



只有“贫贱夫妻”才“百事哀”吗？

专家：经济因素对幸福感的影响并非直接的

□本报记者 任洁

随着社会经济的飞速发展，不同家庭的收入差别较大，各种“不幸福”的抱怨层出不穷。什么是影响家庭幸福的重要因素？我们应该如何改变来收获幸福呢？中国人民大学社会与人口学院老师陶涛博士一一做了解答。

记者：老话说，“贫贱夫妻百事哀”，收入真的是影响家庭幸福的决定因素吗？

陶涛：中国人口福利基金会曾经和中国人民大学社会与人口学院课题组入户访问了9604个家庭，统计发现2/3的家庭未达到“非常幸福”水平。良好的经济水平是家庭幸福感的重要来源，但经济因素的变化对于幸福感的影响并非直接、单向的，在收入水平较低时，收入提高可以增加幸福感；当收入达到一定水平后，再增加收入对提升幸福感的作用就不明显了。

当今社会，随着经济的快速发展，影响家庭幸福水平的因素，除了最初的收入水平、住房条件等客观经济指标外，还需从主观角度考虑满意度指标。

记者：那么，到底什么因素决定家庭幸不幸福呢？

陶涛：影响家庭幸福的因素有很多：比如客观经济指标；是否具有和谐的家庭关系、工作与闲暇的平衡；良好的外部关系等。社会因素也会直接影响家庭幸福的程度，包括医疗、医疗等社会保障的完善、社会诉求和渠道的通畅、社会公平的落实、社会治安的提升等。

在生理健康方面，身体健康、较强的适应能力以及兴趣爱好对于家庭幸福感知更为重要。

当家庭成员出现疾病时，由此带来的经济负担、生活压力和情感刺激会严重影响整个家庭的幸福水平；社会的快速发展和沉重工作压力带来的消极体验和不满情绪，会让心理健康状况下降，从而影响家庭幸福水平。

一个能从积极乐观角度观察世界、处理矛盾的人，往往具有很高的幸福感知度，更能维护家庭幸福；相反则会拉低。所以，家庭幸福不仅需要基本生理层次上的满足，更需要精神上的支持和满足。

此外，受教育程度、人际关系、社会支持等方面也是促进家庭幸福的重要条件。比如受教育程度通过较高的收入水平或社会关系，间接提高幸福感。

记者：有没有一种因素是决定性的呢？

陶涛：有研究表明，家庭成员彼此间的关爱与欣赏，是建立幸福家庭的第一要素。在这样的家庭里，成员会努力发现其他成员的优点和长处，加以欣赏和赞美。

调查显示，尽管多数夫妻对婚姻并不是完全满意，但处于婚姻中的家庭幸福感要高于离婚、丧偶和单身家庭。无论从物质还是精神上，从生理还是心理上，夫妻双方相互给予的照顾和慰藉所带来的温暖和安全感，都能显著提高家庭的幸福感。

德国智能家电来“双十一”凑热闹

□本报记者 孙妍

近日，苏宁宣布和德国高端家电品牌Blomberg（博伦博格）合作。苏宁云商集团COO侯恩龙表示，双方的合作将围绕冰箱、洗衣机和冷柜等产品领域，而这些产品设计研发的核心就在于智能化家居集成解决方案。

此次双方首款合作的231智能冰箱将赶在“双十一大促”前在

苏宁易购、苏宁易购天猫旗舰店和苏宁门店三大平台独家首发。此款冰箱整合了匀冷制冷、10.1英寸智能大屏、云端控制、错叠式专利外观等领先技术，用户可通过苏宁易购APP下单，补充冰箱存储的果蔬，也可通过PPTV在厨房随时收看精彩赛事和集锦。

健康日历

国际社会为加强对口吃的重视，1997年，在国际口吃协会等四个组织的共同呼吁下把每年的10月22日定为“国际口吃日”。

口吃的治疗误区

□王宗

口吃虽然不像高血压、糖尿病等疾病直接损害人的机体，但它给患者的生活、学习、工作都带来极大的困难。比如买东西、打电话、与人交谈等，在常人看来非常容易的事情，却被患者视为畏途。

口吃治疗有着较长的历史，传统上曾经有过各种各样的治疗方法，如药物治疗、针灸疗法、暗示疗法等，一些疗法后来在实践中被否定，而另外的一些认为有部分效果的传统口吃治疗在总体疗效评价方面都不够理想，也不稳定，究其根源存在着三大误区：

1、过去医学认为口吃仅仅是一种心理障碍，因此一些治疗就专门针对心理障碍出发，采取与其他心理疾病相似的治疗方案。但据最新研究发现，口吃患者存在神经学的异常，并不是人

为的意识所能控制的，这也是单纯接受心理治疗只能维持短暂疗效的原因。

2、采取语言训练方法不科学。例如强调难发音、节拍发音法以及不歇气朗诵法等，这些方法与现实生活严重脱节，即使患者可以在医院里一时性摆脱口吃，但出院后很快就复发了。

3、缺乏必要的社会康复治疗。矫正口吃的目的是让患者恢复正常语言交流的功能，其本身就需要一个实践和熟练的过程。但患者存在心理障碍，无法短时间内融入社会，造成语言交流机会不多，从而严重阻碍了矫正治疗的顺利进行。专家建议学校的师生，当你发现你的学生或同学有以上症状时，不要嘲笑和模仿他们，当与他们交流时，请尽可能给他们创造一个宽松的言语环境，避免给他们形成心理压力。

这周末北京将迎时装盛宴

□本报记者 博雅

金秋十月，时装周像个老朋友一样如约而至，再次为大家送上超强阵容的时装盛宴。10月25日，梅赛德斯-奔驰中国国际时装周（2016春夏系列）将在北京拉开帷幕，2016年春夏流行趋势将提前走到我们的生活里，一场场以文化、艺术、时尚独具一身的“跨界”融合时尚的舞台秀，正等待我们去欣赏去品味。

作为中国时装界的顶级盛会，中国国际时装周越来越受到品牌和设计师的青睐。

在为期9天的时间里，将有90余家中外品牌和机构、73位中外设计师和135位设计新秀携最新作品亮相本季时装周，在北京饭店、751D·PARK、国贸大酒店等场地举办91场专业活动，其中专场发布71场，包括61场时装发布、5场时尚产品发布和4项专

业赛事和1所时尚院校毕业作品秀；以及DHUB设计汇、沙龙论坛、专题讲座、颁奖典礼等20项活动。

此外值得一看的还有，聚合时装周上下游优势资源的2015DHUB设计汇将于10月28至30日，在751D·PARK北京时尚设计广场时尚回廊举办，本届DHUB设计汇在规模上虽较上届有所缩小，但将更精确匹配品牌与专业观众的对接，真正为设计师与市场之间搭建起沟通、交易的桥梁，促进设计师与买手、渠道之间的交流，使之成为中国国际时装周功能的延伸。

11月2日晚，备受关注的中国时装设计“金顶奖”、中国十佳时装设计师、中国十佳职业时装模特以及中国时尚大奖、中国国际时装周品牌奖等一系列年度奖项将在颁奖典礼中一一揭晓。



老字号职工重阳“祝寿”忙

昨天是“九九重阳”，老字号的员工也忙着为老年顾客“祝寿”，记者在护国寺小吃后厨看到，这里的员工三班倒，歇人不歇锅地赶制寿桃。今年护国寺小吃起源店单店销售寿桃数量超过1万个，创销售新高。 本报记者 孙妍 摄影报道

【健康红绿灯】

绿灯

熬夜后吃些葡萄



葡萄的营养价值极高，其中的葡萄糖含量高达10%—30%，还富含多种维生素和人体所需的氨基酸，对保护肝脏效果非常明显。此外，葡萄中含有丰富的抗氧化成分，能延缓衰老，非常适合熬夜的人吃，对缓解神经衰弱、疲劳过度有很好的功效。

选对被子益睡眠



舒适的被子是优质睡眠的保证，能否迅速入睡与被窝温度有非常密切的关系。据研究，被窝温度在32℃至34℃时人更容易入睡。有条件的家庭可优先考虑羽绒被，因其填充物主要为鹅绒或鸭绒，所以更轻盈，并且干爽，吸湿，透汗。

红灯

爱发火者易短寿



研究发现，发火生气会缩短寿命。生气时最好做深呼吸，尽量放松身心。专家表示，愤怒其实也是压力的一种形式，而压力会增加血液中皮质醇水平。长期处在愤怒状态中或承受其他压力，很容易对健康产生负面影响，除了易引发心脏病外，还会增加脑中风等疾病的风险。

早起不排尿伤肝



欧洲肝脏研究协会专家丹尼尔·帕拉迪博士表示，体内排毒可以通过排尿、排汗、排便进行。早上起床之后尽快排尿，可以将累积一整夜的毒素及时排出体外，避免毒素滞留体内，导致肝脏“中毒”。