



PASCAL 国际观测站

第 14 号政策简报

构建幸福、可持续的学习型城市

Peter Kearns

PASCAL 国际观测站理事会成员

摘要

联合国可持续发展目标以及在可持续发展中提升人民福祉的重点在于研究如何提升社区中的幸福感和居民福祉，使之作为可持续发展的重要方面。自 2012 年起每年发布的《世界幸福报告》（World Happiness Reports, WHRs）给出了一系列指标，这些适用于大部分国家的指标也推动了提升福祉的需求。据该报告显示，北欧国家的幸福程度较高，且幸福感低与贫穷和弱势之间具有相关性。2017 年的幸福报告指出，幸福感应被作为衡量社会进步的指标之一，也应该是社会进步所追求的目标。

北欧发展模式实现较高幸福水平的模式固然令人羡慕，但近期《国家地理——寻找幸福》对丹麦、新加坡和哥斯达黎加三国的情况进行对比，认为提高幸福感的途径多种多样。2016 世界幸福报告提出了幸福感的六大要素。

积极心理学的发展为提升社区幸福感提供了指导，如 Seligman 提出的对快乐感和满足感的区分。通过志愿服务和社区合作项目获得的满足感应当纳入学习型社区人生的所有阶段，这对积极老龄化的过程尤为重要。

幸福感和福祉应当作为学习型城市/社区发展的明确目标，且需有相应政策和活动实现居民的生活目标和意义。建设社区的学习型文化应纳入个人发展和当地社区行动中，也应作为培养同理心、公民意识和全球意识的一种手段。

将社区的可持续性与幸福感和人民福祉紧密连接

在联合国可持续发展目标背景下，可持续性已经成为重要发展目标之一，这就提出了一个问题：可持续性是否能够与社区幸福感和福祉的提升同步实现？自 2012 年开始发布的世界幸福报告公布了相关指标，对这些重要的发展问题予以澄清。

经济学家 Jeffrey Sachs 对上述关系有如下评论：

虽然 2030 可持续发展议程讲的是目标、时间、人权和国家责任，但这个议程明显体现了人类福祉的隐性理论，特别是人类福祉应通过经济、社会和环境目标的整体规划而实现，而非单纯追求经济增长（Sachs, 2016:4）。

这种说法构建了一种将人类福祉与整体发展方式相关联的理论，正如 2030 议程所示，这种说法提出了一系列学习型城市相关的重要问题。学习型城市的整体规划已经由 PASCAL 国际观测站在 EcCoWell 理念中制定出来，并在 EcCoWell 2 的版本中进一步深化，将幸福纳入最初的 EcCoWell 层面中。EcCoWell 2 体验在确认学习型城市发展的整体规划是否有利于提升幸福感和福祉方面，有重大意义。

2017 年世界幸福报告进一步研究并认为，幸福感应被作为衡量社会进步的指标之一，也应该是社会进步所追求的目标（World Happiness Report 2017:3）。将来的学习型城市研究成果需进一步考察该问题，以便找出可持续发展中幸福感和人类福祉的地位。

近期研究成果的启示

2012 年以来世界幸福报告中的证据以及联合国可持续发展目标都让幸福感和福祉的提升成为可持续发展的重要因素。150 多个国家都可以看到这些报告中的指标，另外部分章节有特定主题，如 2017 年的报告阐述了中国和非洲的情况。

这些报告中持续出现的一些启示有：

- 10 个幸福感表现最佳的国度中，北欧国家占了 5 个（丹麦、挪威、瑞典、芬兰和冰岛）。
- 最贫困国家都位列幸福感最低的国度中，让不平等日益突出的诸多情形中，又多了一项‘幸福感不平等’。

2016 年报告的撰写人认为，四分之三的人类幸福感依靠六大要素：强势经济增长、良好的预期寿命、良好的社会关系、宽宏、信任以及选择适合自己生活的自由。

报告中的分析和数据都可供使用，使得不少著作能够引用此类信息。2017 年 11 月的《国家地理》比较了丹麦、新加坡和哥斯达黎加三国的幸福感，认为有多种途径可以提升幸福感。

- 丹麦的情况体现了典型的北欧社会民主模式，如‘咸水湖’的概念、‘良好的终身学习’、‘构建保护个人不受不幸困扰的文化和社会’等概念都有体现。
- 新加坡的情况体现了国家领导层长期执行经济、社会和环境发展强势战略模式所带来的影响。
- 哥斯达黎加体现了拉丁美洲背景下的另一种提升幸福感的方式，这种方式提倡生活和工作的平衡，同时追求快乐、健康、信仰，并以家庭为重。

上述各个案例都体现了高度信任和良好的社会关系。最能体现北欧模式的要数瑞典的“咸水湖（lagon）”概念（即万事皆需适度），这个概念唤醒了我们的意识并让我们持续提出问题，让我们的生活更有目的，保持探寻的思维模式，研究我们的行为，持续改善生活方式并保护我们所珍视的东西（Akerstrom, 2017: 162）。

瑞典的“咸水湖”模式在“联合国教科文组织学习型城市大会科克行动宣言”纳入的部分想法中得以强化，该宣言旨在构建处处留心的学习型文化。

我们希望在自己的城市中构建处处留心的学习型文化，通过在当地执行可持续发展目标的行动，培养全球意识和公民意识（UIL, 2017）。

除了世界幸福报告，不丹王国制定的“国民幸福指数”以及国家幸福感目标，也引起了很大关注。该综合指数包括四大支柱和九个领域。不丹研究及国民幸福研究中心的一份报告对2015年的国民幸福指数进行的研究，指出自2010年来，不丹人民幸福感有所提升，91.2%的人“强烈、广泛或深度感到幸福”（Centre for Bhutan Studies & GNH Research, 2015）。不丹和EcCoWell 2一样，采取的是整体幸福规划，所以不丹的相关进度也值得跟进。

积极心理学的近期发展对于学习型城市在其社区寻求提升幸福感和福祉的方式方法也有一定价值。Seligman就提出了需对快乐感和满足感进行明确区分。

- 快乐感是指来自感官的且持续时间短暂的身体上的快乐。
- 而满足感让我们感到充实并沉浸其中，让我们的生命更有意义...（Seligman, 2002: 102-113）。

学习型城市和社区有重要区别。快乐感可以通过文化节等方式在构建幸福感方面发挥作用，而志愿活动等可以带来满足感，让幸福感和福祉更为持久，并增加生命的意义。满足感对于积极老龄化战略尤为重要。

在提升幸福感方面，学习型城市面临的主要挑战就是在整个生命周期中的人生各个阶段构建生活意义。Emily Smith的近作《意义的力量》指出了意义的四个方面：归属、目的、回顾和超越（Smith, 2017: 41）。归属感和目的性在社区建设中很常见，而回顾和超越，如果构建得当，可以让各项倡议提升到一个新高度。

幸福感已经纳入EcCoWell 2概念的层面，而且需要相当的创新和发展，才能在不同背景下寻求提升幸福感的良好方式。

在2016年世界幸福报告中，Sach讨论了幸福感和可持续发展之间的关系，认为需对可持续进行整体规划，因为这种规划很可能是实现可持续幸福感的途径，同时也需认识到人类福祉的成因是比较复杂（Sachs, 2016: 2-3）。

关于制定政策做法的一些启示

在可持续发展目标背景下强调幸福感和福祉的重要性对于学习型城市政策和做法具有一系列的启示。

- 幸福感应是学习型城市发展的明确目标，应从世界幸福报告和积极心理学以及相关学科中吸取经验。
- 相关战略应当认识到人生各个阶段满足感的重要性，其中积极老龄化应作为重点。
- 学习型城市应当致力于为人生带来目的感和意义，合作社区项目将为实现这个目标发挥作用。
- 诸多有关幸福感和福祉的证据表明，当地社区行动很重要，如学习型邻里倡议等，这类行动可以为人生带来归属感和目的性。
- 研究表明，培养幸福感和福祉十分重要：这应当是学习型城市规划的主要目标。
- 学习型城市应当致力于建设将个人发展和地方行动结合起来的学习型文化，并培养同理心和全球意识。

建议行动

- 在加强社区幸福感和福祉方面，学习型城市倡议应注意考量上述政策启示。
- 在跟踪EcCoWell 2幸福感和福祉的重要性以及执行科克宣言方面，PASCAL应与联合国教科文组织终身学习研究所合作。

参考文献

World Happiness Report 2016. Retrieved 12 November 2017 from <http://worldhappiness.report/wp-content/uploads/sites/2/2016>

Chap 2 The social foundations of world happiness.

Chap 4 Sachs, J. Happiness and sustainable development: concepts and evidence.

World Happiness Report 2017. Retrieved 12 November 2017 from <http://worldhappiness.report/wp-content/uploads/sites/2/2017>

Chap 1 Overview

Chap 3 Growth and happiness in China

Chap 4 Working for happiness in Africa

Chap 5 The key determinants of happiness and meaning.

Akerstrom, L. (2017)*Lagon*. London: Headline Publishing Group.

Centre for Bhutan Studies & GNH Research (2015) *Bhutan's 2015 Gross National Happiness Index*. Retrieved 29 December 2017 from www.bhutanstudies.org.bt/publicationFiles/2015GNHSummary.

National Geographic. November 2017. *The search for happiness*. Retrieved 2 January 2018 from <https://www.nationalgeographic.com/magazine/2017/11/worlds-happiest-places/>

OECD (2017) *How's Life: Measuring Well-being*. Paris:OECD

Seligman, E. (2002) *Authentic happiness*. London: Free Press.

Smith, E. (2017) *The Power of Meaning*. London: Rider.

PASCAL 国际观测站可以帮助推广和验证创新解决方案。

我们学习型城市网络联盟中的专家能够：

- 为校长级别的大学领导人、包括市长在内的城市领导人、以及行政官员、国家和区域内政府的政策决策者进行宣传。
- 通过制作一份独立报告和一个活跃的网站，吸引慈善部门参与并发展其主要理念。
- 通知并聘请当地的商界领袖，他们可以帮助确定教育和技能需求，并提升年轻人的创业精神。
- 确定基金会和国家研究委员会的研究重点。

联系我们：<http://pascalobservatory.org>