

中国女性的“幸福悖论”

——时间分配视角下家庭工作平衡对女性幸福感的影响研究

盖嘉 郑晓莹 涂艳苹 林荫 徐菁*

摘要:当代中国女性不仅承担着照顾家庭的责任,也在追求个人事业的发展。家庭工作两不误成为当代女性的理想典范,也是许多中国女性渴望实现的目标。然而,兼顾家庭和工作究竟给女性带来了双重收获,还是双重负担?本文基于时间分配视角,结合一项情境实验和两项全国性的二手数据,揭示了中国女性所面临的“幸福悖论”:在社会认知上,人们普遍相信家庭工作平衡理应促进女性幸福感,女性自身也持此认知;但从女性的实际体验来看,女性在时间分配决策上采取平衡策略反而会降低其幸福感。本文研究发为更好地理解当代中国女性所面临的困局,以及尝试为解决上述困局、提高女性幸福感提供了有益参考。

关键词:女性幸福感;家庭工作平衡;时间分配;社会认知;实际体验

中图分类号: C915; C93; C92

JEL 分类号: C91; D6; D9; I31; J1

一、引言

中国女性在长达两千年的封建社会中一直处于男性和家庭的从属地位。所谓“妇人,从人者也;幼从父兄,嫁从夫,夫死从子”¹。彼时,女性承担着生养子嗣、家务劳动和维系家庭伦理关系的任务,且其存在的价值和意义完全由父系伦理秩序来规范和定义。20世纪初,五四新文化运动和妇女解放运动等一系列性别革命开启了中国女性的新篇章。随着新中国成立,中国女性开始广泛参与到政治、经济、社会等各领域活动中去。然而,女性在获得重新定义自己机会的同时,也面临着如何构建自己的性别角色和个人价值等重大问题。众多女性开始拥有自己的职业角色,并以此来确立自身的社会价值和独立的经济地位(Brewster and Padavic, 2000)。中国

* 盖嘉(通信作者),北京大学光华管理学院, E-mail: gai@gsm.pku.edu.cn; 郑晓莹,中山大学商学院, E-mail: zhengxy89@mail.sysu.edu.cn; 涂艳苹,北京大学光华管理学院, E-mail: yanping.tu@gsm.pku.edu.cn; 林荫,中国传媒大学经济与管理学院, E-mail: yinlin_1217@qq.com; 徐菁,北京大学光华管理学院, E-mail: jingx@gsm.pku.edu.cn。作者感谢匿名审稿人和编辑部的宝贵意见,并感谢北京大学社会研究中心在研究初期的建议和帮助,当然文责自负。

1 出自《礼记·郊特牲》。

社会经济的繁荣发展为中国女性就业提供了丰沃的土壤,使中国女性成为和男性同样重要的“半边天”(刘爱玉和佟新,2014)。然而,因其生理和天然母性的自然属性以及社会赋予的性别角色,女性在养育后代、照顾家庭方面仍然是责任和渴望并存(Killewald and Gough, 2010)。一个完美的女性似乎既要拥有事业,又要拥有家庭和孩子。只拥有事业的女性(女强人)或者只拥有家庭生活的女性(家庭主妇),其人生常常被认为是有所缺失的。因此,社会大众,包括女性自身,似乎存在一个普遍认知:家庭工作平衡是女性的理想状态,平衡会使女性更幸福。那么,女性的切身体验又如何?家庭与工作的双重角色给女性带来的究竟是“双重收获”,还是“双重负担”?这是本文试图回答的核心问题。

本文基于时间分配视角,立足于女性幸福感,对上述问题进行了探讨。从时间分配视角切入女性家庭工作平衡问题具有重要意义。首先,时间对于每个人来说都是一种稀缺资源(Becker, 1965)。对于任何渴望兼顾多重事务的个体而言,将时间资源倾注于同类事务无疑提高了机会成本,因为部分时间本可被配置于他类事务。基于时间的经济价值,渴望平衡发展家庭和工作的女性或许不可避免地选择在两者间均衡分配时间。因此,在总劳动时间不变的情况下,个体在家庭和工作事务间均衡分配时间可被视作平衡,反之则相对不平衡。本文结合一项情境实验和两项全国范围内的调查数据(2010年中国家庭追踪调查和2018年中国家庭时间利用调查),揭示了中国当代女性所面临的“幸福悖论”:一方面,社会大众,包括女性自身,广泛而普遍地认为,在家庭和工作间均衡分配时间的女性幸福感理应最高;但女性的切身体验却显示,这样做的女性实际幸福感恰恰最低。

二、理论背景和假设

在传统的男外女内的性别分工模式下,社会对女性的角色期待是相夫教子、三从四德,这也成为女性长久秉持的行为规范。彼时,贤妻良母是女性的理想典范。进入现代社会,女性虽然名义上不再囿于家庭私域范围,但事实上却承担了经济劳动参与者和家庭照顾者的双重角色。一方面,大部分女性进入就业市场,背负着与男性一样甚或更多的职业竞争压力。2020年由全国妇联和国家统计局联合组织实施的第四期中国妇女社会地位调查结果显示,近七成中国女性处于就业状态,城镇和农村女性就业比例分别为66.3%、73.2%;18~64岁在业者中,女性占43.5%,男性占56.5%。另一方面,传统性别角色观念依旧根深蒂固地存在并且影响社会对女性以及女性对自身在家庭角色上的责任认知,认为女性仍应是家庭领域劳务的主力。根据2020年第四期中国妇女社会地位调查统计,在职女性工作日平均总劳动时长为649分钟,其中有酬劳动占495分钟;照料家庭成员和做饭、清洁、日常采购等家务劳动占154分钟,约为男性的2倍;17岁及以下孩子的日常生活、学习和接送主要

由母亲负责,各情况占比分别为76.1%、67.5%和63.6%。由此可见,当代女性虽已进入职场,却并未从家庭劳动中解放出来。她们从工作岗位上下班后,还需从事家务劳动的“第二班”(Hochschild and Machung, 2012)。

传统与现代的交织使得社会对于当代女性的角色期待也是双重的:女性既被期待在职场上实现自己的价值,做到经济独立;又被期待照顾家人、养育孩子、承担家务。“上得厅堂、下得厨房”俨然成为当代优秀女性的判定标准。这种兼顾家庭与工作的理想女性形象在诸多当代影视和文学作品中可见一斑。例如,著名作家冰心(2012)在《关于女人》中表示,一个理想完美的当代女性既要做“人”,也要做“女人”。其中,做“人”是指女性要有其社会角色与身份,在经济社会中占据一席之地;做“女人”则是强调女性的传统归宿,即扮演好家庭角色,做好美好家庭的创造者和维护者。这些观念不断塑造和强化了大众和女性自身对理想女性的认知原型,使得女性在两种角色之间疲于奔命,想要“拥有一切”(Sandberg, 2013)。与社会对女性的双重角色期待相一致,人们往往认为能够兼顾家庭和工作的女性是最幸福的。站在时间分配的角度,与偏重家庭型(时间主要分配给家庭而非工作)或偏重工作型(时间主要分配给工作而非家庭)的女性相比,均衡型(分配给家庭、工作的时间相近)的女性最能满足双重角色的期待和要求。相比之下,任何一方失衡都不会受到赞赏,甚至可能招致批判与惩罚。例如,偏重家庭型的女性可能由于没有足够的经济能力而在家庭内部缺少话语权,或因无法全身心地投入工作而感到挫败;偏重工作型的女性则可能由于忽视家庭而招致家庭成员的不满,或因无法全身心地照顾家人而产生愧疚感。

因此,从表面上来看,时间如何分配是女性自主选择与决策的结果,但实际上,女性时间分配的理想模式映射了整个社会的性别观念:当社会坚信平衡家庭和工作的女性才是成功的、幸福的,大众——包括女性自身,很可能在认知上将均衡的时间分配视作女性幸福的重要标志。由此,本文提出:

假设1 在社会认知上,人们认为在家庭和工作之间均衡分配时间的女性,相较于时间分配不均衡的女性更幸福(应然“双重收获”)。

然而,本文进一步提出,均衡分配时间的女性可能由于角色转换、时间压力等因素而感到心力交瘁,为自己与理想女性的差距而自责,进而实际体验是更不幸福。具体而言,女性可能由于“谬望”(Miswanting)效应,未能通过实际经验纠正错误的认知。“谬望”效应是指人们错误地渴望自己不一定真正擅长、喜欢、享受的事物(Gilbert and Wilson, 2012)。“谬望”的根本原因在于,人们在进行预测时与实际体验中所处的思维模式有所不同。在进行预测时,人们考虑的是均衡分配时间是否是一种理想的情境(Desirability)。在这种高水平、抽象的思维模式下,人们对正面信息更加敏感,更加关注并试图合理化为何均衡分配时间是社会普遍追捧的理想行为

模式。然而，女性在均衡分配时间的过程中，面临的是更加具体的问题与抉择，需要权衡可行性（Feasibility）。在这种低水平、具象的思维模式下，人们对负面信息更加敏感，更加关注均衡分配时间给实际生活带来的困难，以及理想生活与现实境况的差距（White et al., 2011）。具体而言，该负面影响可能来源于三个方面。

第一，角色切换导致的心理资源耗竭。基于稀缺假说，家庭和工作共同竞争个体的时间和心理资源，具有不可协调性——满足一种角色的需求会使得另外一种角色的需求很难得到满足（Greenhaus and Beutell, 1985; Sieber, 1974）。试图在绝对时间分配上平衡家庭和工作的女性，往往需要在家庭照顾者和职业工作者两个角色之间频繁切换，是两个角色的共同承担者（Clark, 2000）。这种角色切换往往会带来生理和心理资源的耗竭。同时，还可能因无法有效分配时间和情感而带来压力、焦虑和无力感（Haar, 2006）。

第二，角色冲突带来压力。与偏重家庭型和偏重工作型的女性相比，均衡分配时间的女性会经历更多家庭角色与工作角色冲突的情境，而这些冲突情境会产生压力；相反，偏重家庭型或偏重工作型的女性只会经历一种类型的角色冲突情境（Packard and Babineau, 2009）。对均衡型的女性来说，无论选择家庭还是工作都意味着不可避免地放弃或牺牲另一方面。这种放弃或牺牲往往伴随着事实性的负面后果。例如，因工作而忽视家庭的女性常常面临家庭冲突、舆论指责及负面的社会评价；因家庭而怠慢工作的女性则可能面临领导指责、职场歧视，甚至是失业风险（张勉等, 2011; Voydanoff, 2005）。

第三，社会比较降低了自我效能感。关于个体幸福感的理论强调社会比较的重要性。例如，在女性的社会地位大幅提升后，女性反而感到更不幸福了，其原因在于女性将自己的比较对象从主妇变为了贤妻良母和职场女性（Stevenson and Wolfers, 2009）。因此，当女性希望同时扮演好家庭角色和工作角色时，这种双重社会比较会使得均衡型女性自我感知在家庭和事业方面都付出不够，而产生低自我效能感及低幸福感（Wheeler and Miyake, 1992）。此外，相较于个体间相对独立的西方社会，中国女性的社会身份更加取决于社会关系和社会比较（Chung and Mallery, 1999）。综上，本文提出：

假设2 在实际体验上，在家庭和工作之间均衡分配时间的女性，相较于时间分配不均衡的女性感到更不幸福（实然“双重负担”）。

三、社会认知：女性平衡家庭与工作应带来“双重收获”

本文首先通过一项情境实验对所提出的社会认知假设——人们认为在家庭工作上均衡分配时间的女性，相比时间分配不均衡的女性幸福感更高——进行实证检验。

(一) 研究设计

实验采用单因素三组(时间分配类型:偏重工作型、均衡型、偏重家庭型)组间设计。我们在国内一家问卷调研平台 Credamo 上招募到来自全国 30 个省市自治区的 1 500 名受访者(平均年龄为 30 岁,63% 为女性,51% 已婚,48% 有子女,83% 为城市居民)。受访者被随机分配到三个实验情境中。每个实验情境均描述了一个典型的现代在职女性的日常生活状态,但在家庭工作时间分配上的信息有所不同。根据过往研究对于工作家庭时间分配均衡程度的定义(Greenhaus et al., 2010),本文分别构建了三种时间分配场景:①偏重工作型:“A 女士每天大部分的时间都投入到了工作中。除了她个人的睡觉、吃饭、卫生护理等私人时间外,绝大部分时间花在了工作上,另外一小部分时间花在了家庭上。”②均衡型:“A 女士每天投入到家庭和工作的时间几乎是均等的。除了她个人的睡觉、吃饭、卫生护理等私人时间外,大约一半时间花在了家庭上,另外大约一半时间花在了工作上。”③偏重家庭型:“A 女士每天大部分的时间都投入到了家庭中。除了她个人的睡觉、吃饭、卫生护理等私人时间外,绝大部分时间花在了家庭上,另外一小部分时间花在了工作上。”值得注意的是,本文有意使用相对模糊的时间比例,而非精确的时间占比,以便于让被试自由联想相关的生活场景。受访者在阅读完情境后,对 A 女士的幸福感进行评价:“你觉得 A 女士有多幸福?”(1 = 非常不幸福,7 = 非常幸福)。除此之外,受访者也评价了 A 女士的压力水平及成就感:“你推测 A 女士感觉到的压力水平有多高?”(1 = 非常低,7 = 非常高);“你觉得 A 女士的人生成就感有多高?”(1 = 非常低,7 = 非常高)。

(二) 分析结果

本文首先对全样本进行了单因素方差分析,发现幸福感评价存在显著的组间差异 [$F(2, 1497) = 59.72, p < 0.001$]。具体而言,均衡型女性被认为最幸福 ($M = 5.14, 95\% CI = [5.03, 5.25]$),其次是偏重家庭型女性 ($M = 4.55, 95\% CI = [4.42, 4.68]$),偏重工作型女性被认为最不幸福 ($M = 4.21, 95\% CI = [4.09, 4.33]$)。均衡组的幸福感评价显著高于另外两组 (Cohen's $d_{\text{工作 vs 均衡}} = -0.71, d_{\text{家庭 vs 均衡}} = -0.43; p_s < 0.001$)。由此可见,在社会认知上,人们认为在家庭和工作上均衡分配时间能提高女性幸福感,即为女性带来“双重收获”。此外,在两种不均衡状态的女性之间,人们认为偏重家庭型女性比偏重工作型女性更幸福 [$t(998) = 3.79, d = -0.24, p < 0.001$],这反映了传统的性别角色观念根深蒂固地存在,且塑造着现代社会对女性家庭角色高于工作角色的期待。

为了检验上述结果的普遍性,本文在不同的子样本上重复了上述分析。结果显示,不论受访者是男性或女性、居住地是城市还是农村、已婚还是未婚、有子女还是无子女,人们都认为均衡型女性的幸福感显著高于偏重工作型和偏重家庭型女性

(见图1和表1),说明“双重收获”的社会认知普遍存在。

虽然“双重收获”并非本文的研究重点,但我们探索了感知压力水平和成就感是否是“双重收获”的成因。首先,被试认为,均衡分配相较于偏重家庭而言,虽然为女性增添了压力 [$M = 4.50$ vs. $4.20, t(998) = 3.13, p = 0.002, d = 0.20$]; 压力与幸福感负相关, $r = -0.43, p < 0.001$], 但更能为女性带来成就感 [$M = 5.26$ vs. $4.27, t(998) = 111.18, p < 0.001, d = 0.71$]。Bootstrap 中介模型显示,成就感完全中介了均衡分配相对于偏重家庭的优点(10000 Bootstrapped 样本,间接效应: $b = -0.61, SE = 0.06, 95\% CI = [-0.73, -0.50]$; 直接效应: $b = 0.03, SE = 0.07, 95\% CI = [-0.11, 0.16]$)。

与此同时,被试认为,均衡分配相较于偏重工作而言,既减少了压力 [$M = 4.50$ vs. $5.50, t(998) = -12.47, p < 0.001, d = 0.79$], 又略微提高了女性的成就感 [$M = 5.26$ vs. $5.12, t(998) = -1.78, p = 0.075, d = 0.11$]。两者共同中介了均衡分配的相对优势(间接效应: $b = -0.37, SE = 0.06, 95\% CI = [-0.48, -0.26]$; 直接效应: $b = 0.03, SE = 0.07, 95\% CI = [-0.68, -0.42]$)。

以上结果说明,在大众认知里,在家庭和工作间均衡分配时间能让女性在压力适中的情况下获得更多成就感,进而提高她们的幸福感。值得注意的是,虽然观察者同时考虑了均衡分配带来的成本(压力)和结果(成就感),但这些考虑未必与现实相吻合,尤其可能存在对成就感的高估,进而导致“双重收获”的认知。

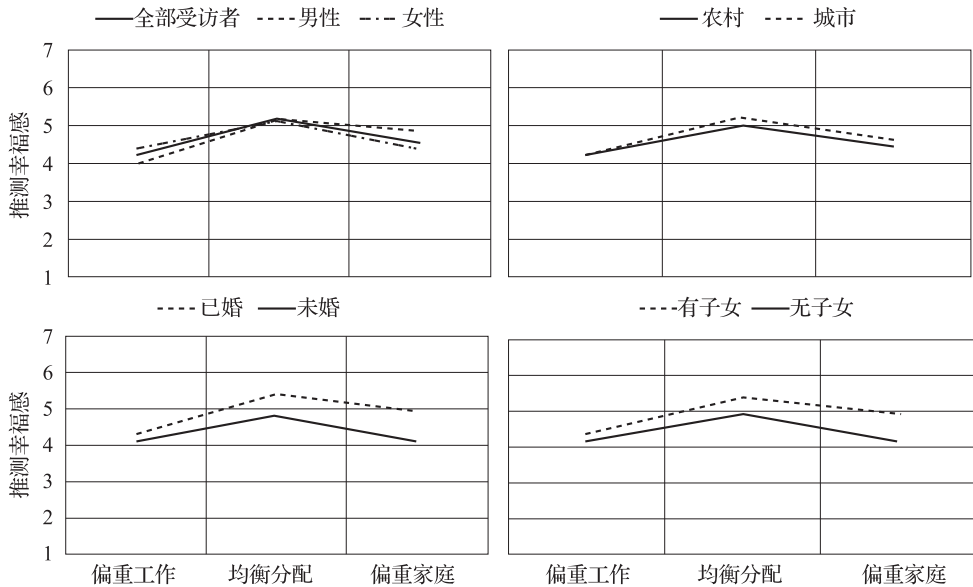


图1 不同群体对三类女性幸福感的评价

注:数据点为偏重工作、均衡分配、偏重家庭三种情况下的女性幸福感均值,每条折线连接了三个数据点。

表1 不同群体对三类女性幸福感的评价

	偏重工作	均衡分配	偏重家庭	统计检验
性别				
男性受访者 (554人)	3.99 [3.78, 4.19]	5.17 [4.99, 5.35]	4.84 [4.64, 5.04]	$F(2, 551) = 37.44, p < 0.001$ $d_{\text{工作vs均衡}} = -0.89, p < 0.001$ $d_{\text{家庭vs均衡}} = -0.25, p = 0.018$
女性受访者 (946人)	4.34 [4.20, 4.49]	5.13 [4.99, 5.27]	4.37 [4.21, 4.53]	$F(2, 943) = 34.82, p < 0.001$ $d_{\text{工作vs均衡}} = -0.61, p < 0.001$ $d_{\text{家庭vs均衡}} = -0.56, p < 0.001$
居住地				
农村 (259人)	4.22 [3.92, 5.19]	5.00 [4.69, 5.31]	4.42 [4.14, 4.69]	$F(2, 256) = 6.87, p = 0.001$ $d_{\text{工作vs均衡}} = -0.57, p < 0.001$ $d_{\text{家庭vs均衡}} = -0.42, p = 0.006$
城市 (1241人)	4.21 [4.08, 4.34]	5.17 [5.05, 5.28]	4.58 [4.44, 4.73]	$F(2, 1238) = 53.63, p < 0.001$ $d_{\text{工作vs均衡}} = -0.74, p < 0.001$ $d_{\text{家庭vs均衡}} = -0.43, p < 0.001$
婚姻状况				
已婚 (768人)	4.31 [4.13, 3.38]	5.43 [5.29, 5.57]	4.94 [4.77, 5.11]	$F(2, 765) = 45.66, p < 0.001$ $d_{\text{工作vs均衡}} = -0.87, p < 0.001$ $d_{\text{家庭vs均衡}} = -0.38, p < 0.001$
未婚 (732人)	4.11 [3.95, 4.27]	4.87 [4.71, 5.03]	4.13 [3.96, 4.31]	$F(2, 729) = 27.54, p < 0.001$ $d_{\text{工作vs均衡}} = -0.60, p < 0.001$ $d_{\text{家庭vs均衡}} = -0.38, p < 0.001$
生育状况				
有子女 (727人)	4.31 [4.14, 4.49]	5.42 [5.27, 5.57]	4.17 [4.01, 4.34]	$F(2, 724) = 41.89, p < 0.001$ $d_{\text{工作vs均衡}} = -0.85, p < 0.001$ $d_{\text{家庭vs均衡}} = -0.36, p < 0.001$
无子女 (773人)	4.12 [3.96, 4.28]	4.88 [4.72, 5.03]	4.17 [4.01, 4.34]	$F(2, 770) = 27.27, p < 0.001$ $d_{\text{工作vs均衡}} = -0.60, p < 0.001$ $d_{\text{家庭vs均衡}} = -0.54, p < 0.001$

注: 1. 三种分配情况下的数字为均值, 中括号内为95%置信区间。

2. 由于丧偶(2人)和离异(5人)的人数过少, 故纳入“未婚”一类, 未单独做统计分析。

四、实际体验: 均衡时间分配实为“双重负担”

上述情境实验结果表明, 人们普遍认为女性平衡家庭和工作应能带来“双重收获”, 因而是最幸福的, 且这一社会认知广泛而普遍地存在于不同人群之中, 包括女性自身。然而, 女性的实际体验又如何? 是否与社会认知一致? 接下来, 本文通过两项全国范围的二手数据对家庭工作时间分配与女性实际幸福感之间的关系加以检验。

（一）来自2010年中国家庭追踪调查的发现

1. 数据与样本

本文使用的是2010年中国家庭追踪调查数据。之所以选取2010年基线调查的数据进行分析，原因是2010年的调查问卷中有完整的、分类详细的时间利用模块，较为全面地统计了个人日常各类家庭劳动和职业劳动的时间分配，记录了个体对日均生活时间分配的估测，与本研究所关注的问题高度契合。而在目前发布的其余几轮调查中，时间使用问题分散在其他各类问题的模块中，且提问方式大多改用了“发生频率”而不是“客观时长”。因此，本文选取2010年的数据进行分析和检验。该数据总共包含33 598名受访者，平均年龄为46岁，平均年收入为9 301元。其中，52%为女性，80%已婚，47%有孩子，48%有工作，46%为城市居民。

2. 变量测量与计算

(1) 因变量：幸福感。幸福感的测量题项为：“您觉得自己有多幸福？”（1 = 非常不幸福，5 = 非常幸福）

(2) 自变量：家庭和工作时间分配的均衡程度。时间分配的测量题项为：“最近非假期的一个月，您平均每天花在下列活动上的时间大约几小时？”受访者在21类活动上回答日均时间分配情况。这21类活动被划分为七大板块，每个板块下包括了若干个子活动类型，每个活动类型都有具体的内容描述和界定，记录的单位为“小时/天”。具体内容如下：个人生活活动（包括睡觉休息、用餐及其他饮食活动、个人卫生活动），家务劳动，照顾家人，个人工作（包括第一职业工作时间、兼职工作时间），学习培训（包括正规教育活动、家庭作业和课后复习等与正规教育有关的活动、业余学习与非正规教育），娱乐休闲和社会交往（包括阅读传统媒体、看电视/看光盘/听广播/听音乐、使用互联网娱乐、体育锻炼与健身活动，业余爱好和游戏以及消遣活动和玩耍、社会交往、社区服务与公益活动、宗教活动），交通活动，没有活动（即没有具体的活动内容，如发呆、晒太阳或活动信息遗漏），其他。

本文将家务劳动、照顾家人两项时间花费加总，作为家庭时间投入；将“第一职业工作时间”、“兼职工作时间”、“学习培训”三项时间花费加总，作为工作时间投入。由于时间汇报区分了工作日（周一至周五）和周末（周六日），本文加权计算了日均时间投入，即（工作日小时数 \times 5 + 周末小时数 \times 2）/7，最终时间单位为日均小时数。

本文取家庭、工作时间投入之差作为时间分配变量。为了衡量时间分配的均衡程度，我们取该值的二次项。二次项值越低代表时间分配越均衡：当个人在家庭和工作上分配的时间完全相同时，均衡程度最高，取值为零；当个人在家庭或工作单方面投入时间更多时，该变量取值为正，且时间分配越不均衡，取值越大。不同于以往文献对于时间分配均衡程度的计算方法（Janis and Fadner, 1943），该计算方法无需排除工作或家庭时间投入为零的人，能够将所有样本纳入分析，从而提高统计功效（Statistical Power）。

(3) 控制变量。本文所包含的控制变量有: 家庭和工作投入总时长(家庭时间投入与工作时间投入之和)、其他活动的时长(除家庭和工作之外的其他活动的时间投入总和)、教育水平、年龄、婚姻状况、抚养孩子情况、城乡居民、年均收入水平、相对收入水平。相对收入水平用以衡量受访者在当地的生活水平, 测量题项为: “您的收入在本地属于?” (1 = 很低, 5 = 很高)

3. 女性在家庭和工作上的实际时间分配

本文统计了女性和男性在各变量上的描述性统计结果(见表2)。就家庭和工作投入总时长而言, 女性略高于男性: 女性为7.27小时/天, 男性为7.03小时/天

表2 研究变量的基本特征描述

	女性 (<i>N</i> = 16 315)	男性 (<i>N</i> = 1 5339)
家庭时间投入(小时)	3.83 (2.76)	1.78 (1.96)
工作时间投入(小时)	3.44 (3.64)	5.25 (3.82)
因变量		
幸福感	3.86 (1.01)	3.80 (1.03)
自变量		
时间分配(家庭 - 工作)	0.38 (5.38)	-3.47 (4.82)
时间分配二次项	29.13 (35.86)	35.32 (37.56)
控制变量		
家庭 + 工作时间总和	7.27 (3.58)	7.03 (3.67)
其他活动时间 (娱乐、个人时间等)	15.33 (3.31)	15.42 (3.36)
教育水平	17% 初中以上	23% 初中以上
年龄	46岁 (15)	47岁 (16)
婚姻状况	84% 有配偶	83% 有配偶
抚养孩子情况	50% 有孩子	46% 有孩子
城乡居民	47% 城市居民	46% 城市居民
年均收入(元)	5 905 (12 119)	13 135 (23 567)
相对收入水平	1.23 (2.99)	2.00 (2.04)

注: 1. 除百分比外, 所有数字为均值(括号内为标准差)。

2. 已移除原数据中的缺失值。

3. 时间分配二次项衡量了时间分配的均衡程度, 值越低越均衡。

4. 抚养孩子指的是家庭中有成员完成了CFPS少儿问卷(6~16岁)。

$[t(31\ 652) = -5.97, p < 0.001]$ 。具体到家庭和工作的时间分配来看,女性每天在家庭上投入的时间为3.83小时,为男性的2.15倍,这与2020年第四期中国妇女社会地位调查统计结果基本一致。女性每天在工作上投入的时间平均为3.44小时,少于男性的5.25小时 $[t(31\ 652) = -42.99, p < 0.001]$ 。从上述时间分配的性别差异仍可窥见“男主外、女主内”的传统劳动分工格局之一斑。与此相应,女性收入水平显著低于男性:女性年均收入为5905元,男性为13135元,为女性的2.22倍。从时间分配的均衡程度来看,女性日均家庭时间与工作时间的差值为0.39小时/天,接近家庭和工作时间分配的绝对平衡,略侧重于家庭 $[t(31\ 652) = 9.60, p < 0.001]$;上述差值在男性中为-3.47小时/天,主要侧重于工作 $[t(31\ 652) = -66.93, p < 0.001]$ 。如图2所示,不论男女,时间分配都接近于绝对均衡(即差值为0)。例如,时间差值在-2小时/天和2小时/天之间的男女各占相应受访者的18%和14%。值得注意的是,尽管男女都试图均衡时间分配,但女性明显较男性更易选择接近均衡的时间分配。表3展示了不同人口特征下的时间分配,可以看出,尽管时间分配存在地域、教育、年龄等差异,但男女性别差异更为突出。

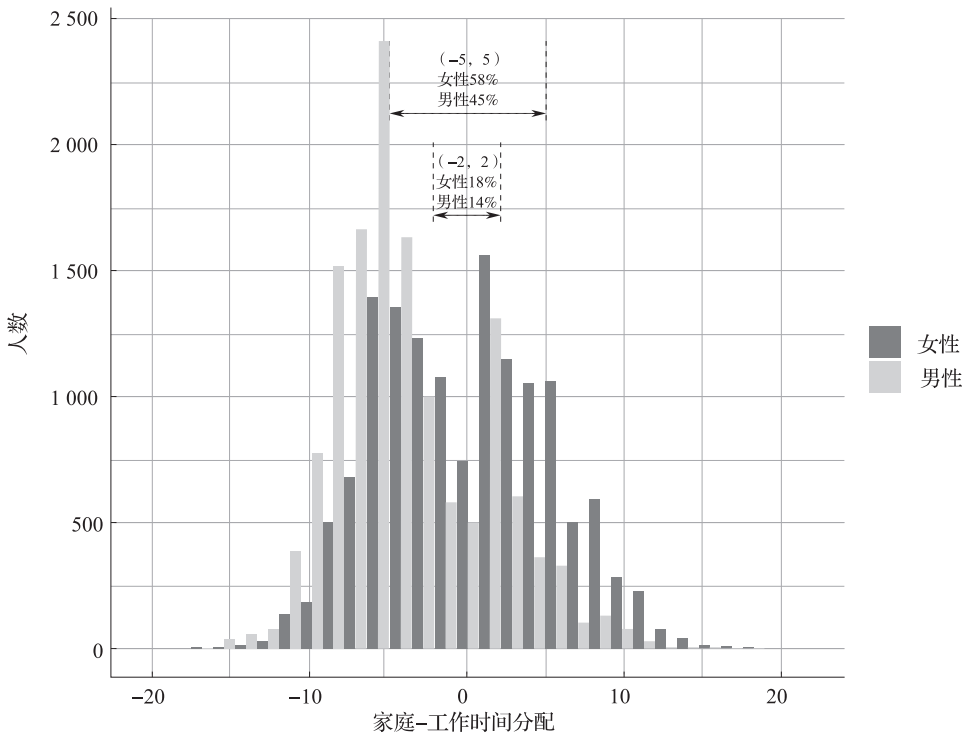


图2 时间分配的男女性别差异

注:1. 已排除工作和家庭时间投入总和为零者。

2. 虚线范围及标注代表时间分配在此数值范围内的男女人数占各自样本人数的比例,此处以时间分配差值在(-5, 5)和(-2, 2)范围内的人数为例。

表3 家庭-工作时间分配在不同分样本中的描述统计

	女性 (<i>N</i> = 16 315)	男性 (<i>N</i> = 15 339)
城市	0.49 (5.41)	-3.27 (4.81)
农村	0.30 (5.35)	-3.63 (4.83)
已婚	0.54 (5.45)	-3.51 (4.87)
未婚/其他	-0.44 (4.93)	-3.25 (4.61)
抚养孩子	1.12 (5.68)	-3.61 (4.88)
无抚养	-0.36 (4.95)	-3.35 (4.77)
高中或以上	-1.06 (5.04)	-3.78 (4.41)
高中以下	0.68 (5.40)	-3.38 (4.94)
18~25岁	-0.82 (6.02)	-4.57 (4.33)
25~45岁	-0.71 (5.54)	-4.91 (4.26)
45~60岁	0.76 (5.36)	-3.83 (4.76)
60岁以上	2.52 (3.84)	-0.05 (4.35)

注:1. 数字为均值(括号内为标准差),越靠近0越均衡。

2. 单位为小时/天。

3. 所有统计已移除原数据中的缺失值。

4. 家庭工作时间分配与女性幸福感的关系检验:“双重负担”还是“双重收获”?

如果均衡时间分配给女性带来了“双重收获”,我们应能观测到幸福感与时间分配差值(家庭-工作)之间存在倒U形关系。相反,如果均衡时间分配给女性带来了“双重负担”,则应能观测到正U形关系。为了检验家庭工作时间分配的均衡程度(下文均用“均衡程度”指代)与幸福感之间的关系,本文使用最小二乘法(OLS)估计了时间分配对幸福感的影响的二次项模型[模型(1)~(4), Y_i 代表个体*i*的幸福感, X_i 和 X_i^2 分别代表时间分配及其二次项, T 代表家庭工作时间总和]。其中,模型(1)为全样本,不考虑性别差异且无家庭工作时间总和以外的控制变量,模型(2)和模型(4)控制了表2包括的所有其他控制变量以及省份的固定效应(以

向量 Z_i 表示), 模型(3)和模型(4)包含了性别(以 G_i 表示)和时间分配的交互作用。本文关心的主要变量是时间分配的二次项(不均衡程度), 及其在性别间的差异。如果二次项系数为正, 则说明时间分配越均衡, 个体幸福感越低, 即均衡的时间分配带来了“双重负担”; 如果二次项系数为负, 则说明均衡的时间分配带来了“双重收获”。模型(1) — (4) 如下:

$$Y_i = \alpha_0 + \alpha_1 X_i + \alpha_2 X_i^2 + \alpha_3 T_i + \varepsilon_i \quad (1)$$

$$Y_i = \alpha_0 + \alpha_1 X_i + \alpha_2 X_i^2 + \alpha_3 T_i + Z_i \varphi + \varepsilon_i \quad (2)$$

$$Y_i = \alpha_0 + \alpha_1 X + \alpha_2 X^2 + \alpha_3 T_i + \alpha_4 G_i X_i + \alpha_5 G_i X_i^2 + \alpha_6 G_i + \varepsilon_i \quad (3)$$

$$Y_i = \alpha_0 + \alpha_1 X + \alpha_2 X^2 + \alpha_3 T_i + \alpha_4 G_i X_i + \alpha_5 G_i X_i^2 + \alpha_6 G_i + Z_i \varphi + \varepsilon_i \quad (4)$$

表 4 总结了主要的回归结果。我们发现二次项与性别均呈现显著的交互作用 [模型(3)、模型(4)]。对于女性而言, 时间分配的二次项系数均为正。这说明在总劳动时间相同的情况下, 家庭工作时间分配越均衡, 女性幸福感越低。当大部分时间被分配给工作或家庭事务时, 女性幸福感较高 [模型(4) 女性的二次项系

表 4 CFPS 数据中时间分配与幸福感的模型检验结果

	模型(1)	模型(2)	模型(3)	模型(4)
常量	3.92*** (0.01)	2.97*** (0.10)	3.90*** (0.02)	2.86*** (0.10)
时间分配(家庭-工作)	0.001 (0.001)	-0.009*** (0.001)	-0.01*** (0.002)	0.003 (0.002)
时间分配二次项	0.001*** (0.0002)	0.001*** (0.0002)	0.000 (0.0003)	0.0003 (0.0003)
家庭工作时间总和	-0.002*** (0.0003)	-0.006* (0.003)	-0.02*** (0.003)	-0.01*** (0.003)
女性			0.06*** (0.02)	0.12*** (0.02)
分配×女性			0.01*** (0.003)	0.01*** (0.003)
二次项×女性			0.001*** (0.0004)	0.001** (0.0004)
其他控制变量	否	是	否	是
样本量	31 654	28 626	31 654	28 626
调整后的 R^2	0.002	0.081	0.004	0.084

注: 1. 数字为回归系数(括号内为标准差)。

2. 显著水平: *表示 $p < 0.05$, **表示 $p < 0.01$, ***表示 $p < 0.001$ 。

3. 已移除原数据中的缺失值。

4. 家庭工作时间总和的 VIF 值在 1.70 至 2.04 之间。

数: $b = 0.001, p < 0.001$]。这一效应在男性身上则不显著 [模型(4) 男性的二次项系数: $b = 0.0003, p = 0.507$]。该结果说明均衡的时间分配给女性带来“双重负担”,这与带来“双重收获”的大众认知截然相反。

5. “双重负担”效应的稳健性检验

为检验上述“双重负担”效应的结果稳健性,本文对女性样本进行了更为细致的分析。首先,由于二次项回归假阳性(False Positive)概率较高,本文使用了双线性回归(Two Regression Lines)来验证U形结果的稳健型,并利用Robin Hood算法估测了断点值(Simonsohn, 2018)。具体而言,断点左侧应代表工作时间多过家庭时间,且个体幸福感随着时间向家庭倾斜而降低;断点右侧应代表家庭时间多过工作时间,且个体幸福感随着时间向家庭倾斜而提高。其次,本文将样本在各人口学变量上做出了区分,并在子样本内估测二次项系数和断点回归。表5总结了总样本和子样本结果,二次项系数在各样本内皆呈正向,断点位置多居于家庭时间与工作时间相对均衡处(接近于零),且断点前后回归系数呈一正一负。显然,“双重负担”的体验在多个女性群体中得到了验证。

表5 子样本二次项回归和断点回归结果

样本	二次项系数	时间分配 → 幸福感 (模型5)		断点估测
		工作时间 > 家庭时间	家庭时间 > 工作时间	
全部女性	0.001 *** (0.0002)	-0.02 *** (0.005)	0.024 *** (0.004)	0.14
城市	0.001 *** (0.0004)	-0.014 * (0.007)	0.018 ** (0.006)	0.57
农村	0.001 ** (0.0003)	-0.011 † (0.007)	0.020 *** (0.006)	0.43
已婚	0.001 ** (0.0003)	-0.01 (0.005)	0.022 *** (0.004)	0.5
未婚/其他	0.006 *** (0.001)	-0.10 *** (0.010)	0.06 *** (0.010)	0
抚养孩子	0.01 *** (0.001)	-0.10 *** (0.010)	0.06 *** (0.010)	1
无抚养	0.002 *** (0.0005)	-0.03 *** (0.007)	0.02 ** (0.007)	0
高中或以上	0.001 (0.001)	-0.006 (0.009)	0.012 (0.010)	1.5
高中以下	0.001 *** (0.0003)	-0.018 *** (0.005)	0.023 *** (0.005)	0

注: 1. 数字为回归系数(括号内为标准差)。

2. 显著水平: †表示 $p < 0.1$, *表示 $p < 0.05$, **表示 $p < 0.01$, ***表示 $p < 0.001$ 。

6. “双重负担”效应的年龄群体差异性分析

为了进一步识别“双重负担”效应在不同年龄女性群体中的影响,本文选取了60岁以下、理应有劳动能力的女性作为分析样本,并按年龄段分为三组:18~25岁(1099人),25~45岁(5685人),45~59岁(4620人)。其中,25~45岁年龄组属于既背负家庭压力,亦在工作上有所追求的青壮年(Keen, 2010)。我们认为,家庭工作平衡导致的“双重负担”效应应该在青壮年女性群体中表现得尤为明显,因为这一女性群体面临的家庭工作冲突问题最为突出:一方面,她们由于孩子正值学龄、父母已经年迈等现实问题而需要承担更多的家庭责任;另一方面,她们自身的事业也可能处于上升期而需要付出更多的时间和精力。对三个年龄段的女性群体进行分析发现,在控制其他变量后,时间分配二次项仅在25~45岁年龄组呈显著作用(二次项系数 $b=0.001$, $p=0.004$),说明正值家庭、工作上升期的青壮年女性最易为均衡时间配置所累。值得注意的是,对于更年长的女性(45~59岁),越偏重家庭越幸福(二次项系数 $b=0.01$, $p<0.001$),其原因可能在于社会和年长女性自己对于工作方面的期许降低,转而着重于对家庭的照料。对于年轻女性(18~25岁),时间分配与幸福感的线性与非线性关系均不显著($ps>0.200$)。表6总结了回归结果。图3展示了针对不同年龄段女性样本的拟合结果。

表6 18~60岁女性样本回归结果

	<i>b</i>	SE	<i>t</i>	<i>p</i>
常量	3.15	0.08	37.01	<0.001
时间分配(家庭-工作)	0.012	0.003	3.78	<0.001
时间分配二次项	-0.0001	0.001	-0.13	0.898
家庭工作时间总和	-0.02	0.004	-4.50	<0.001
25~45岁	-0.009	0.03	-0.34	0.737
18~25岁	0.37	0.05	7.64	<0.001
时间分配×(25~45岁)	-0.008	0.004	-2.23	0.026
时间分配×(18~25岁)	-0.02	0.006	-3.10	0.002
二次项×(25~45岁)	0.001	0.0006	2.18	0.029
二次项×(18~25岁)	0.001	0.001	0.90	0.368
其他控制变量	同表2模型2、模型4			
样本量(仅女性)	11478			
调整后的 R^2	0.066			

注:年龄的参考组别为年长女性(45~59岁)。

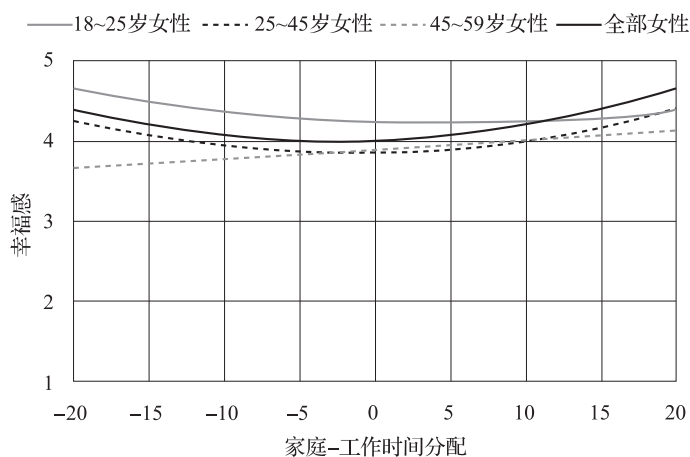


图3 CFPS数据拟合结果

注: 1. 包括控制变量后的拟合结果。
2. 横轴零点代表均等小时分配。

7. 均衡时间分配对于女性幸福感负面影响的经济衡量

为了衡量“双重负担”的经济成本,本文比较了时间分配和收入的相对影响,具体模型如下。同模型(1)–(4), Z_i 为控制变量,其中包含了年收入水平。

$$Y_i = \alpha_0 + \alpha_1 X_i + \alpha_2 T_i + Z_i \varphi + \varepsilon_i \quad (5)$$

本文分别针对偏重家庭型女性(即家庭时间投入高于工作时间投入,共6868人)以及偏重工作型女性(即家庭时间投入低于工作时间投入,共6869人)进行了线性回归分析,并控制了其他变量。结果发现,对于偏重家庭型的女性,每向均衡状态靠拢1小时带来的幸福感损失需要额外4005元的年收入才能弥补;对于偏重工作型的女性,每向均衡状态靠拢1小时带来的幸福感损失需要额外3635元的年收入才能弥补。因此,均衡时间配置所造成的幸福感损失看似微弱,实则接近于女性年收入(人均5905元)所带来的影响。

8. 时间分配与女性幸福感的因果检验

虽然本文提出女性在家庭和工作上的均衡时间分配降低了其幸福感,但是由于CFPS数据为横断面调查,因此存在内生性问题。为解决这一问题,本文进行了工具变量检验(Sargan, 1958)。本文选取了有关雇佣状态的题项“您现在有工作吗?”(是/否)作为工具变量。一般而言,有工作的女性不得不在工作和家庭间均衡分配时间,但均衡时间分配不太可能是女性有无工作的原因。在数据中,目前有工作的女性更倾向于均衡家庭和工作的时间分配(雇佣状态对时间分配二次项的回归系数: $b = -3.56, p < 0.001$)。此外,雇佣状态与主模型[表3模型(2),仅包括女性样本]的残差不存在相关性($p = 0.657$),这说明雇佣状态符合

工具变量条件。本文使用两阶段最小二乘法 (Two-Stage Least Squares Regression), 首先利用雇佣状态估算时间分配的不均衡程度 (即时间分配二次项), 该估算值不受反向因果影响, 然后用该值预测个人幸福感 [表3模型(2), 仅包括女性样本]。结果显示, 在控制其他变量后, 不均衡程度的估算值对幸福感存在显著影响 ($b=0.01, p=0.026$), 即时间分配越不均衡的女性反而越容易感到幸福, 从而验证了时间配置是幸福感的成因。

(二) 基于2018年全国时间利用调查数据的交叉检验

接下来本文使用2018年全国时间利用调查数据对上述核心结果——时间分配与女性幸福感的关系——进行交叉检验。

1. 数据与样本

2018年全国时间利用调查数据是由国家统计局发起, 旨在从居民时间利用视角, 客观反映居民生活模式和生活质量状况。该调查覆盖11个省(市), 每省(市)平均调查样本2000户, 以抽中调查户中15周岁及以上常住成员为调查对象。该调查采用了国家统一的住户收支与生活状况调查样本框, 以省级为总体, 采用分层多阶段的抽样方法。在2018年5~6月间开展现场调查, 共抽样调查20226户48580人。

与2010年的CFPS数据略有不同, 该调查的总时间估计方式以日志表形式还原居民的日常生活, 这一数据的颗粒度更为细致, 对居民时间分配的测量更为准确、客观。除此之外, 将相隔8年的2018年全国时间利用调查数据与2010年CFPS数据分析结果进行对比, 便于我们观察这一效应的跨时间稳健性。该数据涵盖了45925个有效样本(缺失值为数据中无应答的题项), 平均年龄为48岁。其中, 51%为女性, 83%为已婚, 77%有工作, 60%为城市居民, 39%拥有初中以上学历, 70%平均月收入在1000元以上。

2. 变量测量

与CFPS 2010类似, 该调查利用了一个题项来测量个体幸福感: “请对您的生活幸福度进行综合评价, 选择以下分值, 分值越大幸福度越高”, 量表为1到10。该调查采用日志表的方式记录调查对象的时间利用情况, 日志表由调查对象采用活动随时发生、随时记录的方式填写(确实无法随时记录的, 也可采用回忆补记的方式填写)。日志表分为日志表1和日志表2, 日志表1填写周一至周五其中一天的活动情况, 日志表2填写周六或周日其中一天的活动情况。日志表1和日志表2的调查内容相同, 均为调查对象按时间顺序记录24小时内所发生的活动和相关信息。日志表按活动类型分为20个类别: 睡觉休息、个人卫生护理、用餐或其他饮食、交通活动、就业/工作、家庭生产经营活动、学习培训、家务劳动、陪伴

照料孩子学习、陪伴照料成年家人、购买商品或服务、看病就医、公益活动、健身锻炼、听广播/音乐、看电视、阅读书报期刊(含电子介质)、休闲娱乐、社会交往、其他。表格以每15分钟为一个单位,连续记录了调查对象从前一日10:00至次日4:00在各活动类别上的时间使用情况。在本数据集中,我们将家务劳动、陪伴照料孩子学习、护送辅导孩子学习、陪伴照料成年家人几项活动的花费时间相加作为家庭时间变量,将就业/工作、学习培训两项活动花费的时间相加作为工作时间变量。为了便于与CFPS 2010的结果进行比较,本文将上述两个变量的单位统一换算为小时/天。

3. 分析结果

本文对2018年全国时间利用调查数据采取和CFPS 2010数据一样的模型[模型(1)至模型(4)]进行统计分析,结果见表7。与利用CFPS 2010数据得到的分析结果一致,时间分配二次项和性别存在显著的交互作用[模型(3)、模型(4)]。更为均衡的时间配置降低了女性的幸福感,但没有降低男性的幸福感。该结果与大众幸福观的不一致,再一次证明:在实际生活中,均衡时间分配给女性造成了“双重负担”。

表7 基于2018年全国时间利用调查数据的回归结果

	模型(1)	模型(2)	模型(3)	模型(4)
常量	7.63 *** (0.010)	6.63 *** (0.080)	7.63 *** (0.020)	6.62 *** (0.080)
时间分配(家庭-工作)	-0.01 *** (0.001)	0.005 ** (0.002)	-0.02 *** (0.003)	0.005 (0.003)
时间分配二次项	-0.01 *** (0.0003)	0.001 ** (0.0003)	-0.002 *** (0.0004)	-0.0001 (0.004)
家庭工作时间总和	0.015 *** (0.003)	-0.004 * (0.003)	0.01 *** (0.003)	-0.004 (0.003)
分配×女性			0.01 ** (0.003)	0.01 *** (0.003)
二次项×女性			0.001 ** (0.0004)	0.0009 * (0.0005)
其他控制变量	否	是	否	是
样本量	45 925	45 925	45 925	45 925
调整后的 R ²	0.002	0.063	0.002	0.064

注:1. 数字为回归系数(括号内为标准差)。

2. 显著水平: *表示 $p < 0.05$, **表示 $p < 0.01$, ***表示 $p < 0.001$ 。

五、结论与展望

结合一项情境实验和两项全国性的二手数据,本文研究发现:在社会认知上,人们普遍相信家庭工作平衡会促进女性幸福感,女性自身也持此认知;然而,从女性的实际体验来看,在时间分配决策上采取平衡策略反而会降低其幸福感。

(一) 理论贡献

本文的研究发现有三个方面的理论贡献。第一,本文拓展和丰富了以往有关预期与体验之间差异的相关研究(Mitchell et al., 1997; Novemsky and Ratner, 2003; Ross, 1989; Schwarz et al., 1994; Xu and Schwarz, 2009)。例如, Mitchell et al. (1997)发现,人们在预期度假体验时的感受往往比度假当时的实际体验更加积极正面。在消费行为和消费体验研究中有类似发现。再如, Xu and Schwarz (2009)发现,人们预期没有理由的享乐消费会让自己感到不快乐,甚至后悔和不安,但在实际体验中,任何享乐消费都能使消费者感到快乐,无论有没有享乐的理由。本文通过揭示时间分配与女性幸福感之间关系的预期与实际体验之间的差异,对上述文献做出了重要补充。

第二,本文的结论进一步佐证了在很多情境下,人们难以从过去的经验中学习和更正自己的不正确认知,从而形成“谬望”现象(Gilbert and Wilson, 2012)。在本文所关注的情境中,女性已经在真实体验中切身感受到平衡带来的诸多代价和更低的幸福感,但在行为策略上还是选择家庭工作平衡,即未能从实际经验中学会纠正错误认知。在过往研究中,徐菁和蒋多(2009)构建了体验、期望与回忆三者之间关系的系统理论框架,指出人们对体验的预期和回忆主要基于对各种体验的常识和信念。因此,当对体验进行回忆时,人们基于这些常识和信念加以判断,但这些判断很可能与真实体验发生分离,因为此时真实体验所伴随的即时、具体的感受早已消失。由此,人们难以从过去的经验中加以学习,并更正自身的期待与行为决策,进而错误地对自己并不享受或喜欢的事物产生欲求(Gilbert and Wilson, 2012; Schwarz and Xu, 2011)。

第三,本文从时间分配视角丰富了女性幸福感的相关文献(Stevenson and Wolfers, 2009)。以往研究多着眼于财富状况、婚姻状况、生育状况、就业状况等因素对女性幸福感的影响(邢占军和金瑜, 2003; 吴愈晓等, 2015; Nelson et al., 2014),本文从时间分配视角对上述文献做出贡献。此外,本文从性别视角丰富了过往关于时间分配和幸福感的文献(余碧莹等, 2021; Sharif et al., 2021),揭示了时间

分配和幸福感之间关系的性别差异。

(二) 现实意义与管理启示

本文的研究发现对于理解中国女性的困境,以及纾解中国女性的“幸福悖论”具有重要的现实意义与管理启示。

第一,关注女性幸福感具有重要的社会现实意义。近年来,中国女性生育率持续降低。国家统计局发布的《中国统计年鉴2022》表明,中国2021年的人口出生率仅7.52‰,人口自然增长率仅为0.34‰,为历史新低。虽然这一数据背后的原因是复杂、多面的,但不可否认,女性婚育后所面临的家庭工作平衡问题及其所带来的“双重负担”可能是导致女性生育意愿降低的重要原因之一(计迎春和郑真真,2018)。因此,企业、社会、政府等各方面都应高度关注和充分关心女性家庭工作平衡困境及其带来的幸福感降低问题。

第二,认知和实际体验的相反结果表明,女性无法从实际体验中学习并更正自身对于家庭工作平衡与幸福之间关系的信念和认知,而错误地想要“同时拥有”,而这恰恰可能导致其选择令自己更不幸福的平衡时间分配策略。因此,本文对提高女性幸福感的建议之一是:从政策制定和管理实践上,应帮助女性自身以及社会大众打破对理想女性的双重角色期待。只有从信念和认知上破除对女性“既要……又要……”的期待和要求,女性才能真正自由地选择和支配自己的时间和幸福。正如女权先锋贝蒂·弗里丹所说,“你可以拥有全部,但不会同时拥有”(Goodman, 1979)。

第三,企业和政府应强化保障,营造更加友好的女性工作环境和社会环境,使得女性不必在工作和家庭上面临必然的时间分配困境。这些举措包括:充分尊重女性的天然性别特点,出台女性友好型的公共政策,建立完善基础设施和育儿配套设施,帮助女性更加从容地在家庭和工作间按照个人偏好(而非社会期待)分配时间资源。事实上,近年来中国政府已经开始高度关注这一问题,并且加紧研制政策。2023年全国两会期间已有不少人大代表和委员提出多项议案呼吁保障女性权益。此外,从企业层面来说,女性员工的幸福感会影响其工作绩效和工作表现(Oswald et al., 2015)。因此,企业应通过实施灵活的弹性工作制度、居家办公、在办公场所提供托育服务和设施等,帮助女性员工更加自由地配置时间资源,提升其幸福感、劳动产出和劳动效率。只有帮助女性从家庭、工作的矛盾格局中解脱出来,才能让女性追求更高的幸福,实现家庭、工作的协同效应。

(三) 不足与展望

本文结合实验和二手数据,尝试探究社会认知和实际体验层面的差异。过往研究对两者之间的差异大多集中在相同人群中,即比较同一人群在预测和实际体验中

的差异。由于实际的时间分配难以进行随机化操纵,因此本文选择使用二手数据来检验时间分配对女性幸福感的影响。诚然,这也给比较认知和体验造成了一定程度上的困难。

首先,受限于样本,认知调查中的受访者和二手数据中的样本分布存在一定差异,展现出更年轻、受教育程度更高、更多城市居民的特质。为了提高认知和体验的可比性,本文选取了实验样本中与“双重负担”效应最为一致的年龄段的女性(25~45岁,共531人),并重新进行组间分析。与原实验结果一致($F(2, 288) = 59.72, p < 0.001$),该年龄段的女性普遍相信均衡分配时间的女性最幸福($M = 5.27, 95\% CI = [5.09, 5.45]$),其次是偏重家庭型的女性($M = 4.71, 95\% CI = [4.49, 4.93]$),Cohen's $d_{\text{家庭 vs 均衡}} = -0.42, p < 0.001$),偏重工作型女性被认为最不幸福($M = 4.29, 95\% CI = [4.10, 4.49]$), $d_{\text{工作 vs 均衡}} = -0.77, p < 0.001$)。我们鼓励未来的研究进一步增强认知和体验的可比性。

其次,横断面调查数据的一个主要问题在于其内生性。虽然本文尝试以雇佣状态作为工具变量来厘清时间分配对幸福感的影响,但仍可能存在其他能够解释“双重负担”现象的因素。比如,时间分配的选择可能和目标冲突有关(Schmidt and Dolis, 2009),而目标冲突又负面影响幸福感(Emmons and King, 1988)。具体而言,部分选择家庭工作平衡的女性可能缺乏明确的目标,进而无法在两者间进行优先级的划分,从而在家庭工作平衡的过程中感到更不幸福。相反,选择偏重工作或家庭事务的女性可能对自己的目标层级有更清晰的认知,进而感到更加幸福。若未来研究能够挖掘其他外生因素对时间分配产生的影响,将能够更科学、更严谨地检验家庭工作平衡与女性幸福感之间的关系。

最后,本文发现的“幸福悖论”是否可能随时间发生变化?虽然社会观念的改变并非一朝一夕的事情,但中国社会一直在高速变化,进而可能对传统的性别观念进行重塑和再造。例如,年轻一代的中国女性可能更愿意为了降低个人的生活压力而减少工作时间或家庭劳动时间,从而更少地将自己禁锢在“双重收获”的理想中,也更容易摆脱均衡时间分配所带来的“双重负担”。与此同时,独生子女在拥有家庭后,其父母长辈能为其家庭事务提供更多支持,进而减少其家庭劳动时间所带来的压力和负担(岳经纶和范昕, 2018)。虽然本文的二手数据样本在跨越八年后并未发现“双重负担”现象的消失,但其未来的趋势仍然值得研究人员进一步关注。

参考文献

- [1] 冰心, 2012. 关于女人[M]. 北京: 外语教学与研究出版社.
- [2] 计迎春, 郑真真, 2018. 社会性别和发展视角下的中国低生育率[J]. 中国社会科学, (8): 143-161.

- [3] 刘爱玉, 佟新, 2014. 性别观念现状及其影响因素——基于第三期全国妇女地位调查[J]. 中国社会科学, (2): 116-129.
- [4] 吴愈晓, 王鹏, 黄超, 2015. 家庭庇护、体制庇护与工作家庭冲突——中国城镇女性的就业状态与主观幸福感[J]. 社会学研究, 30(6): 122-144.
- [5] 邢占军, 金瑜, 2003. 城市居民婚姻状况与主观幸福感关系的初步研究[J]. 心理科学, 26(6): 1056-1059.
- [6] 徐菁, 蒋多, 2009. 期望、体验和回忆: 当消费者不能从体验中学习[J]. 心理学报, 41(8): 745-752.
- [7] 余碧莹, 赵利婧, 胡林, 孙飞虎, 彭晓晗, 史彩云, 2021. 基于时间利用视角的民生福祉改善研究[J]. 北京理工大学学报(社会科学版), 23(4): 72-81.
- [8] 岳经纶, 范昕, 2018. 中国儿童照顾政策体系: 回顾、反思与重构[J]. 中国社会科学, (9): 92-111.
- [9] 张勉, 李海, 魏钧, 杨百寅, 2011. 交叉影响还是直接影响? 工作-家庭冲突的影响机制[J]. 心理学报, 43(5): 573-588.
- [10] BECKER G S, 1965. A theory of the allocation of time [J]. The Economic Journal, 75 (299): 493-517.
- [11] BREWSTER K L, PADAVIC I, 2000. Change in gender-ideology, 1977-1996: the contributions of intracohort change and population turnover [J]. Journal of Marriage and Family, 62 (2): 477-487.
- [12] CHUNG T, MALLERY P, 1999. Social comparison, individualism-collectivism, and self-esteem in China and the United States [J]. Current Psychology, 18 (4): 340-352.
- [13] CLARK S C, 2000. Work/family border theory: a new theory of work/family balance [J]. Human Relations, 53 (6): 747-770.
- [14] EMMONS R A, KING L A, 1988. Conflict among personal strivings: immediate and long-term implications for psychological and physical well-being [J]. Journal of Personality and Social Psychology, 54 (6): 1040-1048.
- [15] GILBERT D T, WILSON T D, 2012. Miswanting: some problems in the forecasting of future affective states [M] // FORGAS J P. Feeling and thinking: the role of affect in social cognition. Cambridge: Cambridge University Press, 178-197.
- [16] GOODMAN E, 1979. A decade of change: from supermom to superwoman [N]. Boston Globe, 12-20.
- [17] GREENHAUS J H, BEUTELL N J, 1985. Sources of conflict between work and family roles [J]. Academy of Management Review, 10 (1): 76-88.
- [18] GREENHAUS J, COLLINS K M, SHAW J D, 2010. The relation between work-family balance and quality of life [J]. Journal of Vocational Behavior, 63 (3): 510-531.
- [19] HAAR J M, 2006. The downside of coping: work-family conflict, employee burnout and the moderating effects of coping strategies [J]. Journal of Management & Organization, 12 (2): 146-159.
- [20] HOCHSCHILD A, MACHUNG A, 2012. The second shift: working families and the revolution at home [M]. London: Penguin Books.
- [21] JANIS I L, FADNER R H, 1943. A coefficient of imbalance for content analysis [J]. Psychometrika, 8 (2): 105-119.
- [22] KEEN M, 2010. Feeling the squeeze: Asia's sandwich generation [R]. Economist Intelligence Unit.
- [23] KILLEWALD A, GOUGH M, 2010. Money isn't everything: wives' earnings and housework time [J]. Social Science Research, 39(6): 987-1003.
- [24] MITCHELL T R, THOMPSON L, PETERSON E, CRONK R, 1997. Temporal adjustments in the evaluation of events: the "rosy view" [J]. Journal of Experimental Social Psychology, 33(4): 421-448.
- [25] NELSON S K, KUSHLEV K, LYUBOMIRSKY S, 2014. The pains and pleasures of parenting: when, why, and how is parenthood associated with more or less well-being? [J]. Psychological Bulletin, 140 (3): 846-895.
- [26] NOVEMSKY N, RATNER R K, 2003. The time course and impact of consumers' erroneous beliefs about hedonic contrast effects [J]. Journal of Consumer Research, 29(4): 507-516.
- [27] OSWALD A J, PROTO E, SGROI D, 2015. Happiness and productivity [J]. Journal of Labor Economics, 33 (4): 789-822.

- [28] PACKARD B W, BABINEAU M, 2009. From drafter to engineer, doctor to nurse: an examination of career compromise as renegotiated by working-class adults over time [J]. *Journal of Career Development*, 35 (3): 207 – 227.
- [29] ROSS M, 1989. Relation of implicit theories to the constructions of personal histories [J]. *Psychological Review*, 96 (2): 341 – 357.
- [30] SANDBERG S, 2013. *Lean in: women, work, and the will to lead* [M]. Toronto: Penguin Random House.
- [31] SARGAN J D, 1958. The estimation of economic relationships using instrumental variables [J]. *Econometrica*, 26 (3): 393 – 415.
- [32] SCHMIDT A M, DOLIS C M, 2009. Something's got to give: the effects of dual-goal difficulty, goal progress, and expectancies on resource allocation [J]. *Journal of Applied Psychology*, 94 (3): 678 – 691.
- [33] SCHWARZ N B, JACQUIN K, TELCH M J, 1994. The overprediction of fear and panic in panic disorder [J]. *Behavior Research and Therapy*, 32(7): 701 – 707.
- [34] SCHWARZ N, XU J, 2011. Why don't we learn from poor choices? the consistency of expectations, choice, and memory clouds the lessons of experience [J]. *Journal of Consumer Psychology*, 21 (2): 142 – 145.
- [35] SHARIF M, MOGILNER C, HERSHFIELD H E, 2021. Having too little or too much time is linked to lower subjective well-being [J]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 121 (4): 933 – 947.
- [36] SIEBER S D, 1974. Toward a theory of role accumulation [J]. *American Sociological Review*, 39 (4): 567 – 578.
- [37] SIMONSOHN U, 2018. Two lines: a valid alternative to the invalid testing of u-shaped relationships with quadratic regressions [J]. *Advances in Methods and Practices in Psychological Science*, 1 (4): 538 – 555.
- [38] STEVENSON B, WOLFERS J, 2009. The paradox of declining female happiness [J]. *American Economic Journal: Economic Policy*, 1 (2): 190 – 225.
- [39] VOYDANOFF P, 2005. Consequences of boundary-spanning demands and resources for work-to-family conflict and perceived stress [J]. *Journal of Occupational Health Psychology*, 10 (4): 491 – 503.
- [40] WHEELER L, MIYAKE K, 1992. Social comparison in everyday life [J]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62 (5): 760 – 773.
- [41] WHITE K, MACDONNELL R, DAHL D W, 2011. It's the mind-set that matters: the role of construal level and message framing in influencing consumer efficacy and conservation behaviors [J]. *Journal of Marketing Research*, 48 (3): 472 – 485.
- [42] XU J, SCHWARZ N, 2009. Do we really need a reason to indulge? [J]. *Journal of Marketing Research*, 46 (1): 25 – 36.

The Paradox of Female Happiness in China

—The Impact of Work-Family Time Balance on Female Happiness

Phyliss Jia Gai *

(Guanghua School of Management, Peking University)

Xiaoying Zheng

(Business School, Sun Yat-Sen University)

Yanping Tu

(Guanghua School of Management, Peking University)

Yin Lin

(School of Economics and Management, Communication University of China)

Jing Xu

(Guanghua School of Management, Peking University)

Summary: Today's Chinese women are expected to work and contribute to society, just like men, while simultaneously taking on most family responsibilities at home. The dominant belief is that only when women excel both at work and home, can they be deemed successful and content. This set of expectations not only represents social ideals for women but also serves as a personal life goal for many. Nonetheless, it is not clear whether work-family balance truly makes women happy and fulfilled. The happiness of women holds significant implications not only for the stability and harmony of individual families but also for the sustainable development of society as a whole. The current research focuses on female time allocation and investigate how the distribution of time between work and family impacts female happiness. From an observer's perspective, it seems that women who prioritize either family or work often find themselves at a disadvantage in both aspects: full-time homemakers feel less powerful at home, whereas work-oriented women may lack the support and warmth provided by their loved ones. Consequently, achieving work-family balance becomes an ideal state that promises women a heightened sense of well-being, perceived as a “double success”. Nevertheless, when viewed from the actor's standpoint, balancing work-family time allocation exposes women to role conflicts and decision-making difficulties. For instance, work demands often disrupt family obligations and encroach upon precious family time. Moreover, women who strive for balance may perceive themselves as falling short in both domains when compared to those who prioritize their family or work and, as a result, feel unaccomplished. Hence, while the public tends to view balanced women as happier than family-oriented or work-oriented women, women who are

* Corresponding Author: Phyliss Jia Gai, Guanghua School of Management, Peking University, E-mail: gai@gsm.pku.edu.cn.

actually balancing time allocation may not share the same sentiment and, paradoxically, view work-family balance as a “double stressor” in their life. In line with this paradox, psychological research has documented that people may “miswant” things that they do not actually enjoy because they are in different mindsets when predicting versus experiencing.

Data from more than 30 provinces and cities across China highlights the disparity between the predicted and the actual experience. To examine social perception, we randomly assigned 1,500 respondents to one of three distinct patterns of time allocation: balanced (equal distribution of time between family and work), family-oriented (dedicating most time to family), and work-oriented (prioritizing the majority of time for work commitments). We find that people perceived balanced women to be happier than family-oriented (+13%) or work-oriented women (+22%). This social perception of “double success” holds across various demographics.

In order to assess the actual well-being of women, we analyzed two nationally representative datasets: the 2010 China Family Panel Studies (CFPS) and the 2018 China Household Time Use Survey data. Despite the time lag and divergent measurements of time allocation, the findings are remarkably consistent: The more balanced the time allocation between work and family, the lower the reported levels of happiness among women. This pattern was most pronounced among women between 25 and 45 years old, when they were active in the workforce and shoulder most of the caregiving responsibilities at the same time. Thus, it seems that time invested in work and family constitutes a “double stressor” for balanced women. However, this pattern does not arise in men, which suggests that work-family balance primarily places a burden on women, compelling them to strive for excellence in both roles. Conversely, social expectations regarding male success predominantly focus on their professional achievements, with weaker expectations for them to take on family responsibilities.

To better understand the economic impact of time balance, we compared its effect size against the effect of income, which has a strong positive influence on female happiness. Our findings indicate that every hour toward the absolute balance (i.e., work time = family time) decreases female happiness to the extent of losing a year of their income on average. Thus, the impact of balance on happiness is not only statistically significant but economically meaningful.

Our findings contribute to and expand upon previous research on the gap between predicted and experienced affective states. They also offer valuable insights into female happiness from the perspective of time allocation. Contrary to some findings in other countries, where the time balance between work and family increases time pressure but does not undermine female life satisfaction, the “double-stressor” phenomenon in China suggests that it may be unique to cultures where the public holds expectations for women to excel both at work and family yet social and institutional support for balancing is lacking. For policymakers and managers, our findings suggest that it is crucial to assist both women themselves and society at large in breaking free from the illusion of “double success” imposed on the “ideal woman”. By challenging the entrenched beliefs and perceptions surrounding the notion of “having it all,” women can attain more freedom in choosing and managing their own time and happiness. In addition, companies should (continue to) promote flexible working hours for female employees. Related policies such as remote work options and on-site childcare facilities can help improve the happiness, productivity, and self-efficacy of women in the workforce.

Keywords: Gender; Happiness; Work-Family Balance; Time Allocation; Miswanting

JEL Classification: C91; D6; D9; I31; J1