

基于体验效用的幸福及其测量*

刘腾飞¹ 徐富明^{1,2} 孙彦² 张军伟¹ 蒋多¹

(¹ 华中师范大学心理学院, 武汉 430079) (² 中国科学院心理研究所, 北京 100101)

摘要 体验幸福是指基于体验效用的时刻评价方式获得的多重情感体验的整合结果。体验幸福的概念主要源于 Kahneman 等人对体验效应的重新发现与诠释。基于时刻评价的体验效用以及时刻效用的测量假设是测量体验幸福的理论依据。体验幸福的测量方法主要有体验取样法与日重现法。基于这两种方法的国民幸福账户与国民时间账户更加直接地分析了人们如何在各种日常活动中分配时间和进行情感体验。同时, 体验幸福的概念及其测量为公共政策的评价与制定提供了更加真实具体的、可供参考的科学依据。

关键词 体验幸福; 体验效用; 日重现法; 公共政策

分类号 B842.6; B849:C93

1 引言

在上世纪 50 年代前, 幸福主要是哲学家关注的主题。但是, 随着心理学家对人的积极心理因素的关注, 幸福也逐渐成为心理学家的重要研究主题。

心理学对幸福的研究主要有两种传统取向: 享乐主义取向(hedonic approach), 关注快乐, 根据快乐的获得与痛苦的规避来定义幸福; 实现论取向(eudaimonic approach), 关注人生的意义和自我实现, 根据个人潜能的实现程度来定义幸福(Ryan & Deci, 2001)。Keyes, Shmotkin 和 Ryff (2002)进一步将这两种取向区分为主观幸福感(subjective well-being)与心理幸福感(psychological well-being)。主观幸福感的研究又主要有三种取向, 每种研究取向提供一种主观幸福感的概念, 而且各自又依赖于不同测量方法(Chu, Diener, Tamir, Scollon, & Diener, 2005)。第一种研究取向将主观幸福感看作是个体对生活以及它的各方面的总体评价, 而对主观幸福感的测量需要被试报告他们在工作、社会关系等生活领域的总体幸福与满意度。例如, 欧洲调查指标

(eurobarometer question)。第二种研究取向将主观幸福感看作是个体对过去的情绪体验的一种回忆, 关注个体对过去情绪的记忆, 而其测量需要被试回忆在过去一段时间内相关的情绪。第三种研究取向则将主观幸福感看作跨时间多重情绪反应的整合, 强调即时的情绪体验。这一研究取向从效用概念的区分出发, 重新诠释体验效用, 并基于体验效用提出客观幸福(objective happiness)的概念, 也即体验幸福(experienced well-being), 并发展出适合体验幸福的测量方法。这一研究取向对幸福的重新理解与测量为公共政策的评价与制定提供了可供参考的科学依据。

2 体验效用的重新发现及其评价方式

体验幸福是基于经济学中的效用概念提出的。Kahneman, Wakker 和 Sarin (1997) 旗帜鲜明地区分了经济学中的两种效用: 决策效用(decision utility)和体验效用(experienced utility)。而后, 又在这一基础上提出了基于体验效用时刻评价(evaluation by moments)方式的体验幸福。

2.1 效用概念的区分

效用概念在经济学中存在着两种不同的理解。在 18 世纪时, Bentham 就提出了一种效用概念, 认为效用就是快乐(pleasure)与痛苦(pain), 指导着“我们应该做什么”和“将要做什么”。积极效用是能带来快乐的倾向, 与此相反, 带来痛苦的倾向就是消极效用。这一概念虽然也对后来的

收稿日期: 2010-05-24

* 北京市重点学科建设项目; 中科院心理所青年基金项目(Y0CX073S01); 中科院院长奖获得者专项基金(20100123)。

通讯作者: 孙彦, E-mail: suny@psych.ac.cn

经济学家产生很大的影响,如 Marshall 和 Edgewort 等,但由于早期的经济学家认为,主观的享乐体验不能测量和观察到,因而他们抛弃了这一效用概念而发展了另外一个效用概念——决策效用。在当前经济学与决策理论中,效用是指决策效用,结果和属性的效用是指它们在决策中的权重。也就是说,效用是通过观察到的选择来推导出的,而且又用于解释这些选择 (Kahneman & Thaler, 2006)。理性经济人通过选择来最大化他们的享乐体验,这些选择已经提供了所有关于结果效用的必要信息,因而 Bentham 的效用概念被主流经济学抛弃 (Read, 2007)。

但是, Kahneman 等人 (1997) 则认为享乐体验是可以测量的,并将其命名为体验效用,以便与决策效用区分开来,并在此基础上对效用进行了更加细致地区分、分析与界定。实际上,在对结果的效用进行区分时,他们也区分了两类结果:延时结果 (temporally extended outcome) 和期望结果 (expected outcome)。一个延时结果是指一个或者一组时间上相互分离的生活事件 (episode) (例如,一次医疗检查)。基于延时结果的效用也就是决策效用和体验效用,而基于期望结果的效用则是预测效用,也就是对结果的体验效用的信念。决策效用要么通过相似目标的直接比较,要么通过诸如诱导支付意愿 (willingness to pay) 的间接方法得到,是从选择中推断出的延时结果的测量 (Kahneman et al., 1997)。延时结果的体验效用则有两种测量:记忆效用 (remembered utility) 和总体效用 (total utility)。记忆效用根据被试对与过去结果有关的总的快乐或者痛苦的回溯性报告来推断,是对过去的延时结果的测量;总体效用从即时效用 (instant utility) 的时间剖面图中根据一系列的标准规则来构建的一个规范概念,是对可能的延时结果的测量 (Kahneman et al., 1997)。即时效用 (instant utility) 源于当前的主观体验或者生理指标的即时报告,是对享乐和情感的测量。

2.2 体验效用的评价方式

由于体验效用是基于某一时刻的快乐与痛苦的,而我们对结果的评价又随着时间延伸的,因此基于延时结果的体验效用的评价方式需要进步区分。Kahneman (2000a) 提出体验效用的两种评价方式:基于记忆的评价 (memory-based assessment) 与基于时刻的评价 (moment-based assessment)。

2.2.1 基于记忆的评价

基于记忆的评价接受个体对过去生活片段或者环境的回溯性评价 (作为记忆效用的) 作为有效数据。一般来说,对一系列连续的体验进行总体评价的规则主要有时间单调性 (temporal monotonicity) 与加权平均 (weighted averaging) (Fredrickson & Kahneman, 1993)。时间单调性是指,增加痛苦的时刻会使总体的体验更差,增加快乐则使其感觉更好。加权平均是指,对于增加到整体中的任何生活片段而言,每一时刻所分配到的权重相同。但是,早期的研究表明回溯性评价并不遵循这两个规则。例如, Redelmeir 和 Kahneman (1996) 的研究中,结肠镜检查病人在 0~10 分量表上每 60 秒报告一次痛苦程度后,再报告对这一医疗程序的总体评价。结果发现,顶点和终点的测量与病人的总体评价的相关是 0.67,而检查的持续时间与病人后来的总体评价只有 0.03,出现了持续性忽略 (duration neglect)。这一现象违背时间单调性原则,也意味着被试基于“峰终定律” (the peak-end rule) (Kahneman, Fredrickson, Schreiber, & Redelmeir, 1993) 的评价规则报告情绪体验。

上述分析说明,回溯性评价来测量体验效用可能会导致被试不真实的报告,或者说,当被试对总体幸福感进行评价时,被试可能选择性地回忆起峰值或者终点时刻的事件,导致被试对幸福感的报告失真。因此, Kahneman (2000b) 提出基于时刻的评价方式来测量体验效用。

2.2.1 基于时刻的评价

基于时刻的评价是指,当需要对一个延时结果进行评价时,代表整个结果的时刻被选择与建构,然后,这一延时结果就被指定为这一代表性时刻的价值 (Kahneman, 2000b)。在这一评价方式中,一个生活片段的总体效用源于即时效用的时间剖面图。时间分离的相关的生活片段同样适合于基于时刻的评价,因为效用剖面图也可能是相互联系的。例如,去香港旅游的总体效用应该包括随后的回想起来的场景。

对总体效用的测量源于时刻效用,而时刻效用的测量则需要满足以下条件:总括性 (inclusiveness); 跨情境的序数测量 (ordinal measurement across situations); 区别性中点 (distinctive neutral point); 人际间可比较性

(interpersonal comparability); 可分离性(separability); 时间中性(time neutrality)。这其中前四个条件是相对于时刻效用的测量的,而后两个条件是规范性条件(Kahneman, 2000b)。这些条件使得时刻效用对总体效用的建构具体化。

Kahneman 对这些条件进行的具体解释如下:

总括性是指时刻效用的测量应该包括与时刻评价相关的体验的所有方面,尤其是要反映以前的事件的情感结果以及与将来事件的期望有关的情感(如害怕、希望)。

跨情境的序数测量是指时刻效用的测量一定是可比较的。各种不同类型的体验一定是在同一个量表上进行测量的。

可区分性中值是指时刻效用的测量中,时刻效用的维度是两极的,从强烈高兴到中性,再从中性到强烈的痛苦。可区分性中值是既不是快乐,也不是不快乐,既不趋向,也不规避。

人际间可比较性是指对时刻效用进行测量的量表必须是能够个体或者群体之间的进行比较的。

可分离性是指时刻效用的体验顺序不影响总体效用。也就是说,一组活动的总体效用中,一个活动对总体效用的贡献独立于该活动之前或者之后的活动对总体效用的贡献。例如,网球与午餐两种活动的总体效用的测量如果遵循可分离性的话,那么,尽管午餐前打网球的总体效用比打网球后再进午餐活动的总体效用要低,但实际上两者对总体效用的贡献应该是独立的,不受顺序效用(order effect)的影响。

时间中性是指所有时刻在总体效用中的权重相等。总体效用是对已经完成的结果的测量,因而是对事实进行评价,不像决策效用(系列事件中最近的那一部分权重更大)和记忆效用那样(例如,峰终定律),结果与评价之间的时间差异与评价无关。

3 体验幸福的概念

实际上,在 Kahneman 看来,两种评价方式对应着两种自我,基于记忆的评价对应于记忆与评价自我(remembering and evaluating self),而基于时刻的评价对应于体验自我(experiencing self),而两种自我又对应于幸福的两种成分,即体验幸福(experienced well-being)与评价幸福(evaluated well-being)前者指个体在一定时间内体验到的即

时情感状态的统计结果,而后者是指在同样的时间内个体对其生活的总体的主观评价(Kahneman & Riis, 2005)。

体验幸福也就是 Kahneman 早期基于时刻评价方式以及时刻效用的测量假设提出的客观幸福的概念。客观幸福是指满足时刻效用测量假设的总体效用,是通过测量个体的情绪状态(特别是某一时刻的情绪状态)而获得的基于时刻评价的总体效用(Kahneman, 2000b; Alexandrova, 2005)。而“客观”一词意指体验的评价与判断是根据客观规则来形成,但是最后数据的收集还是源于主观体验。因此,可以说,体验幸福是基于体验效用的时刻评价方式获得的多重情感体验整合的结果。而最大的幸福也就是体验效用的最佳时间整合(Hsee & Hastie, 2006)。

实际上,评价幸福相对于第一种和第二种研究取向所要关注的主观幸福感,而体验幸福是第三种研究取向所要关注的主观幸福感。从本质上来说,评价幸福与体验幸福都是主观的,都是一定时间内的幸福水平。两者不是互相排斥的关系,但两者有一定的差异。第一,评价方式的不同。虽然两者都是对生活的评价,但各自的评价方式不同。评价幸福是基于记忆的评价方式的总体回溯性报告而获得的,如世界价值调查(world values survey),“总的来说,你对这些天的生活满意度如何?”。而体验幸福是基于时刻评价方式的即时报告而获得的,而且,体验幸福的测量可以避免被试的记忆偏差带来的不真实报告。评价方式的不同也导致了两个概念的侧重点不同,评价幸福更加侧重过去的生活体验总体感觉,而体验幸福强调即时体验。也就是说,两者从不同的时间角度来理解幸福,前者侧重过去,而后者侧重当下。第二,两者所对应的测量内容不同。前者是一个更加宽泛的概念,包括人们的情绪反应、领域满意度和生活满意度的总体判断(Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999),侧重从总体上测量人们对生活的总体评价;而后者则是一个相对具体的概念,将关注点主要放在人们生活中的情感体验以及在具体的生活事件中的时间分配。基于这两者的差异,研究者也发展了体验幸福的测量方法。

4 体验幸福的测量方法

根据体验幸福的定义与测量时刻效用的假

设条件,其测量方法应该让被试尽可能直接地在真实的时间下报告享乐与情绪体验,而且要分配适当权重到生活的各部分(Kahneman, Krueger, Schkade, Schwartz, & Stone, 2004a),还要尽可能避免自我报告中的问题框架的影响(Schwarz, 1999, 2007; Schwarz & Strnck, 1999)。对此,研究者主要发展了以下几种测量体验幸福的方法,并进一步提出测量社会或者国家层次上人们的幸福水平。

4.1 体验取样法

体验取样法(experience sampling method, ESM)是一种通过信号设备来收集个体在自然情境下当前的行为与情感体验数据的方法。一般认为,ESM与生态瞬时评估(ecological momentary assessment, EMA)是性质相同的方法,都是在真实时间测量个体即时体验的方法,只是它们源于不同的研究传统(Trull & Ebner-Priemer, 2009)。近年来,该方法被广泛应用于行为科学研究,尤其是临床评估。在使用这一方法时,被试在一定时间内(几天或几周),无论去哪里都随身携带一个电子记事簿(personal digital assistants, PDAs),例如掌上电脑(palm pilots),而且在这几天的时间中,实验者在某一时间通过PDA提示被试回答相关问题,从而获得个体参加各种活动时的即时体验(Shiffman, Stone, & Hufford, 2008; Riis, Loewenstein, Baron, & Jepson, 2005)。

基于时刻评价的体验幸福的测量也需要被试报告真实时间下的情绪体验, Kahneman (1999)首次提出使用ESM来测量体验幸福。此后,一些研究者采用ESM来测量体验幸福。例如,在一项研究中,每个被试要在一周内每天(从早上7点半到晚上10点)8次根据程序手表设定的时间和发出的信号来报告他们的活动与情绪(Csikszentmihalyi & Hunter, 2003)。当听到信号时,被试要完成一个包括开放性问题 and 多项目选择的表格与一个封闭式量表。开放性问题要求被试回答他们此刻正在做什么活动,多项目选择问题要求被试回答自己此刻与谁在一起,而封闭式量表则要求被试回答与这一时刻有关的范围更广的情感与情况。更具体地说,开放性问题也被分为各种类别,例如学校(学习,听讲座)、主动休闲(玩游戏,运动)、消极休闲(看电视,听音乐)等等。而情绪量表则包括快乐(悲伤)、强(弱)、自豪(害

羞)、友善(孤独)、激动(无聊)、主动(被动)的7点量表与一个10点量表(要求报告“你是否觉得你自己很好?”)。基于被试在一周时间内的各时刻的反应,结果不仅可以获得被试的即时情感体验情况,还可以了解被试的时间使用状况,因而研究者可以对比不同被试在不同时间的幸福水平。

显然,该方法由于要求被试即时报告当前的行为与情感,所以克服了回溯性报告所产生的回忆偏差,从而最大化生态效度。但是,ESM也存在一定的局限,例如,不适合大样本的测量(Kahneman & Krueger, 2006),需要花费大量的时间和金钱等。

4.2 日重现法

日重现法(day reconstruction method, DRM)是在ESM的基础上结合时间预算测量而发展起来的调查人们日常生活体验的方法。DRM评价人们怎么花费他们的时间和怎么体验他们生活中的各种活动和安排(Kahneman et al., 2004a)。

该方法要求被试通过完成结构化的问卷来重现前一天的生活。根据Kahneman等人(2004a)的研究可知,这一问卷包括四部分。在第一部分中,被试首先需要回答一些自己生活的一般性问题(如最近几天对总体生活以及在家与在工作中的生活满意情况)以及一些背景信息(出生、性别、婚姻、子女以及薪水等等)。在第二部分中,被试需要根据设计好的步骤来记录前一天在某一段时间内的具体活动。在第三部分中,被试需要回答对先前记录的每一项活动进行的时间、地点、和谁在一起等具体的细节问题,而且要对自己在这些活动中的情绪体验做出评价。在第四部分中,被试需要回答自己各种情绪体验的时间分配情况,以及一些与工作有关的具体情况。

日重现法符合与各种环境与活动相联系的体验效用的特征,而且提供了人们在各种情景、活动中如何分配时间的测量数据(Kahneman & Riis, 2005),因而是适合测量体验幸福的方法。基于对幸福的不同理解所采用相对应的测量方法——日重现法获得的研究结论与幸福感测量的金标准——ESM的结论一致。例如,在Kahneman等人(2004a)对1080美国在职妇女首次采用日重现法来测量体验幸福的研究发现,个体在日常生活中体验到的积极情绪与消极情绪差异较明显,

消极情绪相对较少出现且不严重,而且被试在大多数时间内表现出积极情绪。这一结论与早期ESM的研究结论一致。

这一研究工具无论是对基于体验效用概念的体验幸福及其评价规则的探讨都有着重要的应用价值。例如,相对于以前的实验室研究中被试只对结肠镜检查的病人的负向情绪进行报告,Miron-Shatz (2009)使用日重现法要求来自美国、法国和丹麦的被试分别报告他们在过去一天中每一个生活片段事件的正向和负向情绪进行报告,并分别计算持续性时间平均净情绪(duration-weighted net affect)与峰值和终值的净情绪。结果表明,与峰终定律的预测相反,持续性时间平均净情绪是被试对前一天的生活的总体评价的最好预测标准。

根据这一方法来测量被试的生活质量,Kahneman 等人(2004a)认为日重现法有如下重要优点:对客观活动与主观体验进行联合评价;对每一个生活片段的体验的持续时间能进行持续性权重分析;与体验样本相比,被试的负担大大减轻,被试报告的活动与体验更加全面;相比于日常体验的总体报告,日重现法的回溯性报告偏差更少;可以根据具体的研究需要,采纳其他的工具(量表),因而具有很高的灵活性。此外,采用日重现法得到的数据不仅可以比较生活环境对情感体验与总体生活满意度影响的比较,也可以用于被试间的比较(如不同年龄组之间的比较)或者被试内的比较(如一天中不同情境与时间的比较)。个体的收入对生活满意度的影响与对情感体验的比较为伊斯特林悖论(Easterlin paradox)(Easterlin, 1995, 2001)的解释提供新的理论依据(Kahneman et al., 2004a; Kahneman, Krueger, Schkade, Schwarz, & Stone, 2006)。而基于被试间的比较在微观层面上为个人的幸福感研究提供令人信服的数据支持,在宏观层面上 DRM 则成为国民幸福水平的测量以及国家间的幸福水平的比较的科学工具。

5 基于体验取样法与日重现法的国民幸福感测量

在ESM和DRM基础上,研究者进一步提出国民幸福感的测量方法,即国家幸福账户(national well-being accounts, NWBA)、国民时间账户(national time accounting, NTA)以及U指数

(U-index)。

5.1 国民幸福账户

NWBA 是指某国国民一定时间内参加各种活动的净情绪体验的总和。NWBA 是在体验幸福概念及其测量方法——DRM 的基础上提出的,Kahneman, Krueger, Schkade, Schwarz 和 Stone (2004b)提出其计算公式。根据体验效用的概念,体验效用可以表示为:

$$U_i = \sum_j h_{ij} \mu_{ij} \quad (1)$$

h_{ij} 是个体 i 参加活动 j (如与配偶一起洗碗)的时间,而 u_{ij} 是指在 j 活动时的净情绪体验。因此,某一国家的幸福总值可以表示:

$$WB = \sum_i \sum_j h_{ij} \mu_{ij} / N \quad \text{或者} \quad WB' = \sum_j H_j \bar{\mu}_j \quad (2)$$

N 是该国的人口总数, μ_{ij} 是指个体在 j 活动时的平均净情感体验(average net affect experienced), H_j 则是指活动 j 的花费的平均时间。根据公式(2),个体的净情感与时间使用的数据可以通过 DRM 来收集,每个人在活动 j 时的效用也可以通过ESM或者DRM来获得,而 H_j 可以通过独立的调查(美国劳动统计局的每月时间使用调查)来获得。

与生活满意度的自上而下的测量方式相比,国民幸福账户基于自下而上的方式通过个体参加活动的情感体验以及时间分配来测量国民幸福感(Kahneman et al., 2004b)。由于其数据主要由 DRM 来收集,因而国民幸福账户的测量也拥有 DRM 的优势。NWBA 有三个方面的用途:第一,一国的幸福感水平随着时间的变化的情况可以知道,而且幸福水平的增加或者减少也可以分解为由于各种情况下的时间分配的改变的成分或者由于给定的情境下的情感变化的成分;第二,对一定时间内的分组人口(贫困者与富裕者)而言,幸福水平的差异可能归因于不同活动的不同时间分配以及这些活动所产生情感差异;第三,国家之间的差异也可以根据时间分配情况与情感差异来做类似的分解(Kahneman, etal, 2004b)。

5.2 国民时间账户

Krueger, Kahneman, Schkade, Schwarz 和 Stone (2008) 提出一个更加内涵更加丰富的概念——NTA。同样,NTA 是一种基于时间分配与情感体验的测量社会幸福特征的方法。NTA 可以测量、比较和分析人们花费时间的方式一系列方法,包括对某一时间内不同国家或者一国之内的

不同群体之间的测量、比较和分析。

NTA 需要收集个体评价时间使用(evaluated time use)的数据,虽然 ESM 和 DRM 都能够获得个体在时间分配上的数据,但 Krueger 等人在 DRM 的基础上发展了一种更加简便且实用的方法,以适应 NTA 对社会幸福的测量,以及不通过国家之间的幸福的比较。Krueger 等人(2008)提出使用 DRM 的电话调查版本,即普林斯顿情感与时间调查(Princeton affect and time survey, PATS)来测量人们的时间使用情况。这一方法始于使用美国劳动局的时间使用的调查问卷,但是 Krueger 等人将该问卷中的一些不相关的问题删掉。具体来说,和日重现法一样,被试需要描述在前一日每一个生活事件(一段时间内被试参加的具体的活动)发生的具体情况(在哪里,做什么以及和谁在一起等问题)。当一整日的生活事件都被评价完后,3 个生活事件根据时间持续性比例被随机选取,然后被试要对着 3 个随机选取的生活事件回答一个包括 6 种情感体验(痛苦、快乐、疲倦、压抑、悲伤与有趣)的 5 分钟的模式化问题,而且这 6 种情绪报告的顺序是随机的。

研究发现,采用 PATS 所获得的个体的时间使用与情感体验的结果与采用 DRM 所获得的结果是一致的,而且其效度也是一致的(Krueger, Kahneman, Fischler, Schkade, Schwarz, & Stone, 2009)。

5.3 U 指数

NTA 以 U 指数作为幸福感的指标来表示一个社会或者国家的幸福水平,而且,研究者可以根据需要比较不同个体或者国家之间的幸福水平。

U 指数是测量个体花费在不愉快状态下的时间,U 代表不快乐(unpleasant)或者不想要(undesirable)(Kahneman & Krueger, 2006)。U 指数高的意味着幸福感低,而 U 指数低的话意味着幸福感高。根据他们的理论,U 指数的计算需要先确定哪些生活事件是不愉快的或者不愉快的。然后,根据每个不愉快的事件的时间,研究者得到个体花费处于不愉快状态的时间与一天的总时间相比所得到的一个分数,即 U 指数。对于不愉快事件的区分,他们认为如果个体在日重现法中对于一个消极生活事件报告出最强烈的情感时,那么这一生活事件就被认为不愉快的。这一区分方法表明,愉快或不愉快是以序数测量来区分的,

这使得 U 指数不仅解决了个体在报告时对要回答的问题的潜在的理解不一致问题,而且可以用于比较不同个体、不同群体之间幸福感的异同和不同活动所带来的情感体验的异同。

与 NWBA 户的规范性分析方式不同,NTA 则通过 U 指数的方式来实现其对国民幸福感的描述性分析。事实上国民幸福账户只停留在理论假设上,而国民时间账户则已经用于实证中的国民幸福的测量、分析与比较。例如, Krueger 等人(2008)使用 PATS 来调查美国人的时间使用情况以及情感体验,然后通过 U 指数来比较不同群体之间、不同活动之间以及不同国家之间的幸福感。结果发现,男人的 U 指数比女人低,黑人和西班牙裔的美国人的 U 指数比白人的要高;而在各项活动中,U 指数最高的活动是做家务、接受医疗服务,为挣钱而工作等,而 U 指数相对较低的活动主要是自由选择的活动,如宗教祈祷、运动、娱乐与社交活动等;看电视、烹饪与志愿活动的 U 指数则是中等(列举的只是部分结果,U 指数实际上可以提供更多的比较)。

更加吸引人的成果则来自于幸福感的跨国比较。研究者使用“合成”U 指数(“synthetic” U-index)某一国家的幸福感水平,进而比较两国之间的总体幸福感差异。对于活动 i 的“合成”U 指数($U_{j,k}$)的计算公式如下:

$$U_{j,k} = \sum_i \bar{H}_i^j \bar{U}_i^k \tag{3}$$

其中, \bar{H}_i^j 代表国家 j 的时间分配, U_i 是指国家 k 的 U 指数(Krueger et al., 2008; Krueger et al., 2009)。研究者选取美国和法国两个城市的女被试使用 ESM 收集的数据表明,如果依据法国和美国妇女的时间分配(要么是通过美国妇女评价活动的平均数,要么是通过法国妇女评级活动的平均数)来进行测量,那么法国妇女的“合成”U 指数要低于美国妇女的“合成”U 指数。尽管研究者选取的是美国和法国的两个城市的被试,而且“合成”U 指数的差异并不在统计学上显著,但该方法适合更大样本的“合成”U 指数的计算,因此将该结果推广到作为一个整体的国家可能更加精确的评估幸福水平的差异。

6 基于体验幸福及其测量的公共政策评价

基于体验效用概念的体验幸福不仅可以通过科学的测量方法来直接测量,而且其测量结果

更加全面的反映了人们的生活,因而也为公共政策的评价以及制定提供了更具有参考价值和更值得信赖的科学依据。具体地来说,可以从以下几个方面来应用体验幸福的研究成果来评价与制定公共政策。

第一,体验效用作为公共政策评价标准。公共政策的目标是效用最大化,或者说,幸福最大化。目前,经济学在公共政策的评价和制定中其中最重要的作用,但经济学并不直接测量幸福,而是通过测量个体的选择来推断其偏好,进而根据个体的偏好来制定公共政策。也就是说,政策的评价和制定是基于决策效用的。更多的收入导致更多的自由选择,更好地获得决策者偏好的商品,从而体验到更大的效用。当人们是完全理性时,他们的选择将会使得公共政策的效用最大化。但是,正如伊斯特林悖论所揭示的那样,收入的增加并不一定会导致幸福水平的提高。单纯的收入指数忽略了更加重要的内容(Diener & Seligman, 2004)。因而,幸福指数应该纳入到公共政策的评价中来。实际上,主观幸福感及其测量价值对公共政策的评价也被经济学家与其他社会科学家注意到(Diener, 2006; Diener & Seligman, 2004; Frey & Stutzer, 2002; Layard, 2005)。同时, Kahneman 和 Sugden (2005) 提出采用体验效用作为经济政策的评价标准,也就是说,以最大化人们的享乐体验作为经济政策的评价标准。Loewenstein 和 Ubel (2008) 则认为,公共政策的评价需联合基于选择的决策效用与基于享乐的体验效用两种标准,而且视具体情况的需要。如果以体验效用来衡量公共政策的话,那么,基于体验效用的体验幸福及其测量方法则是为这一评价标准提供可供参考的具体指标,如 NWBA、NTA 与 U 指数。

第二,应用体验幸福的测量方法为公共政策的评价与制定提供有可供参考的数据。EMA、DRM 以及体验幸福的国民账户测量为公共政策的评价提供了更加丰富、客观的科学数据,而且基于这些测量方法所获得的数据为公共政策的实施提供了参考。就基于时刻评价方式的体验幸福而言,其测量方法主要关注个体在不同活动中的时间分配与情感体验。相对地,政策制定者不仅可以通过国民幸福账户或者国民时间账户来了解新政策的实施所带来的国民幸福水平的变

化,而且可以通过人们参加的活动的分配情况及其情感体验情况,从而评定相关的政策对国民幸福水平的影响,进而制定合适的政策。具体来说,政府或者商业机构可以根据 NWBA 或其中人们在不同活动中的时间分配情况与情感体验情况,来评价各个领域的政策结果,如公共医疗健康、社会服务、娱乐、工作以及环境等具体领域(Diener, 2006)。当然,体验幸福作为评价公共政策的一个指标,与其他指标是互补的关系(Krueger et al., 2008)。

总的来说,体验幸福的研究者从效用的区分到体验效用的重新发现,并提出与发展基于体验效用的体验幸福概念与测量方法,再到其对公共政策中的应用启示,循着理论与实践、宏观与微观相结合的思路,为主观幸福感的研究提供了新的视角,从而为人们的幸福水平的提高提供了新的理论视角。

参考文献

- Alexandrova, A. (2005). Subjective well-being and Kahneman's objective happiness. *Journal of Happiness Studies*, 6, 301-324.
- Chu, K. P., Diener, E. D., Tamir, M., Scollon, C., & Diener, M. (2005). Integrating the diverse definitions of happiness: A time-sequential framework of subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*, 6, 261-300.
- Csikszentmihalyi, M., & Hunter, J. (2003). Happiness in everyday life: The uses of experience sampling. *Journal of Happiness Studies*, 4, 185-199.
- Diener, E. (2006). Guidelines for national indicators of subjective well-being and ill-being. *Applied Research in Quality of Life*, 1, 151-157.
- Diener, E., Eunkook, S., Richard, L. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2004). Beyond money: Toward an economy of well-being. *Psychological Science in the Public Interest*, 5, 1-31.
- Easterlin, R. (1995). Will raising the incomes of all increase the happiness of all? *Journal of Economic Behavior and Organization*, 27, 35-48.
- Easterlin, R. (2001). Income and happiness: Towards a unified theory. *Economic Journal*, 111, 465-484.
- Fredrickson, B. L., & Kahneman, D. (1993). Duration neglect in retrospective evaluations of affective episodes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 45-55.
- Frey, B. S., & Stutzer, A. (2002). What can economists learn from happiness research? *Journal of Economic Literature*,

- 40, 402–435.
- Hsee, C. K., & Hastie, R. (2006). Decision and experience: Why don't we choose what makes us happy? *Trends in Cognitive Sciences*, 10, 31–37.
- Kahneman, D. (1999). Objective happiness. In E. Diener, N. Schwarz, & Kahneman (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 3–27), New York: Russell Sage Foundation.
- Kahneman, D. (2000a). Experienced utility and objective happiness: A moment-based approach. In D. Kahneman & A. Tversky (Eds.), *Choices, values and frames* (pp. 673–692). New York: Cambridge University Press and the Russell Sage Foundation.
- Kahneman, D. (2000b). Evaluation by moments: Past and future. In D. Kahneman & A. Tversky (Eds.), *Choices, values and frames* (pp. 293–308). New York: Cambridge University Press and the Russell Sage Foundation.
- Kahneman, D., Fredrickson, B., Schreiber, C. M., & Redelmeir, D. (1993). When more pain is preferred to less: Adding a better end. *Psychological Science*, 4, 401–405.
- Kahneman, D., & Krueger, A. B. (2006). Developments in the measurement of subjective well-being. *Journal of Economic Perspectives*, 20, 3–24.
- Kahneman, D., Krueger, A., Schkade, D. A., Schwartz, N., & Stone, A. A. (2004a). Toward national well-being accounts. *American Economic Review*, 94, 429–434.
- Kahneman, D., Krueger, A., Schkade, D. A., Schwarz, N., & Stone, A. A. (2004b). A survey method for characterizing daily life experience: The day reconstruction method. *Science*, 306, 776–780.
- Kahneman, D., Krueger, A., Schkade, D. A., Schwarz, N., & Stone, A. A. (2006). Would you be happier if you were richer? A focusing illusion. *Science*, 312, 1908–1910.
- Kahneman, D. & Riis, J. (2005). Living, and thinking about it: Two perspectives on life. In F. Huppert, N. Baylis, & B. Keverne (Eds.), *The Science of Well-Being* (pp. 285–306). Oxford, London: Oxford University Press.
- Kahneman, D. & Sugden, R. (2005). Experienced utility as a standard of policy evaluation. *Environmental & Resource Economics*, 32, 161–181.
- Kahneman, D., & Thaler, R. H. (2006). Anomalies: Utility maximization and experienced utility. *The Journal of Economic Perspectives*, 20, 221–234.
- Kahneman, D., Wakker, P. P., & Sarin, R. (1997). Back to Bentham? Explorations of experienced utility. *The Quarterly Journal of Economics*, 112, 375–405.
- Krueger, A., Kahneman, D., Schkade, D., Schwarz, N., & Stone, A. A. (2008). National time accounting: The currency of life, mimeo., Princeton University. Available at www.krueger.princeton.edu/nta2.pdf.
- Krueger, A., Kahneman, D., Fischler, C., Schkade, D., Schwarz, N., & Stone, A. A. (2009). Time use and subjective well-being in France and the U.S. *Social Indicators Research*, 93, 7–18.
- Keyes, C. L. M., & Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 1007–1022.
- Layard, R. (2005). Happiness and public policy: A challenge to profession. *The Economic Journal*, 116, 24–33.
- Loewenstein, G., & Ubel, P. A. (2008). Hedonic adaptation and the role of decision and experience utility in public policy. *Journal of Public Economics*, 92, 1795–1810.
- Miron-Shatz, T. (2009). Evaluating multi-episode events: A boundary condition for the peak-end rule. *Emotion*, 9, 206–213.
- Read, D. (2007). Experienced utility: Utility theory from Jeremy Bentham to Daniel Kahneman. *Thinking & Reasoning*, 13, 45–61.
- Redelmeier, D., & Kahneman, D. (1996). Patients' memories of painful medical treatments: Real-time and retrospective evaluations of two minimally invasive procedures. *Pain*, 116, 3–8.
- Riis, G., Loewenstein, G., Baron, J., & Jepson, C. (2005). Ignorance of hedonic adaptation to hemodialysis: A study using ecological momentary assessment. *Journal of Experimental Psychology: General*, 134, 3–9.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141–166.
- Schwarz, N. (1999). Self-reports: How the questions shape the answers. *American psychologist*, 43, 93–105.
- Schwarz, N. (2007). Retrospective and concurrent self-reports: The rationale for real-time data capture. In A. Stone, S. S. Shiffman, A. Atienza, & L. Nebeling (Eds.), *The science of real-time data capture: Self-reports in health research* (pp. 11–26). New York: Oxford University Press.
- Schwarz, N., & Strnck, F. (1999). Reports of subjective well-being: Judgmental processes and their methodological implications. In D. Kahneman, E. Diener, N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 61–84). New York: Cambridge University Press.
- Stone, A. A., Schwartz, J. E., Schwarz, N., Schkade, A., Krueger, A., & Kahneman, D. (2006). A population approach to the study of emotion: Diurnal rhythms of a working day examined with the day reconstruction method. *Emotion*, 6, 139–149.
- Shiffman, S., Stone, A. A., & Hufford, M. R. (2008). Ecological momentary assessment. *Annual Review of*

Clinical Psychology, 4, 1–32.
Trull, T. J., & Ebner-Priemer, U. W. (2009). Using experience
sampling methods/ecological momentary assessment

(ESM/EMA) in clinical assessment and clinical research:
Introduction to the special section. *Psychological
Assessment*, 21, 457–462.

Experienced Utility-Based Well-being and Its Measure

LIU Teng-Fei¹; XU Fu-Ming^{1,2}; SUN Yan²; ZHANG Jun-Wei¹; JIANG Duo¹

¹ School of Psychology, HuaZhong Normal University, Wuhan 430079, China)

² Institute of Psychology, Chinese Academy of Sciences, Beijing 100101, China)

Abstract: Experienced well-being is an integration of multiple emotional responses measured by moment-based assessment which is based on experienced utility. The concept of experienced well-being proposed by Kahneman and his collaborators mainly stems from their rediscovery and interpretation for utility. Experienced utility moment-based assessment and hypotheses for measuring moment utility constitute the theoretical basis of experienced well-being. The methods for measuring experienced well-being mainly include experience sampling method and day reconstruction method. Based on these two methods, national well-being accounts and national time accounts analyze more directly how people distribute their time and how they experience emotions in daily life. Furthermore, the concept of experienced well-being and its measurement offer concrete, real and referable scientific data for evaluating and making public policies.

Key words: experienced well-being; experienced utility; day reconstruction method; public policy