

在河北,你的幸福感有多少,从哪儿来,怎样才能更幸福?

昨日,国家统计局河北调查总队发布河北幸福度情况分析,结果显示:河北省居民总体感觉比较幸福,生活幸福度(0-10区间)为7及以上人员占全部调查对象的比重达79.5%。其中,幸福度为10的人员占全部调查对象的比重为17.7%,幸福度为5以下的人员占全部调查对象的比重为9.2%。

据悉,2018年,国家统计局组织开展了第二次全国时间利用调查,河北调查总队以入户调查的方式在全省11个设区市38个县(市、区)开展了时间利用调查,共调查2085户居民家庭的5089人,调查对象为15周岁及以上常住成员。通过连续记录被调查者全天24小时的活动,获得居民在生理必需活动、有酬劳动、无酬劳动、个人自由支配活动、学习培训和交通活动上花费的时间。通过时间利用调查数据,度量幸福度,解析影响我省居民幸福度的生活习惯。分析显示,读书报期刊是唯一随着活动时间增长幸福度也逐步升高的活动。



燕都融媒体记者 李春炜

男人比女人略幸福、15岁至24岁最幸福、月入一到两万最幸福、研究生最幸福……

# 河北人快来看 你幸福度有多高

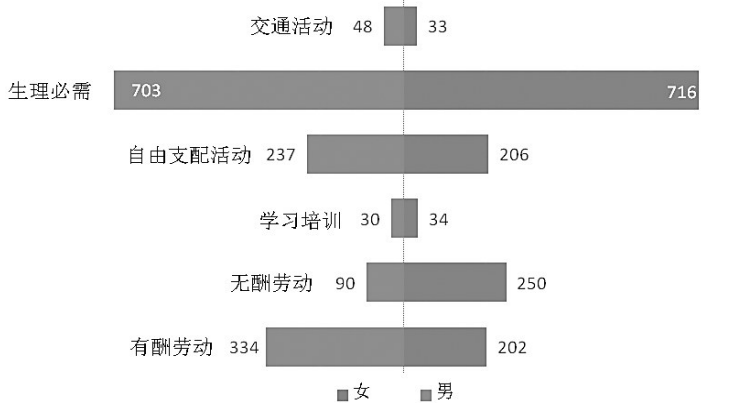


图1:分性别生活时间分配情况(单位:分钟)

## 数据

### 在河北,什么人更幸福?

#### ◎男性比女性幸福度略高

数据显示,河北男性居民的生活幸福度为7.83,女性居民的生活幸福度为7.78,男性的生活幸福度略高于女性。

根据数据分析,男性幸福度比女性高的原因主要来自两个方面:一是男性有酬劳动时间远高于女性,在社会中承担更多事务,使得男性更容易从工作中获得成就感和满足感;二是在自由支配时间上男性也高于女性(见图1)。男性工作时间高于女性,但回家后的无酬劳动时间仅为女性的36%,拥有的自由支配时间更多,更容易体验到幸福感。

#### ◎15岁至24岁的人幸福度最高

调查显示,15岁至24岁年龄组的人幸福度达到7.99。25岁至54岁年龄组幸福度稳定在7.81左右;55岁至64岁年龄组的人幸福度下降到最低点,仅为7.69。65岁以后,幸福度再次升高,达到7.82。调查显示,75岁以上老人的幸福度与25岁至54岁年龄组的幸福度基本持平。

#### ◎研究生群体幸福度最高

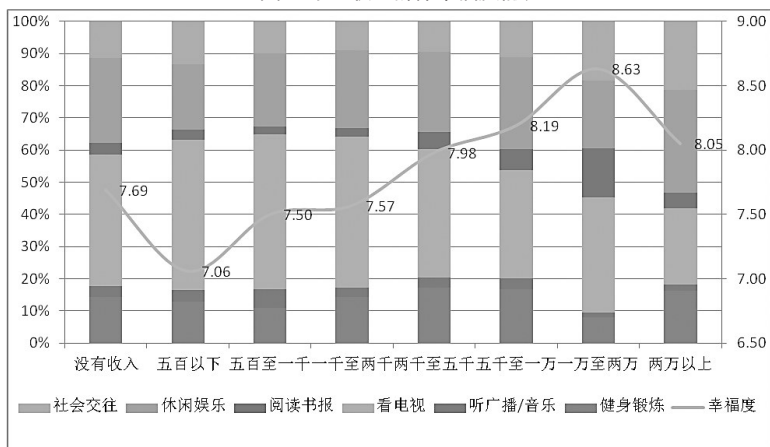
调查显示,研究生群体的幸福度最高,达到8.18;其次是本科生群体为8.04;未上过学群体的幸福度最低,仅有7.54。

专家分析,伴随社会飞速变革,学历背景与就业、收入、结婚、孩子培养的关联度越来越高,高学历群体更容易找到心仪工作,收入比较高,生活更加充实,有实力把孩子培养得更好,这些因素都会间接影响到个人的幸福度。

#### ◎月入1万至2万元幸福度最高

数据显示,月收入在500元至20000元各个群体中,幸福度随收入的增加而增高,幸福度保持逐渐上升趋势。其中,月收入在500元以下群体的幸福度最低,为7.06;月收入在10000元至20000元的群体的幸福度最高,达到8.63。但月收入超过2万元的最高收入群体,幸福度却低于月收入5000元至20000元群体。无收入群体的幸福度也不是最低的,高于月收入500元至2000元群体。(见图2)

图2:不同收入群体幸福度情况



## 分析

### 幸福从哪儿来?

#### ◎幸福来自稳定的生活状态

从年龄层利用时间的情况分析,专家表示,15岁至24岁生活的重心主要在学习,学习之余的时间可自由支配,生活最为纯粹,幸福度也最高。

25岁以后生活重心发生了重大转变,有酬劳动时间所占比重成为生理活动以外最大的部分,表明进入社会后,工作、结婚生子、抚养孩子的压力同时增大,因此幸福度迅速降低。在25岁至35岁之间,幸福度从7.99下降到7.81左右,是幸福度下降幅度最大的。

25岁至54岁这段时间生活状态基本维持不变,有酬劳动时间依然占据很大的比例,工作依然是生活的重心,幸福度也未发生太大变化。

55岁至64岁年龄组的人面临退休、操办孩子结婚、抚养隔代孩子等任务,有酬劳动时间缩短,无酬劳动和自由支配时间明显增加,生活状态再次发生变动,导致幸福度下降。该年龄段幸福度降到最低水平。

65岁以后无酬劳动与自由支配时间比重上升,有酬劳动时间逐渐降到最低程度,逐渐习惯了生活的重心回到家庭,幸福度再次上升。75岁以后生活状态最为稳定,幸福度回升到最高水平,达到7.97。

#### ◎幸福来自不断增长的知识

从时间分布角度观察不同学历分组的幸福度时,专家发现,学历越高幸福度相对越高。虽然高学历人群有酬劳动时间相对较长,表明工作会挤占更多高学历人群的时间,即使这样高学历人群仍然分配了比其他群体更长的时间用来学习和阅读书籍。

调查显示,研究生群体阅读书籍报期刊时间最长,平均每天34分钟,未上过学群体阅读书籍报期刊时间仅为3分钟;研究生群体学习培训的平均时间为1小时6分钟,远高于其他群体。可见,研究生群体压缩其他的时间用来学习和读书,这使得研究生群体不断充实自己的知识储备,精神世界更加充实,时间利用也更有意义,表明不断获得新知识、新思维能提高人们的幸福度。

#### ◎幸福来自合理的时间分配

通过对调查结果分析,专家还发现,更好地分配利用时间,能够有效提升个人幸福度。

调查显示,研究生群体时间分配最为合理,自由支配时间是所有分组中最少的,但休闲娱乐看电视时间为67分钟,为各群体中最多的,相较于休闲娱乐看电视时间却是最短的,仅有23分钟,比未上过学的群体少2小时28分钟。可见,研究生群体将自由支配时间主要分配到休闲娱乐上。

同样,调查显示,研究生群体无酬劳动时间相对较低,但陪伴照料孩子生活的时间却远高于其他分组。研究生群体照料孩子的时间占到无酬劳动时间60.2%,高于平均水平32个百分点,表明将有限的时间用在放松或陪伴家人能够有效地提升幸福度。

## 建议

### 如何才能更幸福?

#### ◎多看书,多陪家人,多参加公益活动

在分析不同幸福度分组之间与不同活动时间的关系时,专家发现,“阅读书籍报期刊”是唯一随着活动时间增长幸福度也逐步升高的活动。虽然看电视是占用居民自由支配活动最长的一项活动,但通过不同幸福度分组发现,幸福度较低的群体更爱看电视。

分析显示,陪伴家人、参加公益活动和听广播或音乐等活动均与幸福度基本成正相关关系,幸福度最高的群体上述几项活动时间均为5个分组中最长的。此外,健身锻炼时间与幸福度基本呈正相关,想要更加幸福,必须保持健康的身体。

#### ◎完善公共服务和社会保障

专家建议,通过增加就业机会能有效提升幸福度。增加就业机会,对个人而言,能激励其把更多的时间投入工作,获取收入,增加消费,获得更高的幸福度;对社会而言,能扩大劳动供给、拉动消费需求,为经济高质量发展提供内生动力。

专家还建议,进一步完善公共服务和社会保障,加快交通基础设施建设,增加医疗服务供给、扩大养老和医疗保障覆盖面。同时,加快发展养老、家政、托管等服务性消费领域,让人民有更多的时间读书、休闲、陪伴家人。

未来幸福度的提升、个人自由而全面的发展,还离不开持续不断的学习。专家建议,进一步突出知识和人才的重要性,在全社会弘扬学习之风,营造尊重知识、尊重人才的良好氛围,同时丰富城乡居民的精神文化生活,从而进一步提升人民的幸福感与获得感。

