A LA RECERCA DE LA FELICITAT

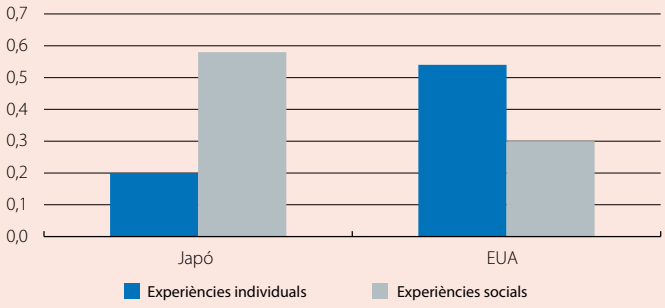
És vostè feliç? La felicitat i l'ésser humà

Tenint en compte que aquest *Informe Mensual* surt publicat en plena temporada d'estiu, és molt possible que vostè, amic lector, l'estigui llegint mentre gaudeix d'unes (molt merescudes, d'altra banda) vacances. Però entre bany i bany, quin millor moment de l'any que aquests dies llargs i relaxants per reflexionar sobre la felicitat i la seva importància, tant per als individus com per a la ciència econòmica? En aquest primer article del Dossier, analitzarem el concepte de felicitat amb un enfocament microeconòmic, és a dir, centrant-lo en l'individu. I és que, quan ens preguntem si som feliços, primer cal aclarir què entenem per felicitat i com mesurar-la. Aquestes qüestions, tot i que poden tenir un punt filosòfic, són claus, ja que la raó de ser de la ciència econòmica és millorar les condicions de vida dels individus.

Per començar, la literatura distingeix entre tres tipus de felicitat: la satisfacció vital, el benestar emocional i el benestar eudemònic. La satisfacció vital fa referència a l'avaluació de la vida en conjunt. L'indicador de referència per mesurar-la és l'escala de Cantril: es pregunta als individus on es col·locarien en una escala del 0 al 10, on el nivell 0 representa la pitjor vida possible i el nivell 10, la millor. El benestar emocional, per la seva banda, fa referència a les emocions i als estats anímics que senten les persones en el dia a dia, com plaer, tristesa, ràbia o estrès. Es mesura amb el mètode de reconstrucció diari, desenvolupat pel psicòleg israelià i nobel d'Economia Daniel Kahneman: es fa pensar les persones sobre les experiències viscudes el dia anterior i se'ls demana que les classifiquin en positives o negatives. Finalment, el benestar eudemònic[1] se centra en quin és el significat i l'objectiu de la vida i es pregunta si cada individu ha assolit la qualitat de vida que li correspondria d'acord amb el seu potencial. Recentment, els economistes han començat a parar més esment a aquest tipus de felicitat, tot i que és realment complicat mesurar-la. Aquestes distincions no són intranscendents, ja que Kahneman i un altre economista premiat, Angus Deaton, mostren que, als EUA, l'increment de la renda sempre augmenta la satisfacció vital, però, en canvi, quan les persones tenen una renda superior a 75.000 dòlars, rebre més diners té un impacte nul sobre el benestar emocional (per a una anàlisi exhaustiva de la relació entre renda i felicitat, vegeu l'article «Els diners no donen la felicitat, però ajuden a aconseguir-la?», en aquest mateix Dossier).

La felicitat i els factors culturals: EUA versus *Japó*

*(Correlació entre les emocions positives i el tipus d'experiències) **



Nota: ** La correlació entre les dues variables se situa entre –1 i 1 i mesura el seu grau de relació lineal; una correlació d'1 correspon a una relació lineal positiva perfecta i una correlació de 0 correspon a una relació lineal nul·la. Al gràfic, les correlacions s'obtenen preguntant a una mostra de 913 estudiants nord-americans i japonesos sobre les experiències diàries viscudes durant el curs acadèmic i sobre si aquestes experiències s'associen a emocions positives o negatives.*
Font: *CaixaBank Research, a partir de Kitayama, S., Markus, H. R. i Kurokawa, M. (2000), «Culture, Emotion and Well-being: Good feelings in Japan and the United States», Cognition & Emotion.*

Una limitació important dels diferents indicadors subjectius de felicitat és que la felicitat, en qualsevol de les seves tipologies, és un concepte relatiu molt influït per factors culturals. Així, segons els psicòlegs Uchida, Norasakkunkit i Kitayama, als països occidentals, la felicitat es defineix en termes de fites personals i la meta final és maximitzar el nombre d'experiències positives. En canvi, a Àsia, la felicitat emfatitza altres aspectes, com la connexió interpersonal amb la resta d'individus. En un influent article,[2] els psicòlegs Kitayama, Markus i Kurokawa mostren empíricament aquestes diferències comparant els EUA i el Japó: als EUA, les emocions positives (felicitat, eufòria, relax...) estan molt correlacionades amb fites individuals, mentre que, al Japó, les emocions positives estan molt correlacionades amb experiències de caràcter social, com les relacions amb els amics. Així i tot, més enllà de com els factors culturals afecten la concepció de la felicitat dels individus, hi ha una abundant literatura que documenta una correlació positiva entre la felicitat declarada en enquestes i els mesuraments més objectius de felicitat, com les vegades que una persona somriu, les expressions facials, els indicadors de salut, les estadístiques de suïcidis o certes mesures físiques d'activitat cerebral.[3]

Un cop explicats els diferents tipus de felicitat i les complicacions inherents al seu mesurament, és moment de reflexionar sobre què ens fa feliços. Deaton i Kahneman han dut a terme una suggeridora comparativa entre els factors associats a la satisfacció vital i al benestar emocional als EUA. En la seva anàlisi, aquests autors conclouen que la renda i l'educació estan més relacionades amb la satisfacció vital, però, en canvi, la salut física i la solitud van més lligades al benestar emocional. A més a més, existeix una prolixa literatura sobre els factors correlacionats amb la satisfacció vital, tot i que és molt difícil obtenir relacions de causa-efecte,

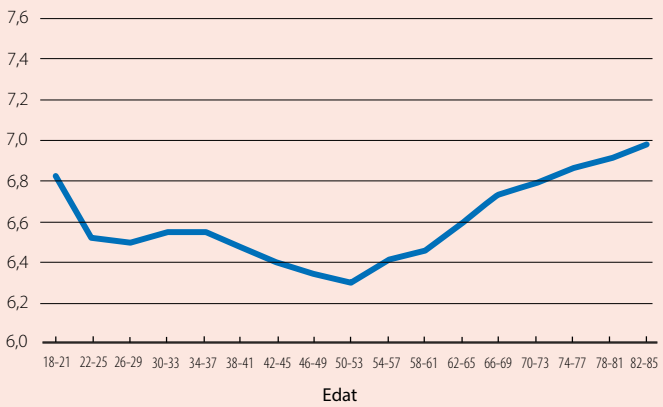
1. Eudemonia o plenitud de ser és una paraula grega clàssica que significa literalment «florida humana».
2. Vegeu Kitayama, S., Markus, H. R. i Kurokawa, M. (2010), «Culture, Emotion and Well-being: Good Feelings in Japan and the United States», Cognition and Emotion.
3. Per a més detalls, vegeu Ferrer-i-Carbonell, A. (2001), «Economia de la felicitat», Els Opuscles del CREI.

ja que és possible que sigui la felicitat la que tingui un impacte positiu sobre altres variables, i no a l'inrevés. Sigui com sigui, s'han obtingut alguns resultats força interessants. Per exemple, estar aturat és un dels factors que té una relació negativa més intensa amb la satisfacció vital, i l'efecte no s'esvaeix amb el temps, a diferència, per exemple, de les malalties cròniques.[4] També hi ha estudis[5] que, fins i tot, mostren que un nivell educatiu alt està negativament relacionat amb la satisfacció vital, possiblement perquè els efectes negatius resultants de la dificultat d'aconseguir les majors expectatives dels individus amb més educació superen els efectes positius de les oportunitats que ofereix aquesta educació.

Per entendre millor què és la felicitat, convé destacar que es tracta d'un concepte dinàmic, que depèn críticament del cicle vital. I és que, segons un seguit d'estudis realitzats per economistes de la talla de Blanchflower, Deaton o Oswald, als EUA i a molts països europeus, existeix una relació robusta en forma d'U entre la satisfacció vital i l'edat, relació que és independent de factors com la renda, la salut o la generació: la felicitat decreix fins que les persones assoleixen el nivell més baix de felicitat a edats compreses entre els 40 i els 59 anys (la mitjana global és de 46) i, a mesura que s'envelleix, torna a augmentar de forma sostinguda. S'han considerat diverses teories per explicar aquesta forma tan particular, i, pel que sembla, és una conjunció de raons econòmiques i psicològiques. D'una banda, s'ha argumentat que, en la mitjana edat, és quan les persones gaudeixen de salaris més elevats i ho aprofiten treballant molt per estalviar per a la jubilació. De l'altra, s'ha dit que les persones més grans no es preocupen tant pel futur i valoren més els aspectes positius de la vida present. En qualsevol cas, aquesta evidència empírica té poderoses implicacions rellevants per a la política econòmica: les societats occidentals envelleixen, de manera que és possible que vegem un increment de la felicitat agregada de la societat. Fins i tot es pot anar un pas més enllà: com el benestar emocional està associat a una major longevitat,[6] no és descartable que un augment de la felicitat, al seu torn, comporti un increment de l'esperança de vida.

La felicitat i el cicle vital als EUA

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



Nota: ** La satisfacció vital es mesura en una escala del 0 al 10, on 0 representa la pitjor vida possible i 10 la millor vida possible.*
Font: *CaixaBank Research, a partir de dades d'Stone, A., Schwartz, J., Broderick, J. i 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*

Tal com hem vist al paràgraf anterior, l'estudi de la felicitat pot tenir importants implicacions a nivell agregat. Un exemple paradigmàtic emergeix quan analitzem com la felicitat de les persones es trasllada als nivells agregats de capital social, entès com el conjunt de valors que permeten als membres de la societat confiar en el proïsme i treballar conjuntament. La clau és que el nivell de felicitat de les persones té implicacions per a la resta de la societat, atès que influeix en la manera de relacionar-se amb els altres i de com tractar-los. O, dit en l'argot econòmic, la felicitat individual va associada a externalitats que repercuteixen en la resta d'individus. En aquest sentit, hi ha diversos estudis acadèmics que documenten una relació positiva entre felicitat i capital social.[7] Tot i que és difícil establir relacions causals (si ets més feliç confies més en els altres i cooperes més amb la societat o aquesta relació va en sentit contrari?), s'ha demostrat que els països amb desigualtats molt marcades en els nivells de felicitat pateixen un deteriorament important dels nivells de confiança social.[8] En definitiva, partint d'un enfocament individual sobre la felicitat, i incorporant les externalitats resultants, arribem a resultats a nivell més agregat que poden tenir importants derivades per a l'anàlisi econòmica i per a millorar el grau de desenvolupament i de cooperació dels països (per a una anàlisi exhaustiva de la felicitat a nivell agregat, vegeu l'article «Com comparar el benestar entre països?», d'aquest mateix Dossier).

A tall de conclusió, la felicitat és un concepte molt ric i amb moltes arestes que se situa en una posició central de l'anàlisi econòmica. Dit això, és pertinent advertir als lectors perquè continuïn gaudint de les vacances i de la vida en general, que preocupar-se massa sobre si som feliços o no pot ser contraproduent, ja que augmenta la probabilitat de patir decepcions i de ser infeliç, segons ha estudiat la famosa psicòloga de Berkeley Iris Mauss. Al capdavall, com va dir Buda, «no hi ha camí a la felicitat, la felicitat és el camí».

Javier Garcia-Arenas
Departament de Macroeconomia, Àrea de Planificació Estratègica i Estudis, CaixaBank

4. Vegeu Ferrer-i-Carbonell, A. i Van Praag, B. (2009), «Do people adapt to changing circumstances?», EPAG Working Paper.
5. Vegeu Clark, A. E. i Oswald, A. J. (1994), «Unhappiness and Unemployment», The Economic Journal.
6. Vegeu Steptoe, A., Deaton, A. i Stone. A. (2014), «Subjective wellbeing, health, and ageing», Lancet.
7. Vegeu Bjørnskov, C. (2003), «The Happy Few: Cross-Country Evidence on Social Capital and Life Satisfaction», Kyklos Journal.
8. Vegeu Goff, L., Helliwell, J. i Mayraz, G. (2016), «The Welfare Costs of Well-being Inequality», NBER Working Paper.