



HK.WeCARE 香港開心D 開心指數發佈會2018

2018年09月20日
和富商業大廈21樓



香港開心D(HK.WeCARE)

- ◆ 和富社會企業「香港開心D」平台自2015年起進行開心指數調查，每年均引起社會關注香港人的快樂狀況。
- ◆ 我們的願景：
 - ◆ 喚起社會各界關注快樂狀況
 - ◆ 與不同界別攜手合作，策劃具針對性的工作，讓香港真正開心D！



背景簡介



研究目的

- ◆ 調查香港人開心指數
- ◆ 調查內在心理因素與快樂的關係
- ◆ 調查外在環境因素與快樂的關係
- ◆ 調查個別群組快樂與不快樂成因



研究方法

- ◆ 和富社會企業HK.WeCARE於2018年8月13日至8月31日期間在社交媒體收集問卷，同時亦委託研究員從網上收集問卷，共收集了1013份有效問卷。

1. 開心指數

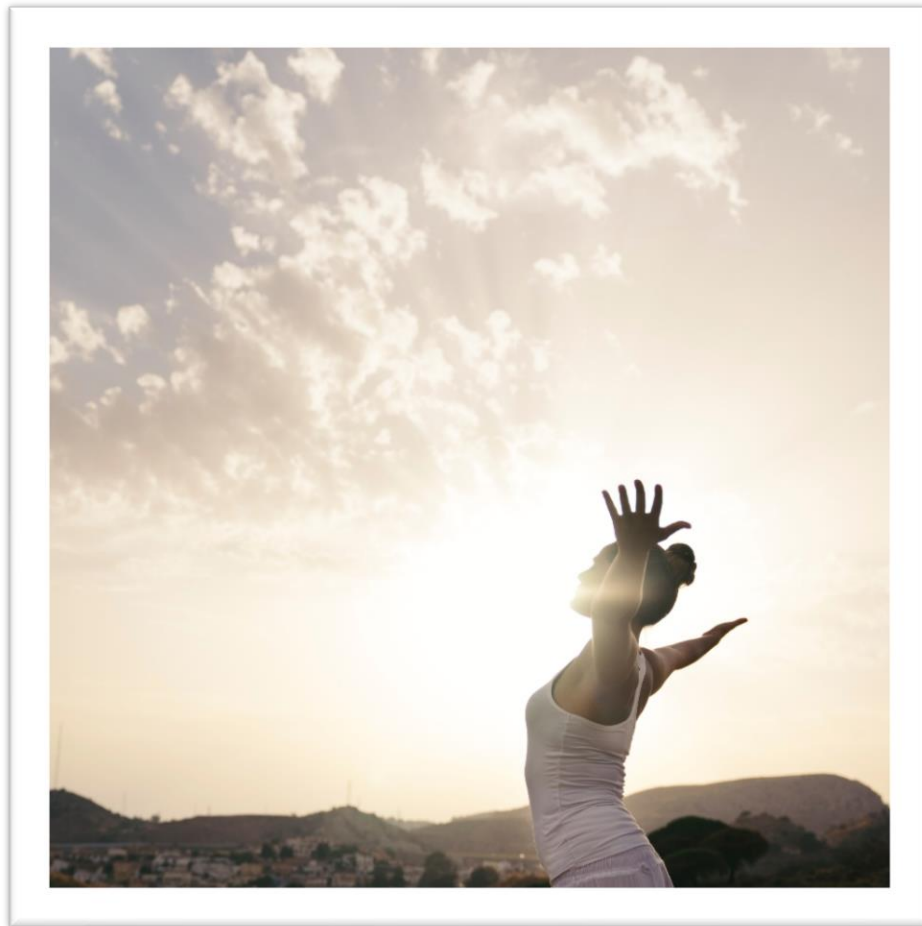
- 量度受訪者的快樂狀況
- 以下是「開心指數」評估題目例子：
整體來說，你快樂嗎？(0-10分)

2. 內在心理因素

- 以「LIFE」分數 (LIFE Score)量度受訪者「心理資本」(Mental Capital)
 - a. 關愛(Love)
 - b. 智慧(Insight)
 - c. 堅毅(Fortitude)
 - d. 行動(Engagement)

3. 外在環境因素

- 量度受訪者對生活上各項的滿意程度
 - a. 政治及社會狀況
 - b. 政府的施政
 - c. 經濟狀況
 - d. 自己的住房狀況
 - e. 居住環境
 - f. 公共醫療
 - g. 娛樂康體設施
 - h. 媒體



以下是LIFE Score 評估題目例子：

- (「0分」代表最不同意，「10分」代表最同意)

關愛 (Love) (平均分：0–10分)

1. 我關心並愛護我的家人。
2. 我樂意助人。

智慧 (Insight) (平均分：0–10分)

1. 我專注於自己做到最好，不介意別人如何評價我。
2. 我經常反思每天的生活，努力完善自己。
3. 我從錯誤中學到很多，智慧漸長。
4. 對於自己能力處理範圍以外的事情，我不會去多想。
5. 我力求生活平衡、工作娛樂飲食均能節制。

堅毅 (Fortitude) (平均分：0–10分)

1. 遇到挫敗我不氣餒。
2. 我有堅強的信念，不怕困難。

行動 (Engagement) (平均分：0–10分)

1. 我有清晰的人生目標。
2. 每做一件事我都全心全意盡力去做好。
3. 活在世上很有價值。



以下是對外在環境滿意程度的評估題目例子：

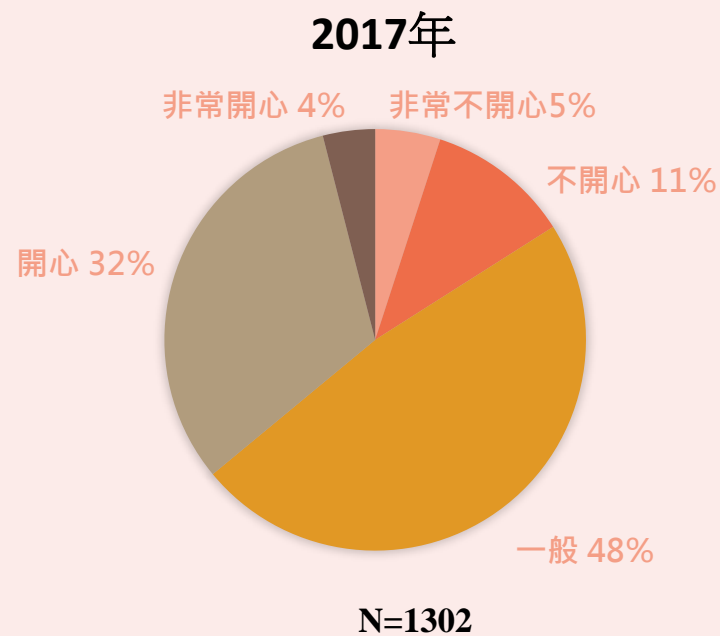
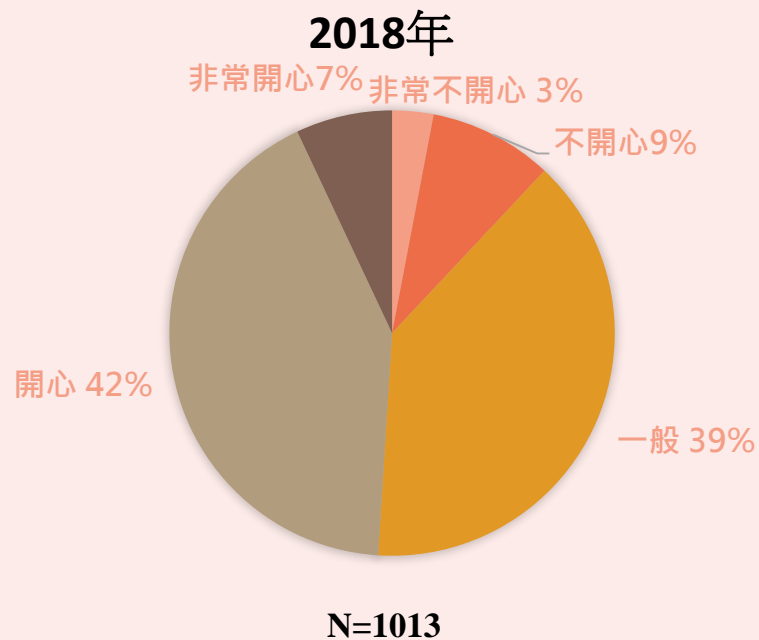
- 對生活上各項的滿意程度 (平均分：0–10分)
(「0分」代表最不滿意，「10分」代表最滿意)
 1. 政治及社會狀況
 2. 政府的施政
 3. 經濟狀況
 4. 自己的住房狀況
 5. 居住環境
 6. 公共醫療
 7. 娛樂康體設施
 8. 媒體



數據結果

被訪者特徵	類別	百份比	被訪者特徵	類別	百份比
年齡	34歲或以下	52.5%	學歷	中學或以下	38.2%
	35歲至54歲	36%		專上教育	48.1%
	55歲至65歲或以上	11.5%		碩士或以上	13.7%
感情狀況	單身	35%	收入	\$0-\$9999	29.1%
	已婚	39%		\$10000-\$14999	19.2%
	交往中	22%		\$15000-\$19999	15.2%
	離婚	3%		\$20000-\$29999	12.9%
	喪偶	1%		\$30000-\$39999	7.2%
		\$40000-\$49999		5.0%	
就業狀況	在職	71%	>\$50000	11.4%	
	家庭主婦	9%	住屋類型	公營租住房	35.8%
	待業	3%		私營住宅	37.7%
	退休	7%		居屋	17.7%
	正職學生	10%		村屋	5.5%
		其他		3.3%	
性別	男	35.4%	居住形式	自置(不用供款)	38.8%
	女	64.6%		自置(仍須供款)	15.9%
				租用	45.3%

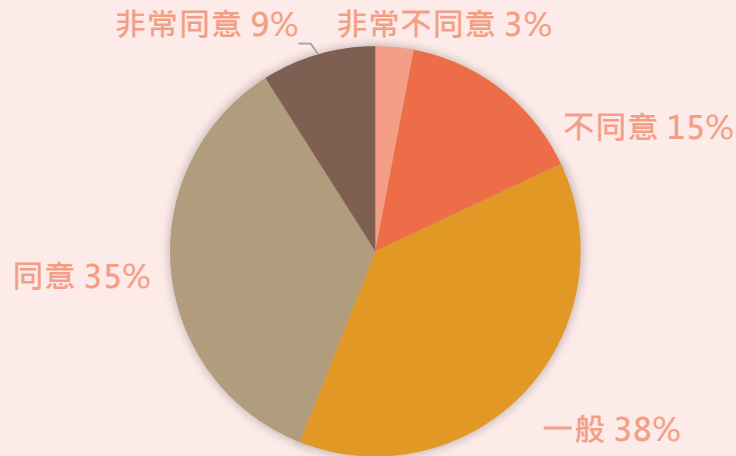
你目前的生活開心嗎？(N=1013)



有49%人表示生活開心，比去年36%高。

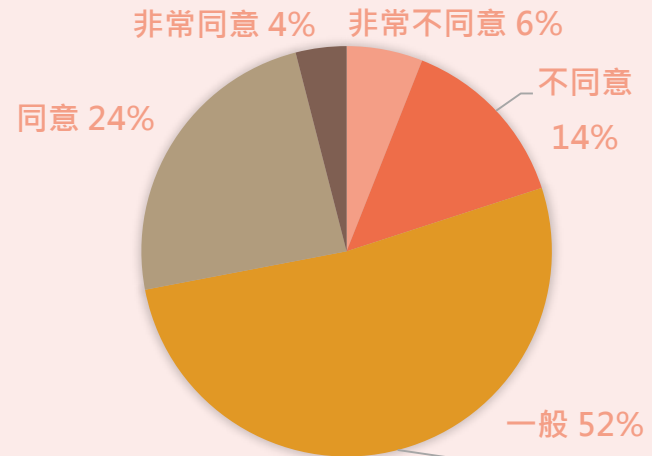
你比去年開心嗎？(N=1013)

2018年



N=1013

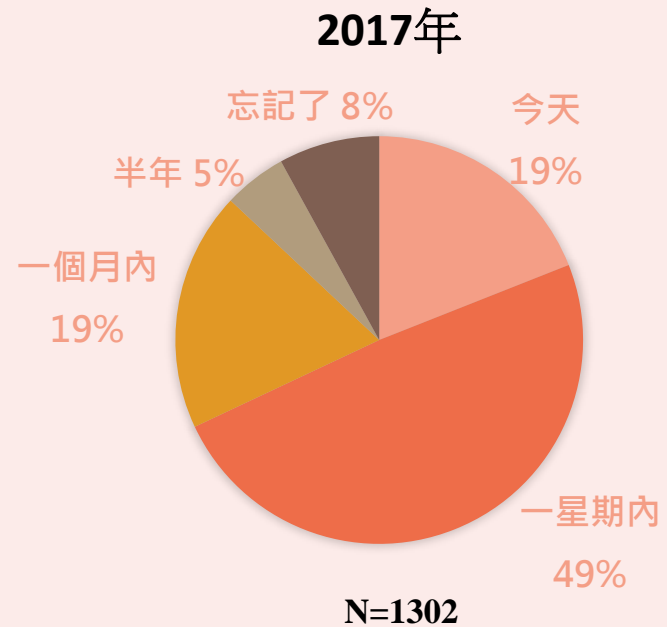
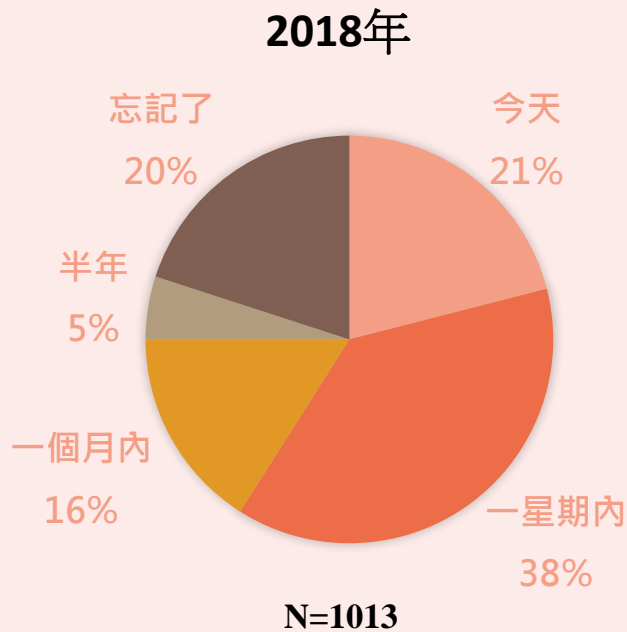
2017年



N=1302

有44%人表示比去年開心，比去年28%高。

你上一次放聲大笑是甚麼時候？(N=1013)



有59%人表示於一星期內曾放聲大笑，比去年68%低。

整體來說，你有多快樂？(0-10分)(N=1013)

人數

300

250

200

150

100

50

0

0

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

開心指數

2%

1%

3%

4%

6%

13%

16%

26%

20%

開心指數(Weighted)

2018年

6.54

2017年

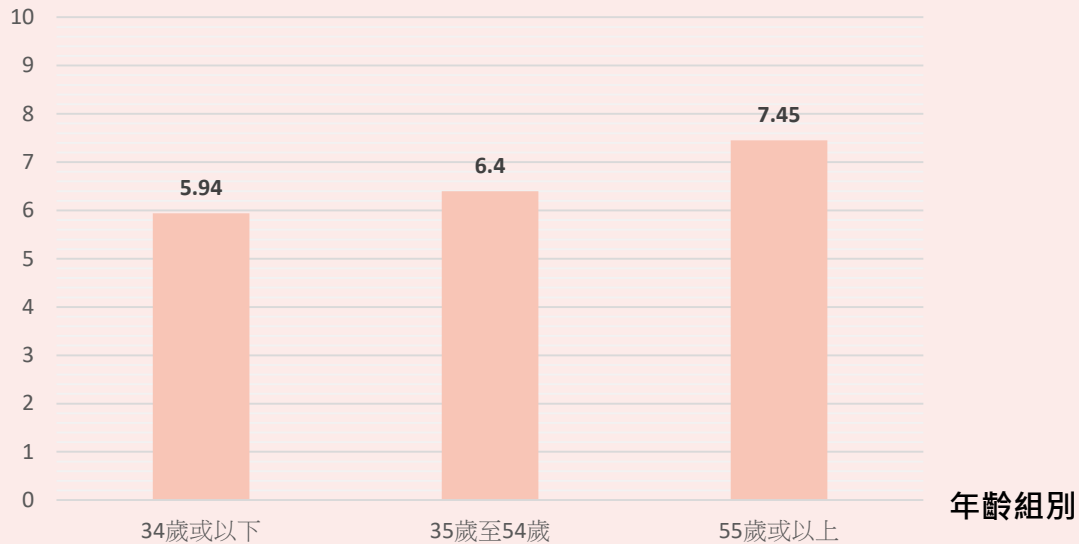
6.4

加權平均分(Weighted Mean):6.54
標準差(Std Deviation):2.076

有56%受訪者的開心指數有7分或以上；
有16%受訪者的開心指數只有4分或以下。

按年齡組別劃分開心指數(N=1013)

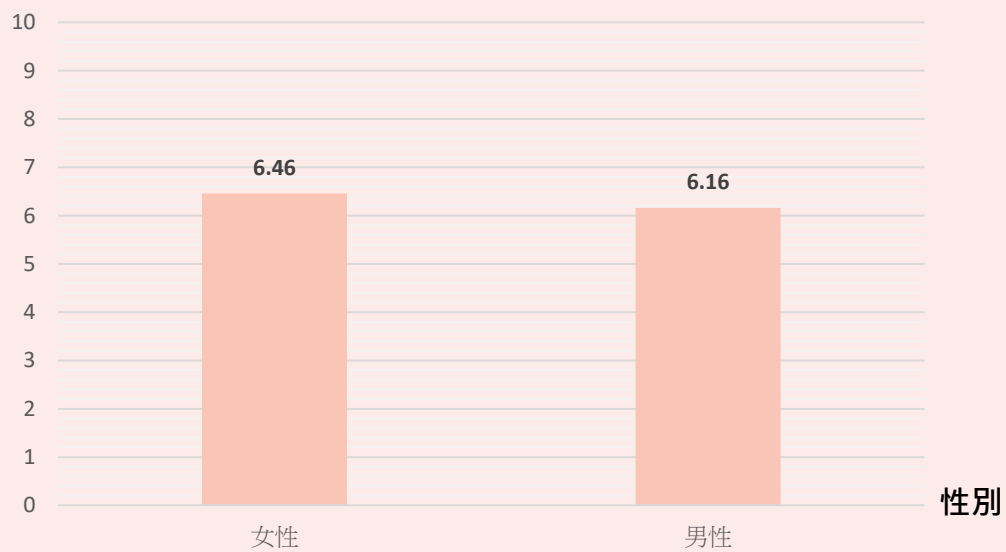
開心指數



34歲或以下年齡層的受訪者的開心指數最低；
55歲或以上的受訪者的開心指數最高。

按性別組別劃分開心指數(N=1013)

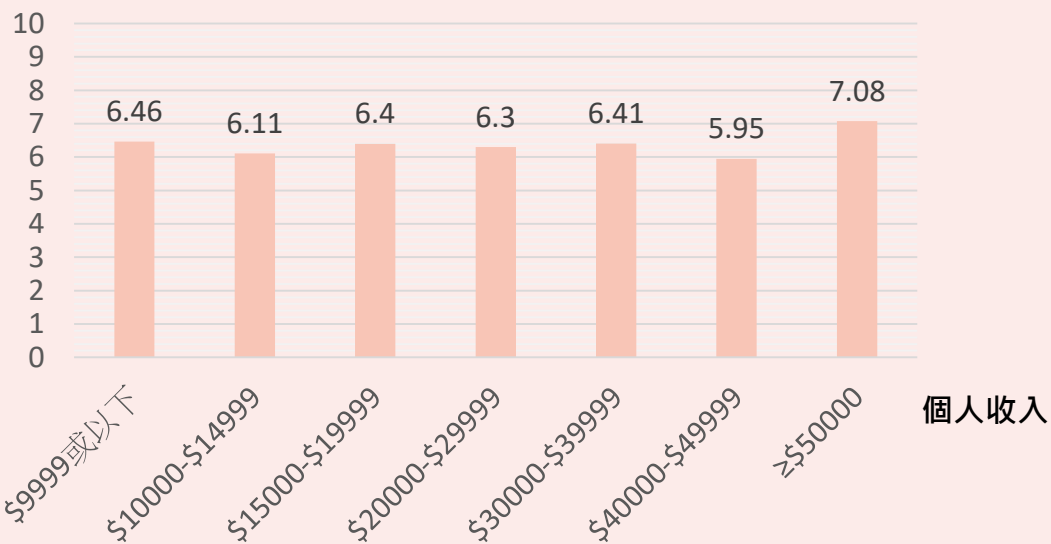
開心指數



女性的開心指數較男性的高。

按收入組別劃分開心指數(n=719)

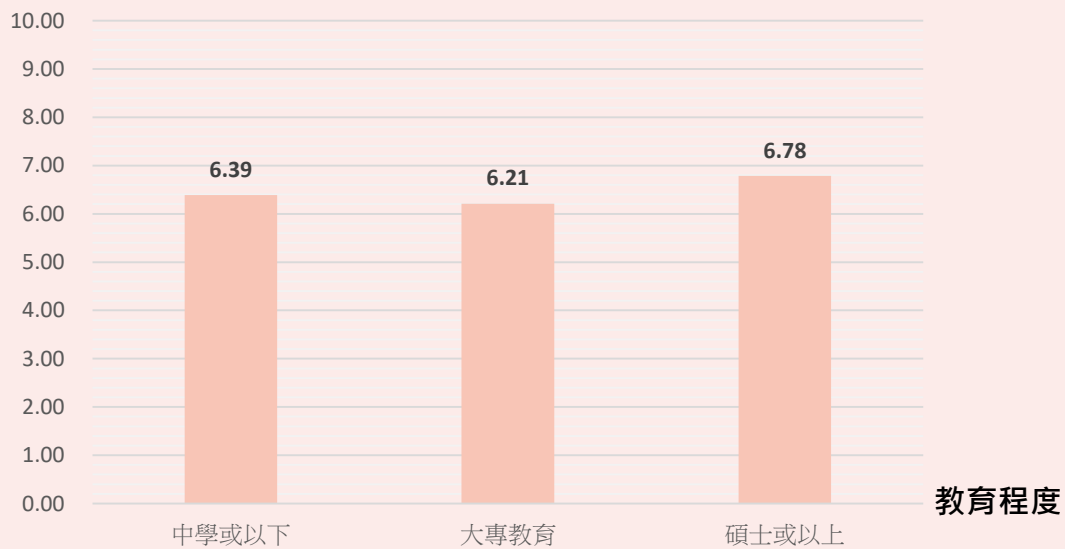
開心指數



\$40000-\$49999收入群組開心指數為最低。

按教育程度劃分開心指數(N=1013)

開心指數

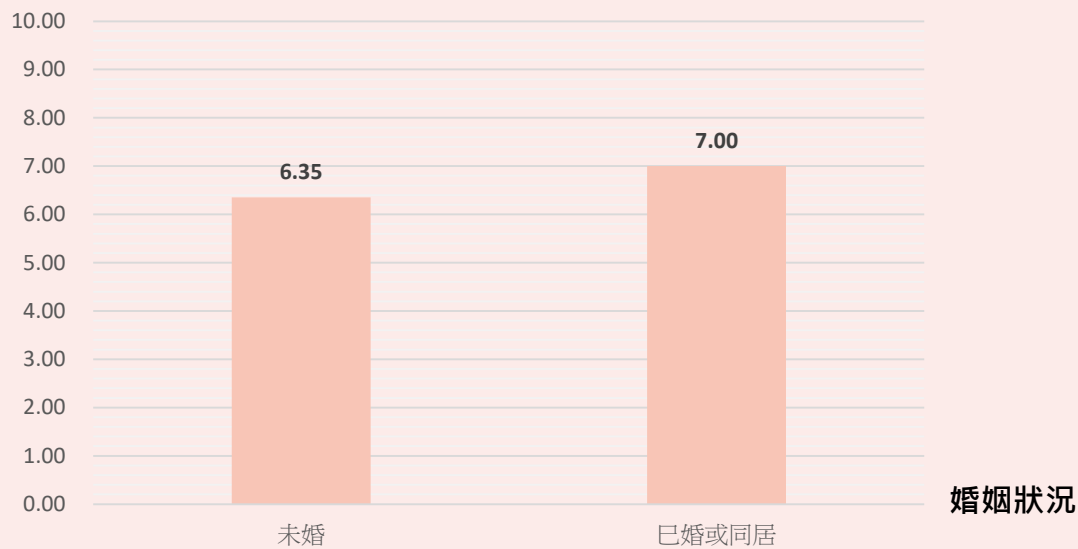


大專學歷受訪者開心指數最低。



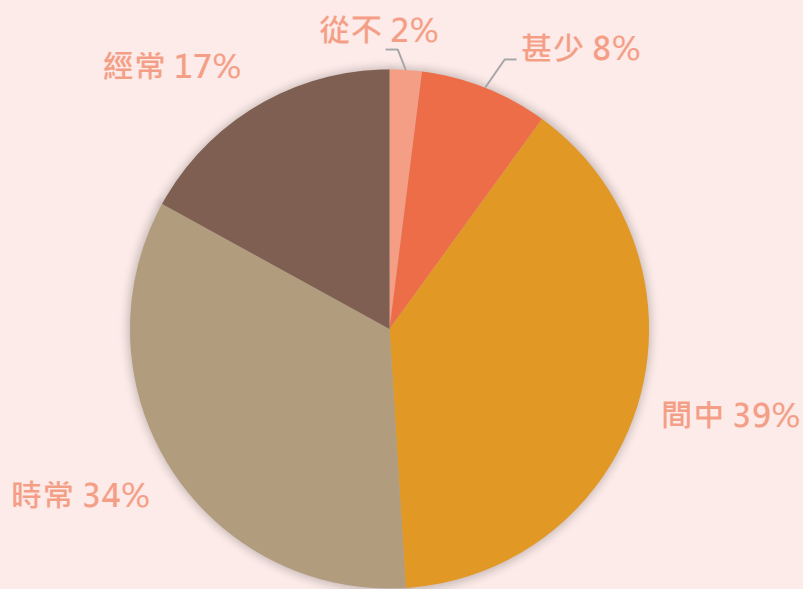
按婚姻狀況劃分開心指數(N=1013)

開心指數



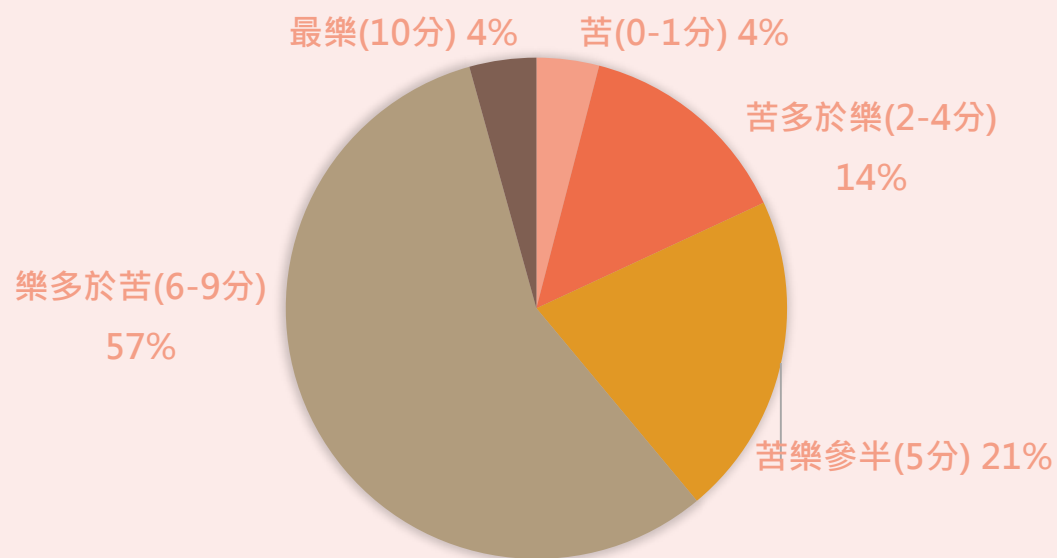
已婚或同居比未婚受訪者的開心指數高。

你是否經常懷有感恩的心？(N=1013)



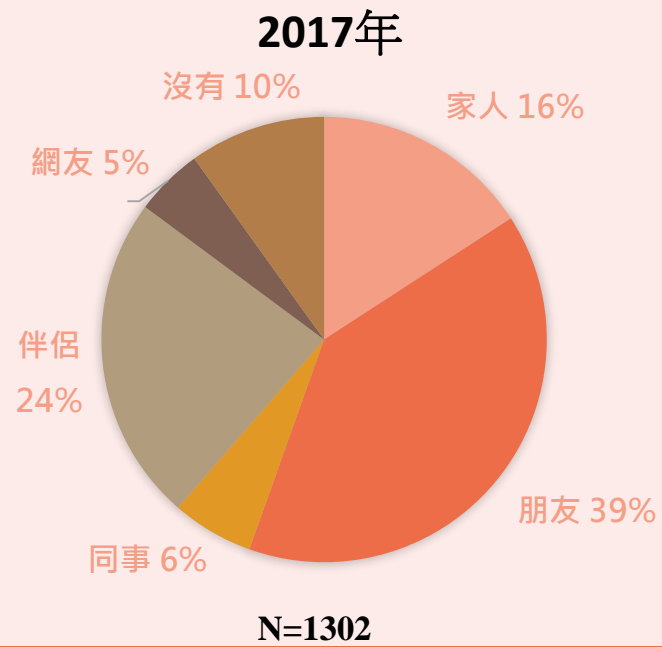
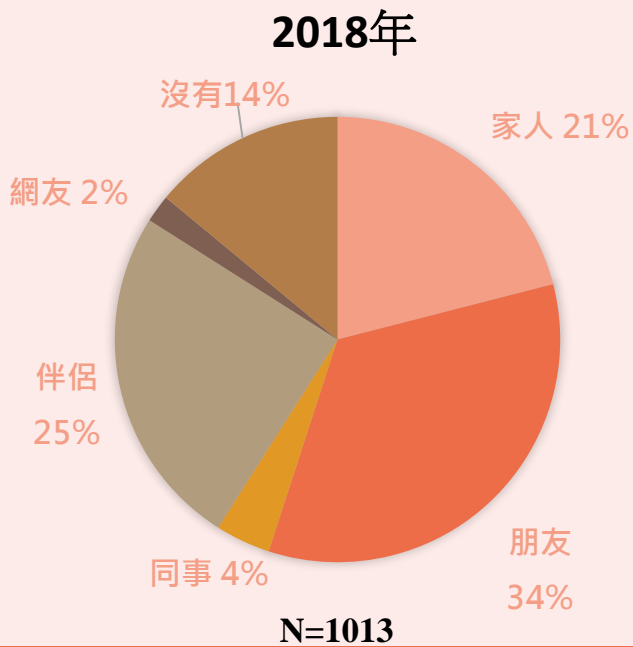
有51%受訪者表示時常或經常懷有感恩的心。

你對自己在職上班苦樂定位如何？(n=719)



超過61%受訪在職人士表示工作樂多於苦；
有18%受訪在職人士表示工作苦多於樂。

當不开心時，你第一時間會找誰傾訴？(N=1013)



當不开心時，34%受訪者第一時間會找朋友作傾訴對象。

LIFE Score

量度形成快樂的內在因素

LIFE Score (N=1013)

(「0分」代表最不同意，「10分」代表最同意)	平均值 (Mean)	標準差 (Std Deviation)
關愛(Love)	7.9	
我會為家人分擔工作。	8.13	1.79
我樂意助人。	7.66	1.64
智慧(Insight)	6.93	
我專注於自己做到最好，不介意別人如何評價我。。	6.86	2.07
我經常反思每天的生活，努力完善自己。	6.85	1.95
我從錯誤中學到很多，智慧漸長。	7.48	1.72
對於自己能力處理範圍以外的事情，我不會去多想。	6.43	2.33
我力求生活平衡、工作娛樂飲食均能節制。	7.03	2.04
堅毅(Fortitude)	6.75	
遇到挫敗我不氣餒。	6.68	2.13
我有堅強的信念，不怕困難。	6.81	2.11
行動(Engagement)	7.15	
我有清晰的人生目標。	6.66	2.34
每做一件事我都全心全意盡力去做好。	7.56	1.77
活在世上很有價值。	7.23	2.27

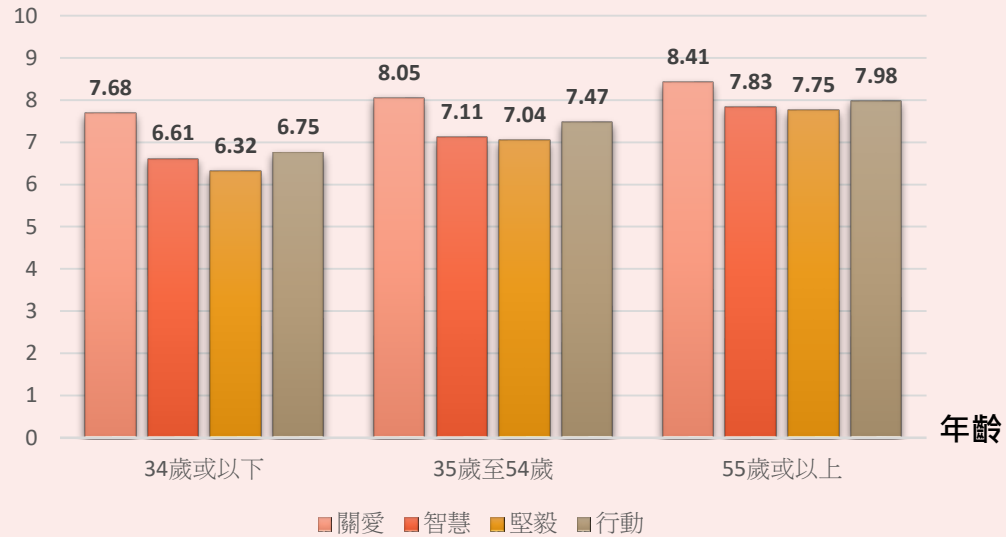
LIFE Score的趨勢(2017-2018)

(「0分」代表最不同意，「10分」代表最同意)	2018 平均值 (Mean)	2017 平均值 (Mean)
關愛(Love)	7.9	7.78
智慧(Insight)	6.93	6.57
堅毅(Fortitude)	6.75	5.71
行動(Engagement)	7.15	6.84

「關愛」、「智慧」、「堅毅」及「行動」的分數比去年高。

按年齡狀況劃分LIFE Score

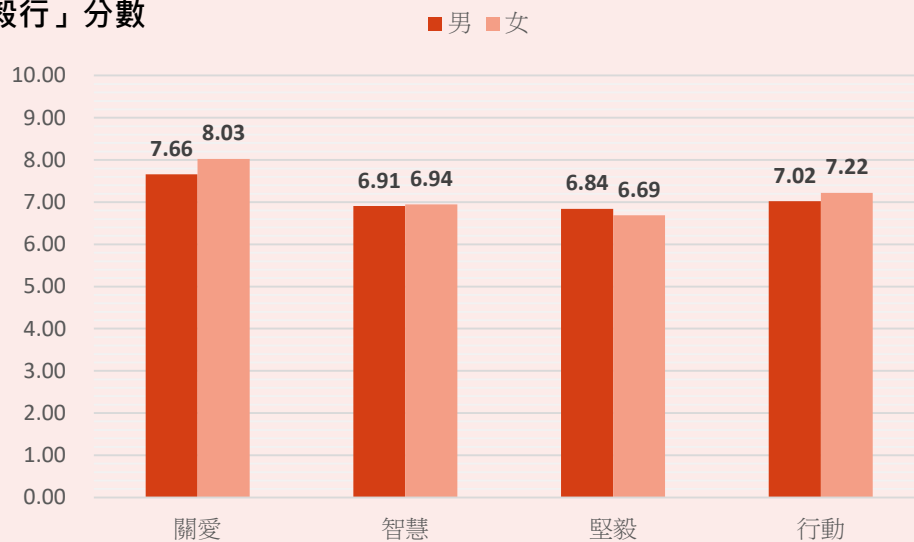
「愛智毅行」分數



年齡愈大，LIFE Score愈高。

按性別劃分LIFE Score

「愛智毅行」分數



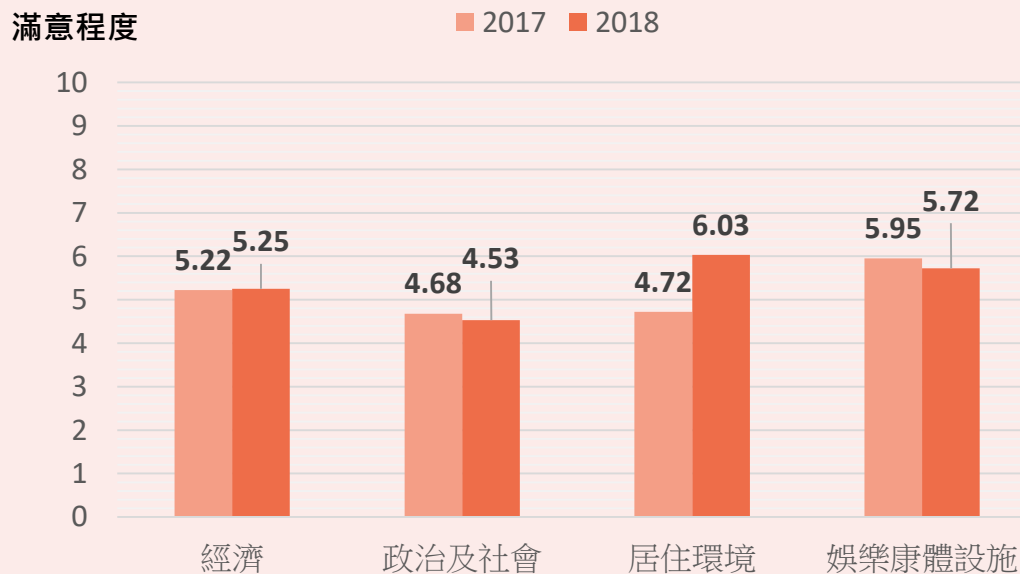
女性於「關愛」、「智慧」及「行動」的分數較男性高。

對外在環境的滿意程度
量度形成快樂的內在因素

對外在環境的滿意程度 (N=1013)

(「0分」代表最不满意，「10分」代表最滿意)	平均值 (Mean)	標準差 (Std Deviation)
政治及社會狀況	4.53	2.49
政府的施政	4.31	2.56
經濟狀況	5.25	2.38
自己的住房狀況	5.88	2.61
居住環境	6.03	2.51
公共醫療	5.34	2.47
娛樂康體設施	5.72	2.15
媒體	5.59	2.26

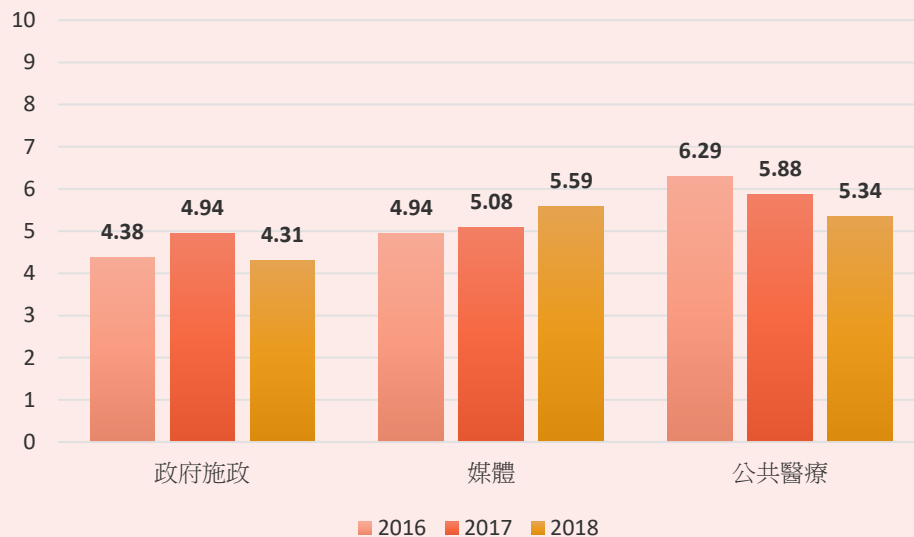
對「經濟」、「政治及社會」、「娛樂康體設施」及「居住環境」
的滿意程度趨勢
(HK.WeCARE開心指數調查，2017-2018)



居住環境的滿意程度增加；
政治及社會及娛樂康體的滿意程度稍跌。

對「政府施政」、「媒體」及「公共醫療」的滿意程度趨勢
(香港快樂指數調查，2016-2017、HK.WeCARE開心指數調查，2018)

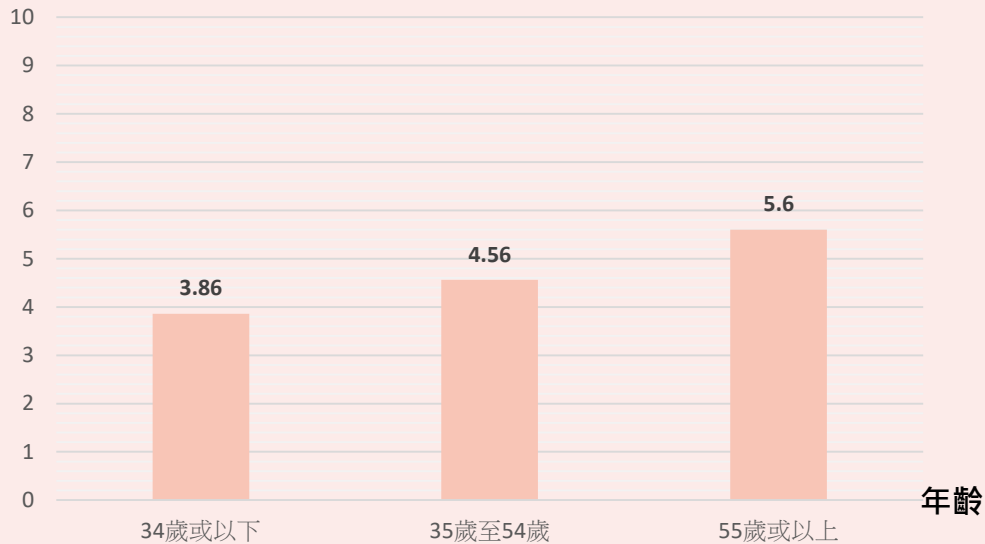
滿意程度



公共醫療及政府施政的滿意程度比去年下降；
對媒體的滿意程度上升。

按年齡狀況劃分對政府施政的滿意程度

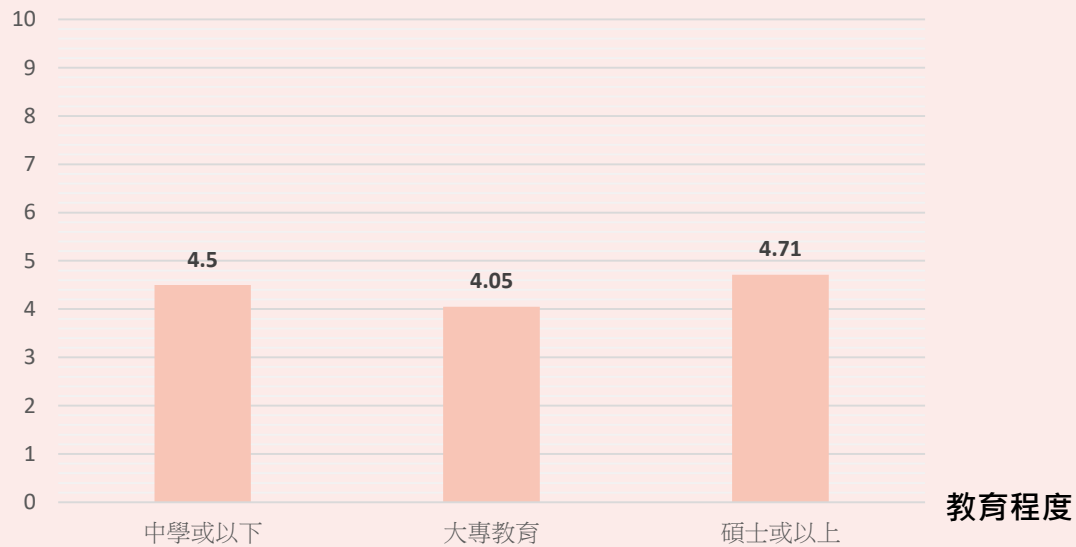
滿意程度



年齡愈大，偏向滿意政府施政。

按學歷劃分對政府施政的滿意程度

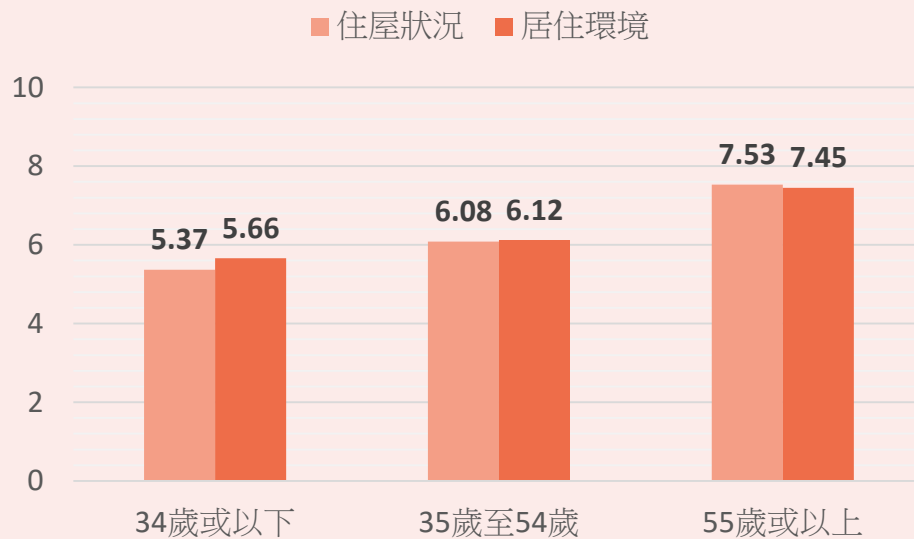
滿意程度



有大專教育學歷的受訪者最不滿意政府施政。

按年齡劃分對媒體的滿意程度

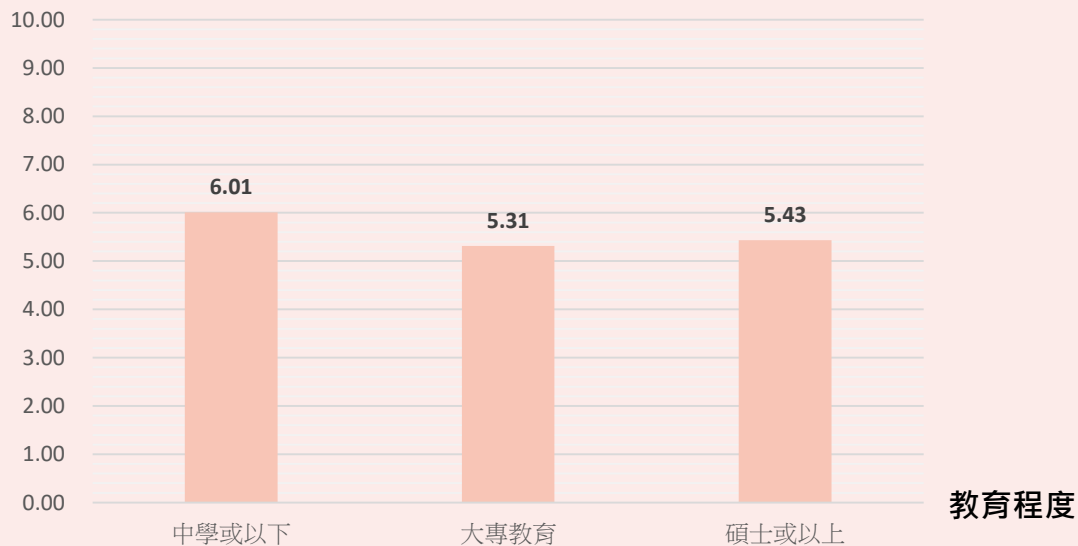
滿意程度



年齡愈大，愈滿意媒體。

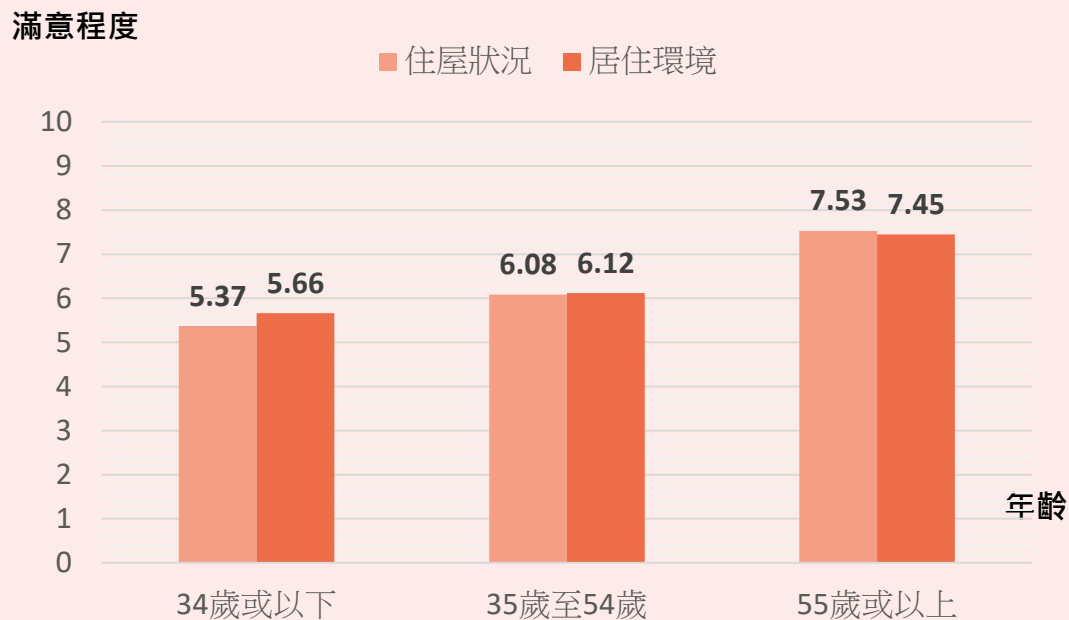
按學歷劃分對媒體的滿意程度

滿意程度



中學或以下教育程度的受訪者對媒體較滿意。

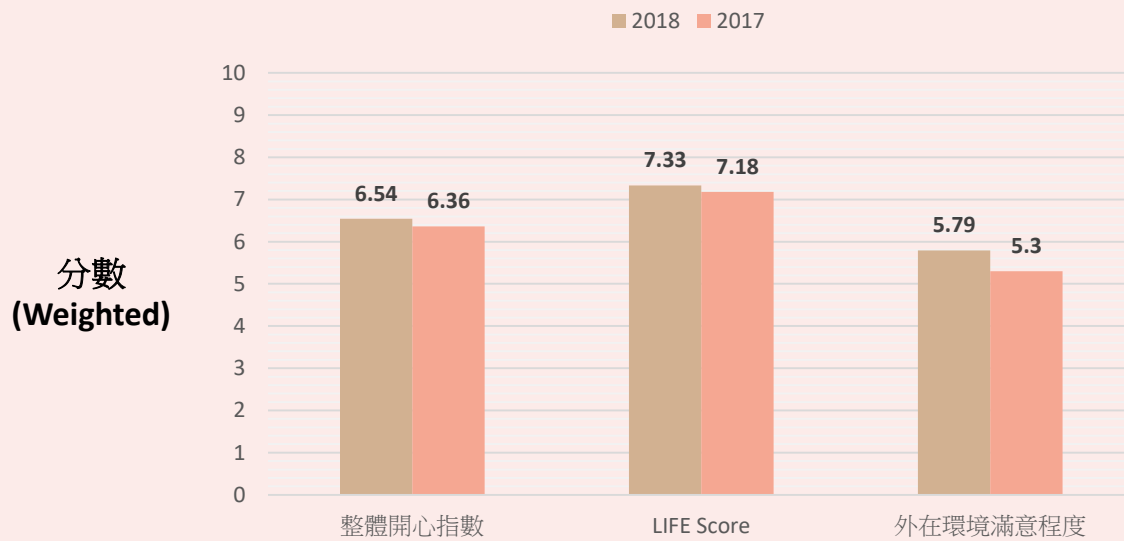
按年齡劃分對住房狀況及居住環境的滿意程度



年齡愈大，對住房狀況及居住環境的滿意程度愈高。

數據分析

「開心指數」與「LIFE Score」及「與外在環境滿意程度」的關係



開心指數、愛智毅行指數、和外在環境滿意程度都稍有上升。

開心指數與「LIFE Score」及「外在環境的滿意程度」的關係

Correlations

		1. 整體來說， 你有多快樂？	LIFEScore	外在環境的滿意程度
1. 整體來說， 你有多快樂？	Pearson Correlation	1	.579**	.550**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N	1013	1013	1013

「LIFE Score」跟「整體開心指數」呈正向關係 ($r=0.579, p<0.001$)
 「外在環境的滿意程度」跟「整體開心指數」呈正向關係 ($r=0.550, p<0.001$)
 「LIFE Score」較「外在環境滿意程度」影響整體開心指數。

開心指數與「LIFE Score」的關係

Variables	Coefficient	T-Statistic	Prob.
關愛 (Love) ^{***}	0.202	4.621	.000
智慧 (Insight) ^{***}	0.206	3.746	.000
堅毅 (Fortitude)	0.039	.915	.360
行動 (Engagement) ^{***}	0.394	8.242	.000
常數(Constant)	.255	.835	.404

「關愛」、「智慧」及「行動」跟開心指數有顯著的關係。

(^{***}indicates 1% significance) (^{**}indicates 5% significance) (^{*}indicates 10 significance)

開心指數與「外在環境因素」的關係

Variables	Coefficient	T-Statistic	Prob.
政治及社會狀況	0.061	1.44	.151
政府的政施	0.005	0.114	.909
經濟狀況***	0.191	5.582	.000
自己的住房狀況	0.055	1.387	.166
居住環境***	0.111	2.660	.008
公共醫療	0.51	1.489	.137
娛樂康體設施	0.49	1.209	.227
媒體**	0.72	2.261	.024
常數	3.108	18.134	0.000

「經濟狀況」、「居住環境」及「媒體」的滿意程度對開心指數有顯著的關係。

(***indicates 1% significance) (**indicates 5% significance) (*indicates 10% significance)

開心指數與個人人口特徵的關係

組群：開心的人(開心指數≥6分)、不開心的人(開心指數≤4分)

Variables	Unhappy people		Happy People		T Test
	Mean	n	Mean	N	
LIFE Score (/10)	5.9	158	7.58	726	T(192.208)=11.860, p=0.000
外在環境的滿意程度 (/10)	3.7	158	5.81	726	T(213.572)=12.459, p=0.000
收入 (/10)	3.7	158	4.13	726	T(882)=2.582, p=0.010
職場快樂 (/10)	4.22	158	6.55	726	T(207.657)=12.840, p=0.000
感恩習慣 (/5)	3.03	158	3.73	726	T(882)=8.933, p=0.000

開心的人的「LIFE Score」、「外在因素的滿意程度分數」、「收入」、「職場快樂程度」、「感恩習慣」都比不開心的人較高或較多。

(***indicates 1% significance) (**indicates 5% significance) (*indicates 10 significance)

開心指數與個人人口特徵的關係

組群：全部

Variables	Coefficient	T-Statistic	Prob.
關愛 (Love) ^{***}	.166	3.897	.000
智慧 (Insight) ^{***}	.148	2.779	.006
堅毅 (Fortitude)	.042	1.042	.298
行動 (Engagement) ^{***}	.329	7.054	.000
收入 (Income)	-.027	-1.037	.300
單身及未婚 (Single and Never Married)	-.097	-.902	.367
待業中 (Seeking Jobs) [*]	-.363	-1.790	.074
男性 (Male)	-.174	-1.598	.110
自己的住房狀況 (Housing Status) ^{***}	.196	9.300	.000
常數 (Constant)	.463	1.465	.143

「關愛」、「智慧」、「行動」、「待業中」以及「自己的住房狀況」對整體開心指數有顯著關係。

(***indicates 1% significance) (**indicates 5% significance) (*indicates 10% significance)

開心指數與個人人口特徵的關係

組群：19-34歲 / 開心指數：6.08

Variables	Coefficient	T-Statistic	Prob.
關愛 (Love)	.077	1.293	.196
智慧 (Insight) ^{***}	.282	3.645	.000
堅毅 (Fortitude)	-.002	-.038	.969
行動 (Engagement) ^{***}	.356	5.510	.000
收入 (Income) [*]	.019	.417	.677
單身及未婚 (Single and Never Married)	-.049	-.309	.757
待業中 (Seeking Jobs)	-.167	-.595	.552
男性 (Male) ^{**}	-.381	-2.255	.025
自己的住房狀況 (Housing Status) ^{***}	.131	4.265	.000
常數 (Constant)	.621	1.360	.174

「智慧」、「行動」、「男性」以及「自己的住房狀況」
對19至34歲群組的整體開心指數有顯著關係。

(***indicates 1% significance) (**indicates 5% significance) (*indicates 10% significance)

開心指數與個人人口特徵的關係

組群：55歲或以上 / 開心指數：7.21

Variables	Coefficient	T-Statistic	Prob.
關愛 (Love)	.101	.551	.583
智慧 (Insight)	-.019	-.106	.916
堅毅 (Fortitude)**	.295	2.492	.014
行動 (Engagement)**	.344	2.456	.016
收入 (Income)	-.010	-.165	.870
單身及未婚 (Single and Never Married)	-.163	-.385	.701
待業中 (Seeking Jobs)	.656	.800	.425
男性 (Male)	.127	.425	.672
自己的住房狀況 (Housing Status)**	.259	3.309	.001
常數 (Constant)	-.505	-.454	.651

「堅毅」、「行動」及「自己的住房狀況」
對55歲或以上群組的整體開心指數有顯著關係。

(***indicates 1% significance) (**indicates 5% significance) (*indicates 10% significance)

開心指數與個人人口特徵的關係

組群：男性 / 開心指數：6.16

Variables	Coefficient	T-Statistic	Prob.
關愛 (Love)**	.247	3.113	.002
智慧 (Insight)	.067	.704	.482
堅毅 (Fortitude)	-.035	-.486	.627
行動 (Engagement)***	.392	4.390	.000
收入 (Income)**	-.152	-3.166	.002
單身及未婚 (Single and Never Married)	-.243	-1.165	.245
待業中 (Seeking Jobs)	-.484	-1.331	.184
自己的住房狀況 (Housing Status)***	.283	7.569	.000
常數 (Constant)	.427	.777	.438

「關愛」、「行動」、「收入」、「自己的住房狀況」
對男性整體開心指數有顯著關係。

(***indicates 1% significance) (**indicates 5% significance) (*indicates 10% significance)

開心指數與個人人口特徵的關係

組群：女性 / 開心指數：6.46

Variables	Coefficient	T-Statistic	Prob.
關愛 (Love)**	.131	2.676	.008
智慧 (Insight)**	.199	3.154	.002
堅毅 (Fortitude)	.074	1.522	.128
行動 (Engagement)***	.301	5.677	.000
收入 (Income)	.045	1.493	.136
單身及未婚 (Single and Never Married)	-.094	-.768	.443
待業中 (Seeking Jobs)	-.292	-1.228	.220
自己的住房狀況 (Housing Status)***	.139	5.580	.000
常數 (Constant)	.431	1.142	.254

「關愛」、「智慧」、「行動」、「自己的住房狀況」
對女性的整體開心指數有顯著關係。

(***indicates 1% significance) (**indicates 5% significance) (*indicates 10% significance)

開心指數與個人人口特徵的關係

組群：在職人士 / 開心指數：6.38

Variables	Coefficient	T-Statistic	Prob.
關愛 (Love) ^{***}	.151	3.350	.001
智慧 (Insight)	.082	1.397	.163
堅毅 (Fortitude)	.041	.899	.369
行動 (Engagement) ^{***}	.218	4.187	.000
收入 (Income) ^{**}	-.065	-1.999	.046
單身及未婚 (Single and Never Married)	-.048	-.413	.680
自己的住房狀況 (Housing Status) ^{***}	.157	6.843	.000
職場快樂 (Happiness at work) ^{***}	.305	9.527	.000
男性 (Male) ^{**}	-.322	-2.820	.005
常數 (Constant)	.315	1.335	.182

「關愛」、「行動」、「收入」、「自己的住房狀況」、「職場快樂」及「男性」對在職人士的整體開心指數有顯著關係。

(***indicates 1% significance) (**indicates 5% significance) (*indicates 10% significance)

鳴謝支持機構



建議

問答時間

謝謝