

·心理测量与评估·

## 幸福感预测中的影响偏差\*

梁哲 李纾 李岩梅 刘长江

【关键词】 幸福感; 预测; 影响偏差; 聚焦错觉; 免疫忽略; 综述

中图分类号: B842.6、C934 文献标识码: A 文章编号: 1000-6729 (2007) 010-00693-03

我国“十一五”规划中提出将人民幸福感指数作为检验社会发展成就的一条关键性的非经济标准。国外的社会学、经济学、心理学界自上世纪50年代起开始了对幸福感的探索。其中心理学界对幸福感的研究经历了二个阶段: 一是对幸福感的描述, 着眼于不同群体间幸福感的状况及差异; 二是考察幸福感的影响因素及其心理机制<sup>[1]</sup>。

随着行为决策研究的发展, 有研究者指出人们的决策都离不开对未来事件情感的估计<sup>[2]</sup>。这里的情感是指广义上的幸福感, 它包括了生活满意度 (life satisfaction)、主观幸福感 (subjective well-being) 和快乐程度 (happiness) 三种表述。幸福感预测 (affective forecasting) 的重要性就在于我们做出的每一项决策都是建立在对事件情感结果的内隐或外显性预测的基础上, 我们之所以做出某一决定, 是因为我们相信它会比其他选择带来更强的幸福感体验<sup>[3]</sup>。比如, Kemer等人研究发现, Kahneman描述的人对损失的过分规避行为可能是因为人们的情感预测错误而造成的<sup>[4]</sup>。可见, 幸福感预测研究不仅有助于考察影响人们评判自身幸福感的因素, 还可以帮助人们理解人类的决策行为。本文从幸福感预测研究入手, 重点阐述幸福感预测中影响偏差产生的原因。

### 1 幸福感预测的影响偏差

幸福感预测研究发现人们通常知道什么事情能让他/她们快乐或不快乐, 但却无法准确预测这种情感体验的强度和持续时间。这使人们在判断时可能出现两种偏差: 其一是可能会低估情感反应的强度和持续时间, 比如一个刚注射过海洛因的瘾君子会低估当毒品被剥夺时他们对毒品的渴望程度<sup>[5]</sup>; 其二是过

高地估计情感反应的强度或持续时间, 这是比低估情感反应更为普遍的现象, 研究者通常将这种对情感的过分估计称为影响偏差 (impact bias)<sup>[5-7]</sup>, 其中对反应强度的过分估计称为强度偏差 (intensity bias)<sup>[8]</sup>, 对反应持续时间的过分估计称为持续时间偏差 (durability bias)<sup>[3,9]</sup>。例如: Silver证实了截瘫的事故幸存者在事件发生几周后正向情感便占据了主导地位<sup>[10]</sup>; Suh等人报告人们在爱人去世一年内正向情感便恢复到正常水平<sup>[11]</sup>, 这些结果都与人们的预测不同。

### 2 影响偏差产生的原因

#### 2.1 不准确理念说 (inaccurate theories)

文化和个人经历会使人们形成一些理念, 并运用这些理念来形成对事件的感受。然而, 这些理念并不总是准确的。虽然少有研究评估这些理念在个人情感预测中的作用, 但已有研究证实人们依靠这些理念来记忆过去的情感, 不准确的理念可能导致回忆偏差<sup>[8]</sup>。正如Loewenstein和Schkade报告的, 如果这些理念对人们记忆过去的情感很重要, 这些理念可能也会对情感预测产生重要的影响<sup>[12]</sup>。当人们用不准确的理念来做情感预测时, 预测的偏差就产生了。

#### 2.2 快乐适应性 (hedonic adaptation)

快乐适应性研究源于人们对收入与幸福感之间关系的探索。研究表明, 当收入处于较低水平时, 快乐适应性与总的生活满意度之间存在一定程度的相关, 但当收入达到一定水平后, 收入的增加对生活满意度的影响会越来越小, 两者之间存在较低的相关, 而收入与人们实时体验到的快乐之间的相关始终极

低<sup>[13]</sup>。然而, 让人们去预测收入增加与幸福感之间的关系时, 人们往往认为收入增加可以带来更大程度的幸福感, 说明人们不断追求高收入, 追求物质享受的背后是人们错误的情感预测。这种预测错误的产生可能是因为人们没能预测到快乐具有适应性和人们需求目标的变化<sup>[7]</sup>。这就有了“快乐跑步机” (hedonic treadmill) 现象<sup>[14]</sup>——当人们为追求经济目标越跑越快时, 对物质生活的适应性使人们的需求也越来越高, 而人们的幸福感仍停留在原地。

#### 2.3 聚焦错觉 (focusing illusion)

Schkade和Kahneman认为当人们对某一事物或类别进行判断时, 经常会将注意集中在它的某个子集上, 导致对结果的过分估计, Schkade等将其称为“聚焦错觉”并同时指出这一效应产生的原因是被关注的子集部分获得了更高的权重<sup>[15]</sup>。Wilson等人认为聚焦错觉是过分估计焦点事件而低估同时存在的其他事情对幸福感影响的一种倾向<sup>[5,9]</sup>。聚焦错觉研究表明对事件的关注让人们过分估计这一事件对幸福感的影响, 实际上人们关注的所有事情并不像人们认为的那样能让其快乐或不快乐。Schwarz及其同事在实验中向被试呈现两个问题: 你有多快乐? 上个月你约会了几次? 实验发现这两个问题的相关程度取决于问题呈现的顺序, 当先呈现快乐问题时, 两者的相关系数是0.12, 而当先呈现约会问题时, 两者的相关达到了0.66<sup>[7]</sup>。显然, 被试在先回答约会问题再进行幸福感预测时, 他们已经关注到了约会问题, 并且普遍认为约会是能增加幸福感的正向事件, 使约会主导了幸福感的预测。

聚焦错觉的研究还发现人们倾向于

\* 基金项目: 本文受中国科学院“百人计划”及国家自然科学基金项目(70671099)资助  
中国科学院心理研究所, 北京 100101 中国科学院研究生院, 北京 100039

过分估计目标事件的特有属性,而低估目标事件与其他可能事件共有的属性<sup>[7]</sup>,对那些易于获得的信息人们也会给予较高的权重<sup>[9,16]</sup>。聚焦错觉被认为是影响偏差产生的最直接与普遍的来源<sup>[5]</sup>。聚焦错觉的产生是一种无意识的过程,但人们通过有意识地减少焦点事件带来的影响可以使这种偏差获得一定程度的校正,如减少对焦点事件的思考,使事件重构以及触发能与焦点事件结果相竞争或相抵制的情感反应等<sup>[15]</sup>。Wilson等人用实验证实减少对焦点事件的思考的确可以调节球队输球和赢球对球迷快乐程度的影响<sup>[9]</sup>。

#### 2.4 对事件的错误解释 (misconstrual)

对于未经历的事情,人们难以准确地知道事件发生时伴随的情景如何。对事件的解释包括了想象目标事件会以某种特定的方式出现,但问题在于这一事件可能会以不同的方式出现,而事件呈现的方式不同可能会引起不同的情感反应<sup>[8]</sup>。例如即使定义良好的单一事件——在期中考试中得了A,也会因为出现的细节和具体情景不同而有截然不同的意义和结果,比如分数如何宣布,评价如何,是否班里的最高分等。大量研究表明,人们考虑事件时倾向于只考虑一种情境,这就使基于情境的情感预测容易出现偏差。

#### 2.5 合理化过程 (sense-making)

Wilson和Gilbert指出,一件让人惊喜的正向事件会触发4个连续的过程:注意,反应,解释和适应。人们对那些意外惊喜的事情,在情感的第一反应——喜悦之后,会进行快速而且无意识的解释以使事件的发生更加合理,这种合理化过程会让原本的意外惊喜被看作是正常而且不可避免的出现,从而降低了事件对情感的影响<sup>[5]</sup>。但人们因为无法认识到合理化过程的存在,在对正向事件进行情感预测时虽然可以毫不费力地去想象自己会快乐,却过分地估计了这种快乐持续的时间,因而产生了影响偏差。

如果对正向事件的解释会降低快乐的持续时间,那么对合理化过程的抑制应该可以延长人们的快乐。Wilson等人

用实验证实了在合理化过程进行困难时快乐持续的时间更长,但人们却经常错误地认为容易合理化时会更快快乐<sup>[17]</sup>。生物体都有回避痛苦而趋向快乐的本能,而人类不仅可以将刺激与情感反应联系在一起,还会形成对事件的解释,这种理解过程正是为了人们可以去重复好的结果而回避不利的结果。然而这就存在一个关于快乐的悖论:人们首要关注的是事件的快乐特质,但是,原本以为会帮助人们延续快乐的合理化过程却恰恰排除了这种快乐特质。

#### 2.6 免疫忽略 (immune neglect)

Gilbert等人研究发现,负向的情感体验会激活人的心理免疫系统<sup>[3]</sup>。人的心理免疫系统包括降低失调 (dissimilarity reduction)、动机性推理 (motivated reasoning)、自我服务归因 (self-serving attributions)、自我肯定 (self-affirmation) 和积极的幻想 (positive illusions)。这些防御机制很大程度上是无意识的。当人们对情感反应进行预测时,因为意识不到防御机制在起作用,因而不会考虑到它们对情感的影响,这种对心理免疫过程的失察被称为免疫忽略<sup>[5]</sup>。事件的某些特征会决定心理免疫系统的工作是否成功,当心理免疫系统的工作难以进行时人们体验到的情绪反应会更持久<sup>[3]</sup>。对免疫忽略的认识可以帮助人们纠正一些错误观念和和行为。例如:人们可能将负面事件发生后自己心情的快速恢复归结为一种外部力量,比如上帝的作用<sup>[18]</sup>;与可撤消情况相比,不可撤消的选择让人们有更强的动机去合理化自己的决定,因而会更感到快乐<sup>[19]</sup>,但人们却宁愿花费额外的成本来避免那些能提升他们幸福感的约束条件。

#### 3 总结与展望

在幸福感预测中存在两种影响偏差——持续时间偏差和强度偏差,以往研究对持续时间偏差产生原因的探索很多,而强度偏差的研究相对较少,这是因为与某一时刻的快乐程度相比,人们更关注快乐的持续时间。本文介绍了可能引起影响偏差的六种解释:不准确理念说、快乐适应性、聚焦错觉、对事件的错误解释、合理化过程和免疫忽略,

这些都可以说明持续时间偏差是如何产生的。除快乐适应性和合理化过程外的其他四种解释:不准确理念说、聚焦错觉、对事件的错误解释和免疫忽略还可以说明强度偏差产生的原因。同时在六种偏差来源中,快乐适应性和合理化过程只在正向事件中会对幸福感持续时间的预测有影响,免疫忽略理论只在负向事件中会影响人们对幸福感的判断,而不准确理念说、聚焦错觉和对事件的错误解释在正负向事件中都可能影响到人们的幸福感预测。幸福感预测中影响偏差的存在说明,人们无法正确估计自身幸福感的变化情况,因而也就不能像某些决策理论中假设的:人善于将行为结果的效用最大化——清楚地知道自己想要什么,并提升自身的幸福感。

当前的幸福感预测研究虽然揭示了影响偏差产生的六种原因,但对这些原因的作用条件或情景因素,强度偏差和持续时间偏差的关系还需要深入研究,以便人们可以有意识地去抑制或降低情感预测中的偏差。人们有以情感、情绪作为判断决策依据的倾向<sup>[20]</sup>,幸福感的预测研究让行为决策研究从行为描述转向探究非理性行为背后更深层次的情感认知。幸福感预测对决策的影响将会是未来研究的关注点,影响偏差与决策效用之间的关系更有待于进一步的探索。

致谢:特别感谢孙彦、许洁虹、叶先宝和于翊在本文写作过程中给予的支持。

#### 参考文献

- 1 邹琼. 主观幸福感与文化的关系研究综述. 中国心理卫生杂志, 2005, 19 (2): 140 - 143.
- 2 March JG. Bounded rationality, ambiguity and the engineering of choice. The Bell Journal of Economics, 1978, 9 (2): 587 - 608.
- 3 Gilbert DT, Pinel EC, Wilson TD, et al. Immune neglect: a source of durability bias in affective forecasting. Journal of Personality and Social Psychology, 1998, 75 (3): 617 - 638.
- 4 Kemner DA, Driver - linn E, Wilson TD, et al. Loss aversion is an affect-

- tive forecasting error. *Psychological Science*, 2006, 17 (8): 649 - 653.
- 5 Wilson TD, Gilbert DT. Affective forecasting: Knowing what to want. *Current Directions in Psychological Science*, 2005, 14 (3): 131 - 134.
- 6 Wilson TD, Gilbert DT. Affective forecasting. *Advances in Experimental Social Psychology*, 2003, 35: 345 - 411.
- 7 Hsee CK, Zhang J, Chen J. Internal and substantive inconsistencies in decision-making. In: Koehler DJ, Harvey N. *Blackwell handbook of judgment and decision making*. Oxford: Blackwell, 2004. 360 - 378.
- 8 Buehler R, Mcfarland C. Intensity bias in affective forecasting: The role of temporal focus. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2001, 27 (11): 1480 - 1493.
- 9 Wilson TD, Wheatley T, Meyers JM, et al. Focalism: A source of durability bias in affective forecasting. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2000, 78 (5): 821 - 836.
- 10 Silver RL. Coping with an undesirable life event: A study of early reactions to physical disability. Doctoral dissertation. Evanston: Northwestern University, 1982.
- 11 Suh E, Diener E, Fujita F. Events and subjective well-being: Only recent events matter. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1996, 70 (5): 1091 - 1102.
- 12 Loewenstein G, Schkade D. Wouldn't it be nice? Predicting future feelings. In: Kahneman D, Diener E, Schwartz N. *Well-being: The foundations of hedonic psychology*. New York: Russell Sage Foundation, 1999. 85 - 105.
- 13 Kahneman D, Krueger AB, Schkade D, et al. Would you be happier if you were richer? A focusing illusion. *Science*, 2006, 312 (5782): 1908 - 1910.
- 14 Brickman P, Campbell DT. Hedonic relativism and planning the good society. In: Appley M H. *Adaptation-level theory: A symposium*. New York: Academic Press, 1971. 287 - 305.
- 15 Schkade DA, Kahneman D. Does living in California make people happy? A focusing illusion in judgments of life satisfaction. *Psychological Science*, 1998, 9 (5): 340 - 346.
- 16 Dunn EW, Wilson TD, Gilbert DT. Location, location, location: The misprediction of satisfaction in housing lotteries. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2003, 29 (11): 1421 - 1432.
- 17 Wilson TD, Centerbar DB, Kemer DA, et al. The pleasures of uncertainty: Probing positive moods in ways people do not anticipate. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2005, 88 (1): 5 - 21.
- 18 Gilbert DT, Brown RP, Pinel EC, et al. The illusion of external agency. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2000, 79 (5): 690 - 700.
- 19 Gilbert DT, Ebert JE. Decisions and revisions: The affective forecasting of changeable outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2002, 82 (4): 503 - 514.
- 20 Schwarz N. Moods and attitude judgments: a comment on Fishbein and Middlestadt. *Journal of Consumer Psychology*, 1997, 6 (1): 93 - 98.

责任编辑: 石川

2006 - 10 - 25收稿, 2007 - 03 - 20修回

(上接第 668页)

- over time among symptomatic HIV-infected gay men. *J Consult Clin Psychol*, 2000, 68: 31 - 45.
- 7 Rotheram-Borus MJ, Lee MB, Gwadz M, et al. An Intervention for Parents With AIDS and Their Adolescent Children. *Am J Public Health*, 2001, 91 (8): 1294 - 1302.
- 8 Rotheram-Borus MJ, Lee MB, Leonard N, et al. Four-year behavioral outcomes of an intervention for parents living with HIV and their adolescent children. *AIDS*, 2003, 17: 1217 - 1225.
- 9 陈昌惠. 症状自评量表. 见: 汪向东, 王希林, 马弘, 编著. *心理卫生评定量表手册*. 中国心理卫生杂志, 1999, (增刊): 31 - 35.
- 10 谢亚宁. 简易应对方式问卷 (SCSQ). 见: 汪向东, 王希林, 马弘, 编著. *心理卫生评定量表手册*. 中国心理卫生杂志社, 1999, (增刊): 122 - 124.
- 11 UNAIDS/WHO. *AIDS Epidemic Update: December 2005*. Joint United Nations Programme on HIV/AIDS and World Health Organization, 2005. 1 - 98.
- 12 Herek GM, Capitanio JP. Public reactions to AIDS in the United States: a second decade of stigma. *Am J Public Health*, 1993, 83: 574 - 577.
- 13 Carten AJ, Fennoy I. African American families and HIV/AIDS: caring for surviving children. *Child Welfare*, 1997, 76: 107 - 125.
- 14 Thome C, Newell ML, Peckham C. Social care of children born to HIV-infected mothers in Europe: European Collaborative Study. *AIDS Care*, 1998, 10: 7 - 16.
- 15 Stein JA, Riedel M, Rotheram-Borus MJ. Parentification and its impact on adolescent children of parents with AIDS. *Fam Process*, 1999, 38(2): 193 - 208.
- 16 Rotheram-Borus MJ, Drainin BH, Reid HM, et al. The impact of illness disclosure and custody plans on adolescents whose parents live with AIDS. *AIDS*, 1997, 11(9): 1159 - 1164.

责任编辑: 靖华

2006 - 12 - 21收稿, 2007 - 05 - 18修回