

EN BUSCA DE LA FELICIDAD

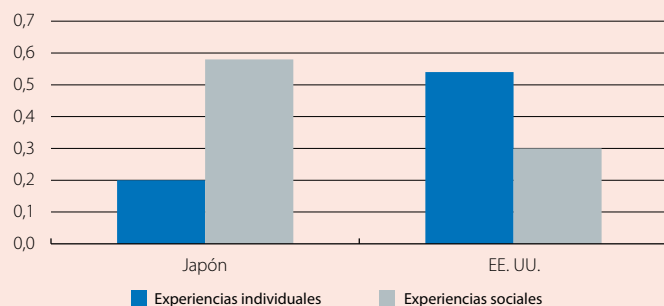
¿Es usted feliz? La felicidad y el ser humano

Teniendo en cuenta que este *Informe Mensual* sale publicado en plena temporada veraniega, es muy posible que usted, amigo lector, lo esté leyendo mientras disfruta de unas (merecidísimas, por otra parte) vacaciones. Pero entre baño y baño, ¿qué mejor momento del año que estos días largos y relajantes para reflexionar sobre la felicidad y su importancia, tanto para los individuos como para la ciencia económica? En este primer artículo del Dossier analizaremos el concepto de felicidad con un enfoque microeconómico, es decir, centrándolo en el individuo. Y es que cuando nos preguntamos si somos felices, primero hay que aclarar qué entendemos por felicidad y cómo medirla. Estas cuestiones, si bien pueden tener un punto filosófico, son claves toda vez que la razón de ser de la ciencia económica es mejorar las condiciones de vida de los individuos.

Para empezar, la literatura distingue entre tres tipos de felicidad: la satisfacción vital, el bienestar emocional y el bienestar eudaimónico. La satisfacción vital hace referencia a la evaluación de la vida en su conjunto. El indicador de referencia para medirla es la escalera de Cantril: se pregunta a los individuos dónde se colocarían en una escala del 0 al 10, donde el nivel 0 representa la peor vida posible y el nivel 10, la mejor. El bienestar emocional, por su parte, se refiere a las emociones y a los estados anímicos que sienten las personas en su día a día, tales como placer, tristeza, rabia o estrés. Se mide con el método de reconstrucción diario, desarrollado por el psicólogo israelí y nobel de Economía Daniel Kahneman, a través del cual se hace pensar a las personas en las experiencias vividas el día anterior y se les pide que las clasifiquen en positivas o negativas. Finalmente, el bienestar eudaimónico¹ se centra en cuál es el significado y el objetivo de la vida y se pregunta si cada individuo ha alcanzado la calidad de vida que le correspondería acorde con su potencial. Recientemente, los economistas han empezado a prestar más atención a este tipo de felicidad, aunque es realmente complicado medirla. Estas distinciones no son baladíes, ya que Kahneman y otro laureado economista, Angus Deaton, muestran que en EE. UU. aumentar la renta siempre incrementa la satisfacción vital pero, en cambio, cuando las personas tienen una renta superior a 75.000 dólares, recibir más dinero tiene un impacto nulo sobre el bienestar emocional (para un análisis exhaustivo de la relación entre renta y felicidad, véase el artículo «El dinero no da la felicidad, pero ¿ayuda a conseguirla?» en este mismo Dossier).

La felicidad y los factores culturales: EE. UU. versus Japón

(Correlación entre las emociones positivas y el tipo de experiencias) *



Nota: * La correlación entre dos variables se sitúa entre -1 y 1, y mide su grado de relación lineal; una correlación de 1 corresponde a una relación lineal positiva perfecta y una correlación de 0 corresponde a una relación lineal nula. En el gráfico, las correlaciones se obtienen preguntando a una muestra de 913 estudiantes americanos y japoneses sobre las experiencias diarias vividas durante el curso académico y sobre si estas se asocian a emociones positivas o negativas.

Fuente: CaixaBank Research a partir de Kitayama, S., Markus, H. R. y Kurokawa, M. (2000), «Culture, Emotion and Well-being: Good feelings in Japan and the United States», *Cognition & Emotion*.

como las veces que una persona sonrío, las expresiones faciales, los indicadores de salud, las estadísticas de suicidios o ciertas medidas físicas de actividad cerebral.³

Una vez explicados los distintos tipos de felicidad y las complicaciones inherentes a su medición, es momento de reflexionar sobre qué nos hace felices. Deaton y Kahneman han llevado a cabo una sugerente comparativa entre los factores asociados a la satisfacción vital y al bienestar emocional en EE. UU. En su análisis, estos autores concluyen que la renta y la educación están más relacionadas con la satisfacción vital, pero, en cambio, la salud física y la soledad van más ligadas al bienestar emocional. Además, existe una prolija literatura sobre los factores correlacionados con la satisfacción vital, aunque es muy difícil obtener relaciones de causa-efecto, dado que es posible que sea la felicidad la que tenga un impacto positivo sobre otras variables, y no

Una importante limitación de los distintos indicadores subjetivos de felicidad es que la felicidad, en cualquiera de sus tipologías, es un concepto relativo muy influido por factores culturales. Así, según los psicólogos Uchida, Norasakkunkit y Kitayama, en los países occidentales, la felicidad se define en términos de logros personales y la meta final es maximizar el número de experiencias positivas. En cambio, en Asia, la felicidad enfatiza otros aspectos como la conexión interpersonal con el resto de individuos. En un influyente artículo,² los psicólogos Kitayama, Markus y Kurokawa muestran empíricamente estas diferencias comparando EE. UU. y Japón: en EE. UU. las emociones positivas (felicidad, euforia, relax...) están muy correlacionadas con logros individuales, mientras que en Japón las emociones positivas están muy correlacionadas con experiencias de carácter social como las relaciones con los amigos. Con todo, y más allá de cómo los factores culturales afectan a la concepción de felicidad de los individuos, existe una abundante literatura que documenta una correlación positiva entre la felicidad declarada en encuestas y medidas más objetivas de felicidad

1. Eudaimonía o plenitud de ser es una palabra griega clásica que significa literalmente «florecimiento humano».

2. Véase Kitayama, S., Markus, H. R. y Kurokawa, M. (2010), «Culture, Emotion and Well-being: Good Feelings in Japan and the United States», *Cognition and Emotion*.

3. Véase para más detalles Ferrer-i-Carbonell, A. (2001), «Economía de la felicitat», Els Opuscles del CREI.

al revés. Sea como fuere, se han obtenido algunos resultados cuando menos interesantes. Por ejemplo, estar desempleado es uno de los factores que tiene una relación negativa más acusada con la satisfacción vital, y el efecto no se desvanece con el tiempo a diferencia, por ejemplo, de las enfermedades crónicas.⁴ También existen estudios⁵ que incluso apuntan a que un alto nivel educativo está negativamente relacionado con la satisfacción vital, posiblemente porque los efectos negativos que resultan de la dificultad de alcanzar las mayores expectativas de los individuos con más educación superan a los efectos positivos de las oportunidades que ofrece dicha educación.

Para entender mejor qué es la felicidad, conviene resaltar que se trata de un concepto dinámico, que depende críticamente del ciclo vital. Y es que, según una serie de estudios realizados por economistas de la talla de Blanchflower, Deaton o Oswald, en EE. UU. y muchos países europeos existe una relación robusta en forma de U entre la satisfacción vital y la edad, relación que es independiente de factores como la renta, la salud o la generación: la felicidad decrece hasta que las personas alcanzan su nivel más bajo de felicidad a edades comprendidas entre los 40 y 59 años (la media global es de 46) y, a medida que se envejece, esta vuelve a aumentar de forma sostenida. Se han barajado varias teorías para explicar esta forma tan particular y al parecer es una conjunción de razones económicas y psicológicas. Por un lado, se ha argüido que en la mediana edad es cuando las personas disfrutan de mayores salarios y lo aprovechan trabajando con mucho ahínco para ahorrar para la jubilación. Por otro, se ha argumentado que las personas mayores no se preocupan tanto por el futuro y valoran más los aspectos positivos de la vida presente. En cualquier caso, esta evidencia empírica tiene poderosas implicaciones relevantes para la política económica: las sociedades occidentales están envejeciendo, por lo que es posible que veamos un incremento de la felicidad agregada de la sociedad. Incluso se puede ir un paso más allá: como el bienestar emocional está asociado a una mayor longevidad,⁶ no es descartable que un aumento de la felicidad, a su vez, conlleve un incremento de la esperanza de vida.

Tal y como hemos visto en el párrafo anterior, el estudio de la felicidad puede tener importantes implicaciones a nivel agregado. Un ejemplo paradigmático emerge cuando analizamos cómo la felicidad de las personas se traslada a los niveles agregados de capital social, entendido como el conjunto de valores que permiten a los miembros de la sociedad confiar en el prójimo y trabajar conjuntamente. La clave es que el nivel de felicidad de las personas tiene implicaciones para el resto de la sociedad, dado que influye en la manera de relacionarse con los demás y de cómo tratarlos. O dicho en la jerga económica, la felicidad individual va asociada a *externalidades* que repercuten en el resto de individuos. En este sentido, existen diversos estudios académicos que documentan una relación positiva entre felicidad y capital social.⁷ Aunque es difícil establecer relaciones causales (¿si eres más feliz confías más en los demás y cooperas más con la sociedad o esta relación va en sentido contrario?), se ha demostrado que aquellos países con desigualdades muy marcadas en los niveles de felicidad padecen un importante deterioro de los niveles de confianza social.⁸ En definitiva, partiendo de un enfoque individual sobre la felicidad, e incorporando las externalidades resultantes, llegamos a resultados a nivel más agregado que pueden tener importantes derivadas para el análisis económico y para mejorar el grado de desarrollo y cooperación de los países (para un análisis exhaustivo de la felicidad a nivel agregado, véase el artículo «¿Cómo comparar el bienestar entre países?» de este mismo Dossier).

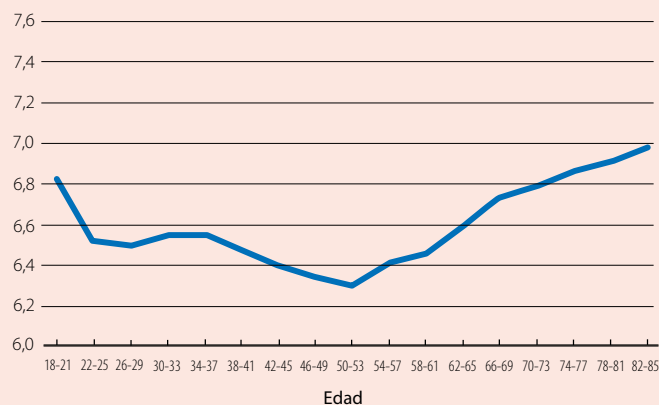
A modo de conclusión, la felicidad es un concepto muy rico y con muchas aristas que está situándose en una posición central del análisis económico. Dicho esto, resulta pertinente advertir a los lectores para que continúen disfrutando de sus vacaciones y de la vida en general, que preocuparse en demasía sobre si somos felices o no puede ser contraproducente, ya que aumenta la probabilidad de sufrir decepciones y de ser infeliz, según ha estudiado la renombrada psicóloga de Berkeley Iris Mauss. Al fin y al cabo, tal y como dijo Buda, «no hay camino a la felicidad, la felicidad es el camino».

Javier Garcia-Arenas

Departamento de Macroeconomía, Área de Planificación Estratégica y Estudios, CaixaBank

La felicidad y el ciclo vital en EE. UU.

(Satisfacción vital en una escala del 0 al 10) *



Nota: * La satisfacción vital se mide en una escala del 0 al 10, donde 0 representa la peor vida posible y 10 la mejor vida posible.

Fuente: CaixaBank Research, a partir de datos de Stone, A., Schwartz, J., Broderick, J. y Deaton A. (2010), «A snapshot of the age of distribution of psychological well-being in the United States.» *Proceedings of the National Academy of Sciences.*

4. Véase Ferrer-i-Carbonell, A. y Van Praag, B. (2009), «Do people adapt to changing circumstances?», EPAG Working Paper.

5. Véase Clark, A. E. y Oswald, A. J. (1994), «Unhappiness and Unemployment», *The Economic Journal*.

6. Véase Steptoe, A., Deaton, A. y Stone, A. (2014), «Subjective wellbeing, health, and ageing», *Lancet*.

7. Véase Bjørnskov, C. (2003), «The Happy Few: Cross-Country Evidence on Social Capital and Life Satisfaction», *Kyklos Journal*.

8. Véase Goff, L., Helliwell, J. y Mayraz, G. (2016), «The Welfare Costs of Well-being Inequality», NBER Working Paper.