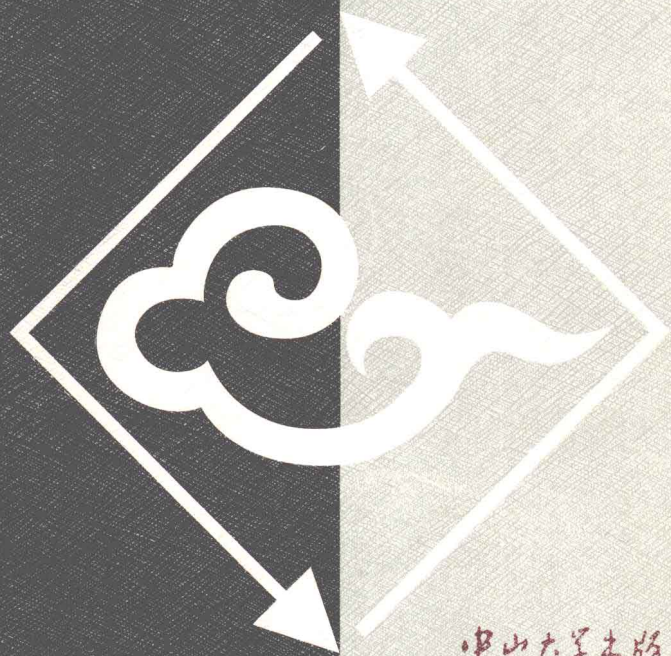


李明华 主编 《社会热点关键词》丛书(第一辑)

# 幸福指数

中国人幸福吗

梁捷 著

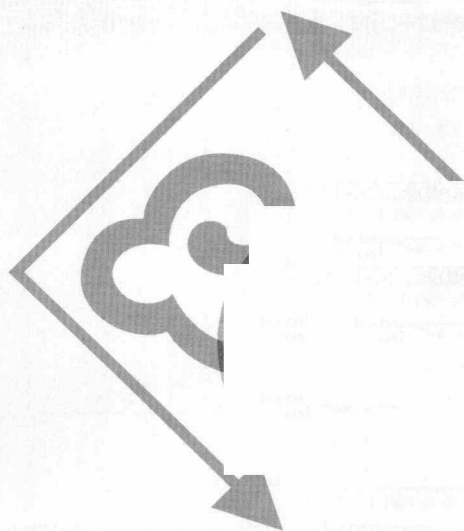


中山大学出版社

# 幸福指数

中国人幸福吗

梁捷 著



中山大学出版社  
· 广州 ·

版权所有 翻印必究

图书在版编目 (CIP) 数据

幸福指数：中国人幸福吗？/梁捷著. —广州：中山大学出版社，2007. 11

(社会热点关键词/李明华主编)

ISBN 978 - 7 - 306 - 02984 - 3

I. 幸… II. 梁… III. 幸福—民族心理—研究—中国  
IV. D668 C955

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 165920 号

---

出 版 人：叶侨健

策划编辑：董 真

责任编辑：董 真

装帧设计：周 明

责任校对：陆 玲

责任技编：黄少伟

出版发行：中山大学出版社

电 话：编辑部 020 - 84111996, 84113349

发行部 020 - 84111998, 84111981, 84111160

地 址：广州市新港西路 135 号

邮 编：510275 传 真：020 - 84036565

网 址：<http://www.zsup.com.cn>

E-mail: [zdcbs@mail.sysu.edu.cn](mailto:zdcbs@mail.sysu.edu.cn)

印 刷 者：佛山市浩文彩色印刷有限公司

规 格：880mm × 1230mm 1/32 7.125 印张 138 千字

版次印次：2007 年 11 月第 1 版 2007 年 11 月第 1 次印刷

印 数：1 - 3000 册 定 价：16.00 元

---

本书如发现因印装质量问题影响阅读，请与出版社发行部联系调换

## 总序

学术以历史进程和当下实践为生命之源，学者以关注社会人文和现实生活为崇高责任。在当今中国现代化和社会转型的关键时期，呼啸前进的列车带着人们阅尽新时代的辉煌景观，与此同时，筚路蓝缕的开拓也展现出前所未有的艰难，暴露了转型道路设计的不足和空白。这是一个社会急速变革、世事不断更新的时代，这是一个思想遭遇启蒙、精神之花绽放的时代。哲学、人文学科、社会科学的研究者欣逢其时，理应对纷繁复杂的社会现象、社会思潮、舆论热点表达深层的关注，并以学者的胸怀和视野作出学术性的解读。

学术不能在象牙之塔中自足自美，它必须走向民众。自然科学需要普及，社会科学也需要普及。在心为物役、信仰缺失、精神贫乏、功利泛滥的时期，哲学、人文学科、社会科学的普及尤为重要。在这个领域里，以学者和专门研究者对象的纯学术著作汗牛充栋，而以广大民众为对象的思想性、学术性著作却十分稀缺。

以现实关怀和人文关怀为内容，以学术观点解读社会事件和社会热点问题为特色，以跨学科分析为工



具，以社会科学普及为目标，此为本丛书的宗旨。

丛书设计之初，编者曾打算按社会科学的各学科分别编辑一本普及著作，但学术界的很多朋友建议我们不要那样做，他们主张学术贴近社会、贴近实践、贴近现实和普罗大众更好，加上各地出版社都出了不少分科的普及读物，我们就决定采取目前的形式。

拿到第一批书稿后，编委同仁对“学者论热点”都有较高的评价，认为这应该是社会科学发展的一条路子。当然，编辑这类丛书，我们还缺乏经验，不可避免出些差错。好在有几位学界名家欣然同意担任本丛书的顾问和编委，使我们颇为感动。在此向他们致以衷心感谢，同时也望读者们多提意见和建议，使我们在今后的选题和编辑中做得更好。

李明华

## 前言

我决定写一本关于“幸福指数”的书，周围的朋友都有些吃惊。有人问我，你真的相信幸福能用“指数”来衡量吗？我说，我并不信。

幸福是最容易谈的话题，也是最困难的话题。说它容易，因为人人都可以谈；说它困难，因为至今没有定论。

我读过不少论述“幸福”的著作，从最早的亚里士多德、塞内卡，到晚近的罗素，再到功利主义的最新进展。众多的大家流派对“什么是幸福”众说纷纭，莫衷一是，单是罗马尼禄时代已经有200多种相互矛盾的定义，现在就更是数不胜数了。连幸福是什么都搞不清楚，它能否用工具指标来衡量和描述，就更说不清道不明了。

但是我认为，虽然我们不能明确地描述幸福，但还是可以研究它的，计算“幸福指数”这样的工作应该是富有实践意义的，也是有价值的。

围绕着幸福的话题，人们虽然争论了几千年，也不完全是浪费时间，毕竟总结出相当多的共识。

近几十年来，经济学家、社会学家等多方面的学者都在研究关于幸福的问题，用调查统计的方法来进



行分析计算，至少在局部上取得许多进展，研究结果已被广泛地运用到我们的日常生活之中。

我曾在一些朋友面前，以“中国人的幸福”为题，小范围地做过一次演讲，不出我所料，大家就“什么是幸福”争论起来，如同两千多年前古希腊人就争论过的那样。这种情况迫使我再次反思，如何以一种客观、公允、容易为人接受的方式来谈论幸福。

我最先想到的框架是从反面来研究幸福，像很多古代哲学家早已做过的那样。边沁认为，幸福的本质就是消除痛苦。如果我们把造成痛苦的要素一样样罗列出来，再想法加以克服，那么我们就能达到幸福。

一句名言是这样说的，人生有两大痛苦：其一是欲求而不得；其二是取得欲求之物。由此可见，虽然痛苦的层次和含义不尽相同，但却是躲无可躲、避无可避的。

当下的中国人有太多的不幸，太多的欲求，太多的不可得。一般来说，住房、医疗、教育、失业和退休养老等，是中国社会最主要最普遍的痛苦之源。几乎所有人都面对着各式各样的痛苦和压力：小孩有小孩的痛苦，老人有老人的痛苦；穷人固然痛苦，富人也有他们的痛苦；无房的人很痛苦，有房住的也痛苦……

另一个框架是福利经济学的框架。近年来，关于幸福和快乐的经济学研究突然转热，出版了大量专著，也实践了大量的统计调查，做出实证研究。福利经济学总的来说是在传统功利主义哲学框架内开展研究，把生活中更多的要素纳入所谓个人效用函数，从

主观效用角度来论证问题。这不失为一种有力的进路，但仍然面临很多严肃的哲学批评。

我读过罗素的《幸福之路》，纵横捭阖，洋洋洒洒，令人十分佩服。他从人类普遍的不幸谈起，然后转向论述积极的幸福。这不是一本学术著作，但给人无尽的启发。于是，我也决定写这么一本结构稍为松散的书，从中国人常有的不幸谈起，夹着讨论福利经济学的理论进展，从各个角度拷问幸福观念，通过现实的社会问题把讨论引向积极的、正面的、崇高的幸福。

本书即将杀青的时候，我读到美国心理学家吉尔伯特著的《撞上快乐》。他从心理学和认知科学入手，分析快乐的成因和过程，写得非常精彩。然而，追求幸福对于美国人来说是一个心理问题，但对于中国人来说，则是一个社会问题。只有从根本上认识到中国社会存在的缺陷和问题，才有可能谈论中国人的幸福，单纯的心理调节恐怕远远不够。

写作的过程，也是我自己对幸福问题“开放式”思考的过程。我没有得出什么明确的结论，也不可能有这样的结论，只是让这个概念敞开地接受各种知识、各种实践的检验。这本书不是对幸福问题的学术研究，也有意无意地忽略掉一些对幸福进行论证的理论资源。因为我希望这本书能被更多的人阅读和批评，从追求幸福这个终极目标，回落到过好每一天的日常幸福生活。

为了真正深入了解幸福，最好的办法，是研究幸福的反面。不幸越多，幸福就越少，真正准确的幸福

指数，其实也是“不幸的指数”。因此，本书的主要部分论述各类元素的缺乏对幸福感产生的影响，分别讨论健康、生活、金钱、工作、教育、家庭及时尚等等要素，在不同层面参与幸福感形成的过程，以及在现实中，它们又往往存在程度不等的缺失，从而给人们带来不幸的感觉。

那么中国人到底有多幸福呢？这正是全书想要研究的问题。但是，这个问题可能是没有答案的，也许永远都没有答案。

这本书没有结论，也不可能有结论，只是对中国人的幸福的一个开放式的探究。

写作这本小书的过程中，参考了不少学术专著，也借鉴了一些网上的评述和案例，得到了很多老师、朋友的关心帮助。其中郑娟给了我最直接的支持，上海法律与金融研究院为我提供了财务上的便利，李华芳向我提出很多宝贵意见，广州社科联的张丽蓉则对我表现出最大限度的宽容，允许我把书稿一拖再拖。还有更多朋友的名字，恕我无法一一提及，但都会铭记在心。

由于学养有限，错误在所难免，还希望读者朋友不吝指正。

# 目录

## CONTENTS

### 总序

### 前言

## 第一章 中国人幸福吗

- 3 何谓幸福指数
- 5 幸福是一种感觉
- 7 幸福感的心理构成
- 10 幸福感的体验和传递
- 11 幸福可以衡量
- 12 中国人有多幸福
- 15 幸福指数与痛苦指数

## 第二章 幸福是什么

- 19 哲学心理学的幸福定义
- 22 经济学对幸福的研究
- 26 三种幸福观

# 目录

## CONTENTS

|                  |    |
|------------------|----|
| 幸福的基本定义          | 28 |
| 不够幸福的原因          | 31 |
| 幸福的不同追求          | 32 |
| <b>第三章 幸福的衡量</b> |    |
| 衡量幸福的方法          | 39 |
| 幸福测量的基本理念        | 42 |
| 幸福理念的异同          | 45 |
| 幸福测量的标准与手段       | 48 |
| 福利经济学的进展         | 50 |
| 中国的幸福指数研究        | 54 |
| <b>第四章 健康与幸福</b> |    |
| 中国人的健康状况         | 61 |
| 健康与幸福的关系         | 64 |
| 重新认识健康           | 67 |
| 白领的健康与亚健康        | 71 |
| 严重影响幸福水平的现代职业病   | 74 |

# 目录

## CONTENTS

|    |             |
|----|-------------|
| 77 | 医疗保障与幸福水平   |
| 80 | 药品安全医疗质量与幸福 |

### 第五章 生活与幸福

|    |             |
|----|-------------|
| 85 | 城市生活质量评价    |
| 87 | 城市的幸福感及吸引力  |
| 91 | 大城市 vs 中小城市 |
| 95 | 焦虑的大多数      |
| 98 | 幸福小众的另类选择   |

### 第六章 金钱与幸福

|     |            |
|-----|------------|
| 107 | 有钱一定幸福吗    |
| 111 | 金钱与幸福的关系   |
| 115 | 伊斯特林悖论和快乐学 |
| 119 | 金钱与幸福的兑换   |

### 第七章 工作与幸福

|     |          |
|-----|----------|
| 125 | 工作与幸福的关系 |
|-----|----------|

# 目录

## CONTENTS

|                |     |
|----------------|-----|
| 工作的幸福指数        | 127 |
| 青年员工幸福感调查      | 129 |
| 影响青年工作幸福感的主要因素 | 133 |
| 对工作幸福指数的全面调查   | 135 |
| 幸福的行业和区域分布     | 137 |
| 影响工作幸福指数的因素    | 140 |

## 第八章 家庭与幸福

|            |     |
|------------|-----|
| 关天家庭幸福的调查  | 147 |
| 婚姻与幸福的关系   | 148 |
| 婚姻与幸福的认识   | 153 |
| 职业、教育程度与婚姻 | 158 |
| 家庭经济与幸福    | 159 |
| 财务安排与性别分工  | 163 |
| 幸福家庭的设想    | 166 |

## 第九章 孩子与幸福

|         |     |
|---------|-----|
| 中国孩子的童年 | 171 |
|---------|-----|

# 目录

## CONTENTS

|     |             |
|-----|-------------|
| 173 | 学习与幸福       |
| 175 | 中国家庭对教育的支出  |
| 178 | 对孩子期望值的国际比较 |
| 180 | 家长的期望与孩子的幸福 |
| 182 | 中国孩子的自杀问题   |
| 185 | 中国孩子的抑郁问题   |

## 第十章 时尚与幸福

|     |         |
|-----|---------|
| 193 | 审美观念与幸福 |
| 197 | 奢侈品与幸福  |
| 203 | 广告与幸福   |
| 206 | 网络与虚拟幸福 |

# 第1

# 章

## 中国人幸福吗

何谓幸福指数  
幸福是一种感觉  
幸福感的心理构成  
幸福感的体验和传递  
幸福可以衡量  
中国人有多幸福  
幸福指数与痛苦指数



21 世纪是人类追求幸福的世纪，国家富裕和人民幸福则是现代文明社会发展和经济增长的根本目的。所谓以人为本的科学发展观、建设和谐社会，其最终的落脚点都是为了增加人民的福祉，提高民众的幸福度。

人类已经进入了一个数字化的时代。生活中越来越多的要素已被科学化、数字化，从而使得我们对自己的日常生活似乎有了一种“更为可靠”、“更加了解”、“更有把握”的主观感受。“用数字说话”成为人们的思维习惯，做什么都离不开统计数字。上至国家统计局、科研机构、大型企业，下至每个老百姓，大家都在计算着各种数据，并据此做出决策分析。

1952 年 8 月，国家统计局成立，最初都是统计那些“硬的”、“实打实”的要素。半个多世纪走过来，统计局的统计范围逐渐扩大，很多新概念新指标被提出，从最初只是事关国计民生的经济指标，扩展到影响老百姓的日常生活的多项指标，大大更新了人们的观念，人们的关注重点逐渐转向更高层面的抽象事物。2006 年，“幸福指数”的概念被提了出来，这是中国统计史上的一件大事，因为“幸福”的指数将逼迫我们反思自己生活的真正质量，不再是没有

