寐以求的“丰裕社会”似乎正成为现实。然而,与此同时人们对生活的心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^[5](第594-626页)。这一概念强调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做法发起了挑战。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,学者们在尝试建构生活质量的主观指标体系过程中,发展了生活质量意义上的主观幸福感研究^[6](第337页)。

2. 心理学意义上的幸福测量

主观幸福感的另一研究取向表现在心理学领域,与积极心理学(Positive Psychology)和健康心理学(Healthy Psychology)的发展密切相关。现代心理学在很长时期内关注于心理诊断与心理治疗,强调社会生活中非正常人的心理与行为或者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20世纪40年代中后期开始,健康心理研究对积极心理学的发展逐渐产生影响。积极心理学所关注的焦点问题之一便是对心理健康的评价与测量。

积极心理学对幸福感的关注影响了传统健康心理学领域,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。当代医学发展在宏观上已由单纯生物医学模式向生物、心理、社会医学模式转变,健康的概念不再单纯是生命的存在与延长,而同时要提高生活的质量,促使和保持人在躯体、心理、社会功能诸方面的完好状态(well-being)。微观上,人们开始注意自身生活方式、行为方式、精神刺激的关系,应用心理、社会学指标来全面评价与研究具有心理、社会特征的“整个病人”。据此,近年来国内外诸多学者提出了生活质量这一概念作为个体生理、心理、社会功能的综合指标来评估社会健康状态,有时又被称为“与健康有关的生活质量”(Healthy related quality of life)测量^[7](第58页)。

三、主观幸福感(SWB)与主观生活质量测量

生活质量包括主观生活质量和客观生活质量两个部分,与主观生活质量密切相关的是主观幸福感。研究一个国家的人民生活质量,必然将在不同程度上涉及到主观幸福感测量问题。主观生活质量测量力图对主观幸福感调查建立起科学而严格的标准,使得幸福测量具有稳定性、可信性和有效性。

(一)主观幸福感及其发展阶段

什么是主观幸福感?一般而言,人们对幸福的理解分为三种:即以外界标准界定的幸福;情绪体验

界定的幸福和个体自我评价的幸福。而认为幸福是评价者个人对其生活质量的整体评估,就是主观幸福感。主观幸福感的英文是 subjective well-being, 简称 SWB。

当代主观幸福感的研究发展经历了三个阶段^[8](P.276-302), 早期的主观幸福感研究主要集中于对具有不同特征的不同人群的幸福感受, 特别是一些统计指标, 如性别、年龄、收入、教育程度等进行描述和比较。第二阶段的主观幸福感研究, 研究者开始探索幸福的理论模型并且强调目标达到、适应性和社会比较等方面的内容, 包括如何改进并提高主观幸福感测量的有效性。当前, 主观幸福感研究正进入第三阶段, 试图探索出成熟的理论模型, 以便能够精确地识别影响不同幸福测量方法的各种社会心理过程, 并对其进行理论解释, 多角度地测量和理论设计。

影响主观幸福感的因素分为“主观范畴的人格因素, 如外向性、神经质、开放性、有爱心、认真, 及属于客观范畴的社会因素, 如社会关系、经济水平、健康状况等”^[9](第 46 页)。

(二) 主观幸福感与主观生活质量测量

生活质量包括主观生活质量和客观生活质量两个部分, 与主观生活质量密切相关的是主观幸福感。作为衡量个人生活质量的重要的综合性心理指标, 主观幸福感测量与主观生活质量测量具有重要相关性, 与此相关的社会心理范畴如生活满意度等直接涉及到生活质量的有关方面。研究一个国家的人民生活质量, 必然将在不同程度上涉及到主观幸福感测量问题, 因此对主观幸福感的研究有助于认识和改善人类的生活质量。

主观生活质量测量包括了主观幸福感测量。主观幸福感代表了人们对生活的评价, 包括幸福、愉快的感情体验, 生活满意程度以及不愉快的情绪和情感的相对缺乏。换言之, 我们判断某人对其生活评价是通过其意识和情感性反应。在任何一个强调人民对自己生活的满足程度由自己进行评价, 而不是简单由政府或专家进行判断的现代民主国家而言, 人民的主观幸福感的重要性在不断提高。世界范围内不同国家的人们正日益获得基本生物需求的满足, 而越来越关注于幸福感和成就感。一项全球性的大学生调查结果表明, 生活满意程度和幸福感受被排在特别重要的位置。在其中一项七维满意度的调查项目中, 印度学生对生活满意度的平均得分是 5.75, 幸福感的得分是 5.97, 与此相对照的是, 金钱的平均得分是 4.81, 这表明, 印度的学生认为幸福和生活满意度比金钱更加重要^[2](P.1467)。其它类似的研究均表明, 完整的社会生活质量评价体系必须充分考虑到人们对幸福的主观感受和满意程度, 对于尚处在经济发展过程中的发展中国家尤其如此。

(三) 主观幸福感对主观生活质量测量的现实意义

主观生活质量研究中对主观幸福感直接测量的目标是调查了解个体和社会福利。无论幸福是否是人类的基本目标, 寻求实现幸福本身就是一种目标, 与职业、安全、社会地位、自由, 甚至金钱、收入等其它生活追求不同, 这些只是提供给人们获得幸福的可能性, 本身并不是目的。

主观幸福感(SWB)研究更多地从心理学角度展开, 但与社会学意义上主观生活质量研究既有联系又有区别。心理学对主观幸福感测量时大量使用各种量表进行满意度测量, 尤其强调各种心理健康层面主观幸福感测量。主观生活质量研究还考虑到影响主观幸福感的客观因素, 社会角色扮演、社会关系、社会制度、社会支持、收入和金钱等都会对主观幸福感形成和维系产生影响。比如, 社会关系就会影响到主观幸福感的形成, 无论婚姻关系、家庭关系、朋友关系、邻里关系、同辈群体关系, 只要是良好的社会关系都会增加人们的主观幸福感, 而恶性的社会关系则会降低人们的主观幸福感。

主观生活质量测量试图建立起对主观幸福感调查的高度科学而严格的标准, 使得对幸福的测量具有一定的稳定性、可信性和有效性。众多的研究已经证明了这一点。譬如, 在社会互动中常常表现出微笑的人, 则更多地被配偶、朋友或家人认为是幸福的。并且, 主观幸福感的测量在比较长的时间内保持较高的稳定性。幸福测量方法还可以通过人们的行为反映出来。例如, 有研究表明, “自我感觉幸福的人更倾向于与朋友保持亲密的社会关系; 更倾向于帮助那些寻求帮助的人; 更少的上班迟到或缺席, 更少的卷入工作中的争执和不愉快中”^[10](P.1833)。当然, 具体的幸福测量方法还存在其它方法上的问题, 比如, 从测量工具和测量误差角度看, 简单的经济学幸福测量就存在一定的问题。发展中国家曾长

期使用国民收入作为衡量社会发展和生活质量的标准就是一个例子,用国民收入测量社会幸福时,其缺点显而易见,现在人们已经意识到应该用实际收入代替名义收入,才能更有效地测量社会幸福。

[参 考 文 献]

- [1] F. Strack, M. Argyle, & N. Schwarz. Subjective well-being: An Interdisciplinary Perspective[M]. New York: Pergamon. happiness is frequency, 1999.
- [2] Frey, Bruno S. Stutzer, Alois Maximizing Happiness[J], German Economic Review, 2000, 1(2).
- [3] 周长城,等. 社会发展与生活质量[M]. 北京:社会科学文献出版社,2001.
- [4] [英]赫伯特·斯宾塞. 社会静力学[M]. 张雄武译. 北京:商务印书馆,1996.
- [5] 罗志如,范家骥,厉以宁,等. 当代西方经济学说[M]. 北京:北京大学出版社,1989.
- [6] 邢占军. 主观幸福感测量研究综述[J]. 心理科学, 2002, (3).
- [7] 邢占军. 主观幸福感研究:对幸福的实证探索[J]. 理论学刊, 2002, (5).
- [8] Diener, E., Suh, E., Lucas, R. E., Smith, H. Subjective Well-being: Three Decades of Progress[J]. Psychological Bulletin, 1999, (125).
- [9] 段建华. 主观幸福感概述[J]. 心理学动态, 1996, (1).
- [10] Frank, R.H. The Frame of Reference as a Public Good[J]. Economic Journal, 1997, 107(445).

(责任编辑 于华东)

Multiple Perspectives of Happiness Research and Measurement of Subjective Quality of Life

WU Shu-feng

(Humanity School, Shanghai University of Finance and Economics, Shanghai 200433, China)

Biography: WU Shu-feng (1976-), female, Lecturer, Humanity School, Shanghai University of Finance and Economics, majoring in economic sociology.

Abstract: The paper explores theoretical models of subjective well-being (SWB) and subjective quality of life in terms of multiple measures. Happiness research offers new insights on determinants of life satisfaction and subjective quality of life and strengthens the reliability and validity of life satisfaction approach such as reflected in the theory of subjective quality of life.

Key words: happiness; subjective well-being (SWB); quality of life (QOL); the measurement of subjective quality of life