

'QUALITA' DELLA VITA E FELICITA'

Non proprio la stessa cosa

Ruut Veenhoven

*In: Salute e Qualità della Vita; A cura di: G. de Girolamo, A. Becchi, F.S. Coppa, D. De Leo, G. Neri, P. Rucci & P. Scocco, Centro Scientifico Editore, 2001, Torino, Italia
Capitolo 6, pp. 67-95*

1 LA DOMANDA

I termini 'Qualità della vita' (QOL) e 'felicità' vengono spesso ritenuti come equivalenti. Tale collegamento a livello concettuale è più o meno implicito nell'uso che comunemente si fa di questi termini. L'espressione 'Qualità della vita' suggerisce infatti l'idea che la vita sia buona in tutti i suoi aspetti; una vita buona deve anche essere una vita felice.

Entrambi i termini devono la loro vasta diffusione ad una caratteristica implicita e comune ad entrambi: il comprendere più aspetti. Essi sono entrati a fare parte del linguaggio quotidiano sotto forma di slogans, animando i dibattiti in cui la 'qualità' della vita veniva contrapposta alla 'quantità' (prolungamento della vita ad ogni costo), mentre la 'felicità' veniva contrapposta al 'successo' (il divenire ricchi). Se, nell'atmosfera accalorata che caratterizzava questi dibattiti, non era necessario definire in maniera accurata i termini del confronto, ora, essendosi conclusa questa prima fase di familiarizzazione con i concetti in discussione, si rende necessaria una maggiore precisione concettuale. Se si vuole promuovere la QOL e la felicità, occorre prima di tutto definire in maniera chiara questi due termini, oltre che il tipo di relazione che esiste tra loro.

Per far fronte a questo compito, è necessaria innanzitutto una chiarificazione concettuale. Tuttavia, il linguaggio comune mal si presta a questo scopo, essendo caratterizzato dalla non univocità dei significati: ciò impone di ricorrere a distinzioni semantiche. Questo capitolo propone quindi un modello concettuale, in cui la 'qualità della vita' rappresenta un insieme di più concetti che comprendono anche la 'felicità'.

Una volta formulata una definizione dei due oggetti di studio, viene da chiedersi quale sia la relazione esistente tra di essi nella realtà: il capitolo che segue affronta questo tema attraverso una rivisitazione della letteratura scientifica relativa all'argomento in discussione.

2 QUALITA' DELLA VITA: ALCUNE NOZIONI DI BASE

Il termine 'Qualità della vita' viene utilizzato con diversi significati, tra i quali è possibile individuare in particolare tre:

Qualità dell'ambiente

Spesso il termine 'QOL' si riferisce alla qualità dell'ambiente in cui si vive. Gli ecologisti usano questa espressione per denunciare gli effetti del degrado ambientale: ad esempio, la costruzione di nuove strade e di aeroporti si ritiene possa nuocere alla QOL; allo stesso modo, i sociologi parlano di QOL quando vogliono fare riferimento a caratteristiche sociali positive. Gli indici sociologici relativi alla QOL comprendono items relativi alla ricchezza economica ed all'eguaglianza sociale.

In questa accezione del termine, le condizioni di vita oggettive, che rappresentano solo la premessa per una vita soddisfacente, sembrerebbero prendere il posto della soddisfazione per la vita. In questo ambito, quindi, sarebbe più opportuno parlare di 'vivibilità'.

Qualità delle prestazioni

Il termine 'QOL' è anche usato per indicare la capacità degli individui di affrontare positivamente la vita; questa accezione del termine è molto comune nelle professioni di tipo terapeutico. I medici intendono la QOL come la capacità (recuperata) di lavorare e di amare. Nelle loro schede di valutazione la QOL viene spesso misurata attraverso le capacità fisiche del paziente,

talvolta chiamate ‘performance-status’. In ambito psicologico il termine si riferisce tipicamente ad alcune disposizioni mentali, quali il realismo e la vitalità. Mentre tuttavia i modelli concettuali medici tendono a focalizzarsi sull’assenza di difetti fisici limitanti (salute negativa), gli psicologi prendono in considerazione anche la possibilità di rendere operative delle facoltà latenti (salute positiva).

In questa accezione del termine, la capacità interiore di affrontare i problemi della vita ed una vita soddisfacente vengono posti sullo stesso piano. Un termine più vicino ai significati ora esposti potrebbe essere ‘capacità di vivere’, oppure ‘arte di vivere’.

Qualità dei risultati

I due modelli concettuali sopracitati rappresentano delle pre-condizioni per una vita soddisfacente, piuttosto che una vita soddisfacente di per sé. Di conseguenza, vi è un terzo significato possibile del termine QOL, che prende in considerazione il risultato piuttosto che il processo; i risultati, quindi, vengono visti o come ‘prodotti’ della vita, o come ‘la capacità di godere’ della vita.

Quando la QOL viene concepita in termini di ‘prodotti’, si vuole indicare quello che un individuo lascia dietro di sé. In una prospettiva biologica, almeno per quanto riguarda la procreazione, la vita che non continua ha fallito la sua missione evolutiva. In una prospettiva socio-culturale, la qualità di una vita equivale al suo contributo all’eredità umana. In questo contesto è in effetti più appropriato parlare di ‘utilità’ della vita, piuttosto che di ‘qualità della vita’.

Quando la QOL è concepita nei termini di ‘piacere’, il focus è sull’esperienza personale della vita: una vita soddisfacente diventa quindi la vita che piace. Mentre tutti i significati del termine ‘QOL’ succitati denotano dei meriti che possono essere accertati da un giudice esterno imparziale, quest’ultima accezione si riferisce ad una QOL che può essere valutata solo dal soggetto stesso: in tal senso si parla pertanto di ‘qualità soggettiva della vita’¹.

Questi tre significati del termine ‘qualità della vita’ sono riassunti nella **Tabella 1**.

Distinzioni correlate in altri campi

La tripartizione concettuale ora proposta ha un suo corrispettivo in biologia e nella teoria dei sistemi: nella **Tabella 2** ne sono mostrate alcune equivalenze.

Equivalenti in biologia

I biologi distinguono tra ‘habitat’, ‘adattamento’ e ‘sopravvivenza’. ‘Habitat’ è l’ambiente di vita di un organismo o specie, ‘adattamento’ indica quanto esso è in grado di far fronte alle difficoltà poste dall’ambiente stesso e ‘sopravvivenza’ è il risultato in termini di continuazione (della vita).

Sebbene i biologi tipicamente vedano nella sopravvivenza i ‘risultati’ della vita, essi non disdegnano gli altri risultati cui abbiamo fatto sinora riferimento. Poiché gli esseri umani sono degli animali culturali, i contributi da essi offerti all’eredità umana possono essere considerati in modo analogo alla procreazione fisica; anche il piacere di vivere, sperimentato soggettivamente, può essere assimilato alla sopravvivenza. Le esperienze di piacere e di dolore hanno infatti la funzione biologica di segnalare un adattamento riuscito o fallito. Sentirsi bene significa soprattutto che le probabilità di sopravvivenza sono alte. Pertanto la piacevolezza della vita è, dal punto di vista biologico, un’importante misura di esito.

Per i biologi è chiaro che queste tre qualità della vita non necessariamente coincidono: un ambiente favorevole non garantisce di per sé la sopravvivenza, come del resto la sola capacità di fornire delle prestazioni (‘performance’) non garantisce la sopravvivenza. Le competenze devono adattarsi alle richieste dell’ambiente, ed in particolare esse devono essere superiori a quelle dei concorrenti. Allo stesso modo, se in un ambiente è possibile sopravvivere, questo non significa che tale ambiente sia anche vantaggioso: individui molto dotati possono infatti sopravvivere anche

in un ambiente privo di risorse. Di conseguenza, i biologi raramente prendono in considerazione indici di QOL multidimensionali.

Equivalenti nella teoria dei sistemi

La stessa tripartizione sul piano concettuale è presente anche nella teoria dei sistemi, come paradigma fondante. I teorici di questo campo distinguono infatti i concetti di 'input', 'through-put' ed 'output'. Il termine 'input' si riferisce alle risorse disponibili nell'ambiente del sistema, il che equivale a ciò che è stato prima definito come qualità dell'ambiente in cui si vive. Il termine 'through-put' indica l'uso di tali risorse da parte del sistema, così come avviene durante la digestione del cibo nei sistemi biologici. Tale fenomeno è in stretta relazione con quanto è stato precedentemente definito come 'capacità di prestazioni'. Le due componenti del processo, l'input ed il 'throughput', producono come diretta conseguenza l'output, che ritorna in parte al sistema con un meccanismo di feed-back retroattivo, allo scopo sia di consentire il controllo ambientale che di preservare il sistema stesso. L'output è l'analogo della QOL in termini di risultati.

Nella teoria dei sistemi l'output della QOL può essere concepito sia in termini di 'prodotti', sia come 'piacevolezza' soggettivamente percepita. I prodotti possono essere dei manufatti come le case, che servono a loro volta come input. L'esperienza della piacevolezza non è solo fine a se stessa, ma trova una sua utilità in quanto fornisce al sistema umano delle informazioni circa il suo funzionamento.

Come i biologi, i teorici dei sistemi non fanno di tutta l'erba un fascio. Un buon input (ambiente) non garantisce di per sé un buon output, come del resto nemmeno un buon throughput (capacità di prestazioni). Quindi, neppure in questo settore vengono abitualmente usate delle scale multidimensionali per la valutazione della QOL.

3 LA FELICITÀ

Nel corso dei secoli, il termine 'felicità' è stato usato come un contenitore per i vari significati di 'qualità della vita' sopra menzionati. In filosofia hanno prevalso i primi due costrutti qui discussi, ed in particolare nella filosofia sociale il significato delle buone condizioni di vita (felicità come buona società), mentre nella filosofia morale si è imposto la nozione relativa alle buone prestazioni (felicità come virtù). Nelle scienze sociali attuali è prevalso il terzo significato: il termine felicità viene comunemente usato per indicare il piacere di vivere soggettivamente percepito.

Questo non si esaurisce in un'unica dimensione: è possibile, infatti, apprezzare gli aspetti eccitanti della vita, ma allo stesso tempo soffrire per la tensione che ne deriva. Allo stesso modo è possibile essere soddisfatti di un determinato settore della vita, come ad esempio il matrimonio, e allo stesso tempo non esserlo in un altro, come ad esempio il lavoro. Nella letteratura sulla QOL soggettivamente percepita, si parla rispettivamente di 'aspect-satisfaction' e 'domain-satisfaction'. Tali valutazioni, relative ad aspetti parziali della vita, vengono distinte dalla valutazione soggettiva della vita nella sua globalità.

3.1 Il concetto di felicità

La felicità è quanto positivamente l'individuo valuta la qualità globale della sua vita attuale in tutti i suoi aspetti: in altre parole, il concetto equivale a quanto apprezziamo la vita che viviamo.

Sinonimi

Il termine ‘soddisfazione per la propria vita’ denota lo stesso significato e viene spesso usato in maniera intercambiabile con il termine ‘felicità’. Un vantaggio del termine ‘soddisfazione per la propria vita’ rispetto al termine ‘felicità’ è che esso enfatizza la dimensione soggettiva del concetto in questione.

Un altro sinonimo è rappresentato dal ‘benessere soggettivo’. Sebbene questa espressione chiarisca che è il soggetto a compiere la valutazione, non è però molto chiaro che cosa esattamente il soggetto stia valutando. Il termine viene anche usato per indicare forme più specifiche di autovalutazione, come ad esempio l’autostima e l’ansietà.

Scopo della valutazione

Il concetto di felicità denota una valutazione *globale* della vita. Così il fatto di ritenere la vita ‘eccitante’ non significa necessariamente che essa sia anche ‘felice’. Vi può essere un livello eccessivo di eccitazione ed un livello insufficiente di altre qualità. La valutazione globale della vita fa quindi appello a tutti i criteri di valutazione presenti nella mente di un individuo: in che misura il soggetto considera positiva la propria vita, in che misura sono soddisfatte le sue aspettative, in che misura il soggetto consideri desiderabile la propria vita, ecc.

L’oggetto della valutazione è *la vita come un tutto*, non un’area specifica della vita, come ad esempio la vita lavorativa. Certamente l’apprezzamento del proprio lavoro contribuisce all’apprezzamento della vita nel suo complesso, tuttavia non lo determina.

Arco temporale

Le valutazioni compiute dall’individuo possono riferirsi a periodi diversi della propria vita: la vita passata, presente e futura. Queste valutazioni non necessariamente coincidono: si può considerare positivamente la propria vita passata, ma vedere negativamente il futuro. L’oggetto di questo capitolo è specificamente rappresentato dalla soddisfazione per la vita presente.

L’apprezzamento della propria vita presente non coincide con la nozione di stato d’animo momentaneo; una persona può sentirsi insoddisfatta riguardo alla propria vita, ma può sentirsi euforica in occasioni particolari. L’emozione del momento può influenzare la percezione delle esperienze della vita ed il giudizio globale che il soggetto ne dà, ma, secondo la definizione che ne è stata fornita, non è sinonimo di felicità.

3.2 Le misure della felicità

La nozione di misura viene spesso intesa come valutazione ‘oggettiva’ ed ‘esterna’, in maniera analoga alla misurazione della pressione sanguigna da parte di un medico. La felicità, tuttavia, non può essere misurata in tal modo. Non sono ancora stati scoperti, a tutt’oggi, correlati fisiologici univoci della felicità, e probabilmente non saranno mai scoperti. Tantomeno esistono comportamenti manifesti correlati in maniera attendibile con il senso interiore di piacere per la propria vita.

Come per molti dei fenomeni mentali, la felicità si riflette solo debolmente nel comportamento esteriore. Sebbene alcuni comportamenti sociali tendano a presentarsi con frequenza maggiore tra i soggetti felici (sono attivi, amano uscire, sono espansivi), essi vengono osservati anche tra le persone infelici. Allo stesso modo, comportamenti non verbali, come il sorridere frequentemente, oppure i movimenti che esprimono entusiasmo, sembrano essere solo

debolmente correlati a quanto il soggetto riferisce. Di conseguenza, anche i giudizi relativi alla felicità di una persona formulati dai suoi pari sono spesso erronei. Il comportamento suicidiario è probabilmente un indicatore più attendibile in questo senso: quasi tutte le persone che tentano, o commettono il suicidio sono piuttosto infelici. Tuttavia, non tutte le persone infelici cercano sollievo nel suicidio; in effetti, solo una parte di essi lo fa.

Essendo impossibile trarre qualunque tipo di inferenza a questo riguardo, dobbiamo ricavare le informazioni che cerchiamo chiedendole direttamente al soggetto in questione: ossia, chiedendogli semplicemente quanto gli piaccia la vita nel suo complesso. Tali domande possono essere poste con varie modalità: attraverso interviste cliniche, questionari anamnestici o interviste sondaggio. Le domande possono essere formulate in modi diversi, in modo indiretto o in modo diretto, ed attraverso un singolo item o attraverso più items. Nella **Tabella 3** sono riportate alcune domande tra quelle più comunemente usate.

La procedura più comune consiste nel fare una sola domanda diretta nel contesto di interviste-sondaggio. Tuttavia, vi sono dei dubbi circa la validità e l'attendibilità di queste semplici domande autovalutative. Si cercherà ora di sintetizzare le principali obiezioni in tal senso, avendo già esaminato altrove i principali bias che emergono dalla letteratura scientifica sul tema (per informazioni più dettagliate e riferimenti bibliografici, vedere Veenhoven 1984, capitolo 3).

3.2.1 *Dubbi riguardanti la validità*

Alcuni autori, piuttosto critici a questo proposito, ritengono che le risposte fornite alle domande relative alla soddisfazione per la propria vita misurino in realtà altri fenomeni; queste risposte, cioè, rifletterebero gli aspetti normativi ed i desideri del soggetto, piuttosto che il grado di piacere per la vita.

Nessuna opinione

Uno dei dubbi è che la maggior parte delle persone non abbiano in realtà alcuna opinione riguardo all'essere felici o meno. Le persone tenderebbero piuttosto a fornire risposte che riflettono quanto, in teoria, esse dovrebbero essere felici. Sebbene talvolta ciò possa accadere, tale situazione non sembra tuttavia rappresentare la norma. La maggior parte degli individui sa, con un soddisfacente grado di certezza, se ama o non ama la vita; ben 8 americani su 10 si pongono questa questione almeno ogni settimana. Inoltre, le risposte alle domande sulla felicità tendono ad essere fornite con prontezza; le risposte mancanti a questi items sono poche, sia in assoluto (circa l'1%), sia in confronto ad altre domande che si riferiscono agli atteggiamenti della persona intervistata. Anche le risposte 'non so' sono infrequenti.

Un'idea correlata alla precedente è che gli intervistati confondono ciò che realmente provano per la loro vita con ciò che altre persone pensano di loro, data la situazione in cui si trovano. In questo caso, le persone considerate benestanti tenderebbero tipicamente a riferire di sentirsi molto felici, mentre le persone ritenute svantaggiate dovrebbero descriversi come infelici. Questo modello di risposta viene talvolta osservato, ma non è valido in generale. Ad esempio, nei Paesi Bassi una buona istruzione è considerata una pre-condizione per una vita soddisfacente, ma coloro che hanno un elevato livello di istruzione sembrano essere leggermente meno felici se confrontati con soggetti meno istruiti.

Risposte non veritiere

Un'altra obiezione riguarda la presenza di bias nelle risposte. Si presuppone che le domande sulla felicità siano interpretate in maniera corretta, ma che le risposte siano spesso false. Le persone che sono in effetti insoddisfatte della propria vita tenderebbero a rispondere che sono molto felici. Tali distorsioni sarebbero determinate sia dalle difese dell'io, sia dal fatto che essere felici è un'evenienza estremamente apprezzata e desiderabile nella nostra società (desiderabilità sociale).

La prova dell'esistenza di questo bias sarebbe rappresentata dal sovrannumero di

risposte positive: in effetti molte persone affermano di essere felici ed altrettante si percepiscono più felici della media. Un'altra prova di ciò è rappresentata dal dato secondo cui le lamentele per problemi somatici non sono infrequenti tra le persone felici. Tuttavia, questi dati possono essere interpretati anche in altri modi. In primo luogo, il fatto che le persone riferiscano di sentirsi felici piuttosto che infelici, non significa necessariamente che vi sia una sopravvalutazione in tal senso: è invece possibile che molte persone siano realmente felici (alcune ragioni di ciò verranno chiarite in seguito). In secondo luogo, vi sono dei validi motivi che spiegano perché molte persone pensano di essere più felici della media. Uno di questi motivi è che noi ragioniamo come uno scienziato scettico, e riteniamo che l'infelicità sia la regola. In terzo luogo, la presenza di cefalea e di preoccupazioni tra le persone felici non dimostra di per sé che vi sia una distorsione nelle risposte. La vita può metterci di fronte a dure prove talvolta, ma essere comunque valutata come soddisfacente al momento di formulare un bilancio complessivo.

Per trovare il bandolo della matassa, occorre cercare evidenze di questa distorsione. In alcuni studi clinici si è tentato di farlo, mettendo a confronto le risposte fornite ad una singola domanda con le valutazioni basate su interviste in profondità e su tests proiettivi. I risultati così ottenuti di solito non divergono dalle risposte fornite a semplici domande dirette poste da un intervistatore anonimo.

3.2.2 *Dubbi riguardanti l'attendibilità*

Sebbene le singole domande sulla felicità risultino effettivamente misurare le opinioni delle persone sul proprio stato di felicità, il livello di precisione è alquanto insoddisfacente.

Quando la stessa domanda viene posta due volte nel corso di un'intervista, le risposte non sono sempre identiche: le correlazioni sono dell'ordine del +.70. Nell'arco di una settimana, l'attendibilità test-retest diminuisce fino a circa +.60. Sebbene le risposte raramente cambino da 'felice' a 'infelice', i cambiamenti da 'molto' a 'abbastanza' sono piuttosto comuni. Spesso la differenza tra le opzioni di risposta è ambigua. L'opinione degli intervistati sulla propria felicità tende ad essere globale: pertanto la scelta in favore di una categoria di risposta o della successiva è talvolta dovuta al caso.

Essendo la scelta talvolta arbitraria, lievi differenze nel modo di porre le domande possono esercitare un effetto notevole. Variazioni nel luogo in cui si tiene l'intervista, le caratteristiche dell'intervistatore, la sequenza di domande e l'esatta formulazione degli items-chiave possono suggerire una risposta piuttosto che un'altra. Tali effetti possono avere luogo in fasi diverse del processo di risposta: durante il processo decisionale ma anche nel momento di comunicare la risposta.

Distorsioni durante il processo di valutazione

Sebbene molte persone abbiano una propria opinione relativamente a quanto amano la vita, rispondere a questo genere di domande richiede una elaborazione mentale più complessa del semplice ricordo di un giudizio precedentemente formulato. Nella maggior parte dei casi, dalla memoria può essere ricavato solo un giudizio complessivo e non particolareggiato; di solito, quindi, il soggetto effettua una rivalutazione al momento. Questa rivalutazione può limitarsi a prendere in considerazione un cambiamento recente ('Ci sono delle ragioni per le quali io debba sentirmi più o meno felice del solito?'), ma può anche trattarsi di una rapida rivalutazione della propria vita ('Quali sono le mie fortune e le mie frustrazioni?'). Nel produrre questi giudizi istantanei le persone utilizzano euristiche diverse; queste semplificazioni mentali sono caratterizzate da errori particolari. Ad esempio, l'euristica della 'disponibilità' implica un orientamento rispetto a pezzi di informazione che risultano facilmente accessibili. Se l'intervistatore è su una sedia a rotelle, il fatto di godere di buona salute diventa l'aspetto preminente; gli intervistati in buona salute riterranno di essere in qualche misura più felici e la correlazione tra le valutazioni di felicità e le variabili relative allo stato di salute saranno più pronunciate. Molti degli effetti prodotti da queste euristiche sono stati dimostrati da Schwarz e Strack (1991).

Distorsioni nella risposta

Una volta che l'intervistato ha elaborato il proprio giudizio sulla felicità, il passo successivo consiste nel comunicarlo. Anche in questa fase quanto riferito dagli intervistati può essere soggetto a diversi tipi di distorsioni. Una fonte di distorsione è insita nella semantica stessa; gli intervistati interpretano le parole in modi differenti ed alcune interpretazioni possono essere enfatizzate dalle domande precedenti. Ad esempio, le domande sulla felicità vengono più facilmente interpretate come se esse si riferissero alla 'soddisfazione' allorché sono precedute da domande relative al successo in campo lavorativo, piuttosto che da items relativi al tono dell'umore. Un'altra fonte di distorsione deriva da considerazioni relative alla auto-presentazione ed alla desiderabilità sociale. L'autovalutazione della felicità tende ad essere lievemente più elevata nelle interviste condotte vis-a-vis, rispetto a quelle condotte tramite questionari anonimi. Tuttavia, il contatto diretto con l'intervistatore non sempre 'gonfia' quanto viene riferito in tema di felicità. Se l'intervistatore è su una sedia a rotelle, l'intervistato sarà portato a fornire di sé una presentazione più modesta.

Correzione degli errori

Molte di queste distorsioni sono casuali e vengono controbilanciate usando campioni molto ampi. Così, nei campioni molto ampi, l'errore casuale non influenza l'accuratezza dei punteggi medi relativi alla felicità. Tuttavia, esso influenza le correlazioni; l'errore casuale 'attenua' le correlazioni. Questo può essere stimato attraverso gli studi basati sul metodo multitratto-multimetodo (MTMM), e le correlazioni possono essere corrette (disattenuate) grazie a tale procedura. Una prima applicazione relativa alle misure di felicità è stata riportata da Saris et al. (1996).

Alcune distorsioni possono essere sistematiche, in particolare quelle prodotte dalla tecnica con cui viene condotta l'intervista e dalla sequenza delle domande. Una distorsione di questo tipo influenza l'attendibilità dei dati relativi alla distribuzione. In linea di principio, essi non influenzano le correlazioni, a meno che la misura fornita del fattore correlato non presenti lo stesso tipo di distorsione (errore correlato). In una certa misura, anche l'errore sistematico può essere valutato e corretto (si veda anche Saris et al., 1996).

3.2.3 Comparabilità trans-nazionale

La felicità media differisce in modo marcato tra le nazioni: nella **Tabella 4** si può vedere che i Russi hanno attualmente un punteggio di 5.4 su di una scala da 0 a 10, mentre in Canada la media è di 7.7. Ciò significa che i Russi traggono meno piacere dalla vita? Vi sono numerosi argomenti contrari a tale asserzione, discussi altrove (Ouweneel & Veenhoven, 1991; Veenhoven, 1993); i risultati di tali studi sono sintetizzati di seguito.

La prima obiezione è che le differenze di *lingua* rendano difficoltose le comparazioni. Parole come 'felicità' e 'soddisfazione' potrebbero non avere le stesse connotazioni in lingue diverse; pertanto, domande che facciano uso di tali termini misurerebbero aspetti leggermente diversi. Ho verificato tale ipotesi mettendo a confronto gli ordini gerarchici prodotti da 3 tipi di domande: una domanda sulla 'felicità', una domanda relativa alla 'soddisfazione per la propria vita' ed una domanda che invita a scegliere tra 'la migliore e la peggiore vita possibile'. Le classifiche così ottenute si sono dimostrate quasi identiche. Ho anche raffrontato le risposte a domande sulla felicità e sulla soddisfazione in due paesi bilingui, e non ho trovato alcuna evidenza di distorsione linguistica.

Una seconda obiezione consiste nel fatto che le risposte subiscono delle distorsioni in maniera differenziale a causa della desiderabilità sociale. Nei paesi in cui la felicità ricopre una posizione elevata nella scala dei valori, le persone sarebbero maggiormente inclini a sovrastimare il loro piacere per la vita. Io ho studiato tale ipotesi, verificando se la felicità riferita sia in

effetti maggiore nei paesi in cui vengono condivisi al massimo i valori edonistici: l'ipotesi in questione non è stata confermata. In secondo luogo, mi sono chiesto se in tali paesi la felicità generale riferita deviasse in misura maggiore dagli 'stati d'animo' relativi alle ultime settimane, essendo la prima misura più vulnerabile alla distorsione prodotta dalla desiderabilità sociale rispetto alla seconda. Nemmeno in questo caso la mia ipotesi ha ricevuto conferme.

Una terza obiezione è che gli *stili di risposta* producono distorsioni diverse in paesi differenti. Ad esempio, l'orientamento collettivistico tende a scoraggiare risposte del tipo 'molto' felice, in quanto una valutazione espressa in maniera più 'modesta' risulta più appropriata in questo contesto culturale. Ho verificato tale ipotesi confrontando la felicità in paesi che differivano nel valore attribuito al collettivismo, ma non ho riscontrato alcun effetto nella direzione prevista. L'ipotesi non ha ricevuto conferme nemmeno in tentativi successivi.

Un'obiezione collegata alla precedente è che la felicità sia un tipico *concetto occidentale*. La non familiarità con tale concetto in nazioni non occidentali porterebbe a punteggi inferiori. Se le cose stanno in questi termini, ci si potrebbe aspettare un più elevato numero di risposte 'non so' e 'nessuna risposta' nelle nazioni non occidentali: tuttavia, tale condizione non si è verificata (Si veda la **Tabella 4**)².

Accanto a queste verifiche relative a distorsioni specifiche, ho anche condotto vari altri studi generali sulla validità. Uno di questi prevedeva anche l'impiego di altre misure di benessere relative al disagio psichico e all'aspettativa di vita nel paese in questione. Sebbene si tratti di misure diverse, ci si aspetterebbe almeno una qualche correlazione, che in effetti è stata riscontrata in modo significativo. Un altro studio relativo alla validità ha previsto correlazioni con altre caratteristiche della nazione. Se fosse vero che le misure di felicità sono pesantemente distorte, esse rifletteranno la distorsione in massimo grado, e quindi le correlazioni con variabili oggettive ben osservabili, come la prosperità economica, sarebbero scarse. Nella **Tabella 5** vediamo invece come le correlazioni tendano ad essere elevate.

3.3 Il livello di felicità

Da sempre alcuni critici sociali lamentano le miserie della vita. Si dice che l'uomo sia fondamentalmente infelice e che la vera felicità venga proiettata in paradisi passati o in utopie future. Da sempre gli ottimisti respingono queste posizioni, mettendo in evidenza le capacità di adattamento dell'uomo ed esaltando il progresso sociale. Per la carenza di un'adeguata sperimentazione, tuttavia, siffatta questione è rimasta a lungo irrisolta. Solo negli ultimi decenni sono state condotte indagini, alcune delle quali relative a campioni internazionali, che hanno portato a conclusioni più ottimistiche.

Al di sopra del livello di sussistenza la maggior parte delle persone ama la vita

Le prime indagini rappresentative sono state condotte nei paesi occidentali ed hanno messo in luce una distribuzione disomogenea di cittadini felici ed infelici, con un rapporto di circa 3 a 1 a favore delle persone felici. Questo dato ha fatto sorgere dubbi notevoli circa la validità delle domande usate nelle indagini (come si è discusso prima). Tuttavia, studi transnazionali condotti successivamente hanno mostrato che l'infelicità prevale nelle nazioni del Terzo Mondo, dove una grossa fetta della popolazione vive a livelli minimi di sussistenza. Quest'ultimo dato permette di accantonare molti dei dubbi precedentemente espressi rispetto alla validità.

Non solo rassegnazione

Cionondimeno, alcuni critici sono tuttora riluttanti a credere che l'uomo moderno sia davvero felice. La felicità riferita viene considerata al pari di un puro e semplice

adattamento. Piuttosto che godere davvero la vita, le persone semplicemente rinuncerebbero a sperare in una vita migliore e tenterebbero di adattarsi all'inevitabile (Ipsen, 1978). Diverse sono le strategie difensive utilizzate: la negazione della propria miseria, i confronti fatti con situazioni peggiori ed una tendenza a vedere le cose in modo più roseo di quanto in realtà sono. I depressi vedrebbero il mondo in maniera più realistica. Oltre alla sopracitata discussione relativa alla validità, possono essere menzionati due argomenti di segno contrario: in primo luogo, questa rassegnazione è destinata ad essere individuata e quindi eliminata a causa della dissonanza esistente tra il giudizio che il soggetto dà della propria vita, che dovrebbe riflettere un buon livello di 'adattamento', e l'esperienza affettiva 'grezza'. Le valutazioni dei soggetti circa il proprio stato affettivo sono, con tutta probabilità, meno vulnerabili da parte dell'elaborazione cognitiva, in quanto si tratta di esperienze dirette e pertanto meno soggette alla distorsione prodotta dai meccanismi di difesa. Inoltre risulta meno minaccioso ammettere che ci si è sentiti depressi nelle ultime settimane, piuttosto che ammettere la propria delusione nei riguardi della vita. Diverse indagini hanno valutato sia la felicità in generale, sia il bilancio affettivo nelle ultime settimane: i risultati di tali indagini non forniscono sostegno all'ipotesi secondo cui le persone fingono di essere felici quando invece si sentono male (queste ricerche sono riviste in Veenhoven, 1984: 106-113). Una campionatura fatta in tempi ripetuti relativa allo stato dell'umore dimostra inoltre che gli affetti piacevoli superano quelli non piacevoli (si veda, ad esempio, Bless & Schwarz, 1984, per una meta-analisi relativa a 18 studi)

In secondo luogo, le persone sono tipicamente infelici quando vivono in condizioni di miseria. Come si è visto, l'infelicità è la regola nei paesi del Terzo Mondo. Nelle nazioni del mondo occidentale la felicità si riduce tipicamente laddove vi sia un accumularsi di avversità, come ad esempio nel caso di persone che siano contemporaneamente povere, sole e ammalate (Glatzer & Zapf 1984: 282-397).

Nell'insieme questi dati suggeriscono che le persone tendono ad apprezzare la vita una volta che le condizioni di sussistenza siano tollerabili. Da un punto di vista biologico-adattivo questo dato risulta perfettamente comprensibile. Sembra improbabile infatti che la natura ci abbia dotato del fardello di una infelicità cronica. Come la 'salute', la felicità sembrerebbe rappresentare la condizione normale.

Perchè tanti si lamentano?

Il fatto che la felicità sia la norma non elimina automaticamente la moltitudine di persone che soffrono e si lamentano: persino le persone felici hanno di che lamentarsi. Dal 'Welfare Survey' condotto in Germania emerge che metà dei soggetti che affermano di sentirsi soddisfatti della loro vita in generale riferiscono di frequenti preoccupazioni (Glatzer & Zapf, 1984: 180). Se questo risultato non è da attribuire alla distorsione nelle risposte, che cos'altro può spiegare questa situazione di 'felicità preoccupata'?

In primo luogo, è importante notare che la felicità e le lamentele, da un punto di vista logico, non si escludono a vicenda. Una persona può sentirsi piuttosto soddisfatta della propria vita in generale, ma rimanere cosciente di gravi carenze che vi sono. In effetti, sia la felicità che le lamentele derivano da una tendenza a riflettere sulla vita.

In secondo luogo, il preoccuparsi può in una certa misura contribuire alla felicità nel lungo periodo. Solo riconoscendo realisticamente le sconfitte ed i pericoli è possibile far fronte in maniera efficace ai problemi della vita.

3.4 Differenze nella felicità

Sebbene la maggior parte degli individui amino la propria vita, non tutti sono felici in eguale misura. Vi sono differenze considerevoli nella felicità media tra i vari paesi, così come differenze tra i singoli cittadini di tali paesi: si veda la **Tabella 4**.

Differenze nella felicità media tra i vari paesi

La **Tabella 4** presenta le risposte fornite alla seguente domanda sulla soddisfazione per la vita da cittadini di diverse nazioni: ‘Tutto considerato, quanto è soddisfatto ora della Sua vita nel suo complesso? La preghiamo di fornire una valutazione su questa scala, da 10 (soddisfatto) ad 1 (insoddisfatto)’. Questa domanda è un esempio tratto dal questionario standard usato nel ‘World Value Survey 2’, uno studio condotto in 42 nazioni all’inizio degli anni ’90. Il focus di tale studio comparativo era rappresentato dalle convinzioni morali; come aspetto collaterale, è stata inoltre valutata anche la felicità.

La **Tabella 4** mostra anche che il *pattern* della felicità non è lo stesso ovunque: sia il livello che la dispersione differiscono considerevolmente tra le varie nazioni. In questo insieme di dati, le medie variano tra 5.4 e 7.8, e le deviazioni standard tra 1.7 e 2.4. Utilizzando dati ancor più numerosi, si osservano differenze ancora maggiori. Altre domande circa la felicità mettono in luce modelli identici di differenze trans-nazionali (Veenhoven 1993).

8.2) Differenze individuali all’interno dei paesi

In tutti i paesi ci sono cittadini felici e cittadini infelici. Sebbene le distribuzioni varino, ovunque è possibile trovare una gamma completa di risposte comprese tra l’essere estremamente soddisfatto e l’essere estremamente insoddisfatto. La **Tabella 4** mostra che anche nelle nazioni ricche, come la Svezia e gli USA, ben l’1% della popolazione sceglie la risposta corrispondente alla categoria più negativa della scala. Nel caso più disperato, la Russia, vi è ancora un 6% di individui che riferisce di sentirsi massimamente felice.

4. LE QUALITÀ DELLA VITA E LA FELICITÀ

Una volta definito in maniera operativa il concetto di felicità, possiamo procedere ad esplorare le relazioni esistenti nella realtà tra la felicità e le altre componenti semantiche della famiglia della Qualità della Vita. A tale scopo, considereremo prima le relazioni che, sul piano empirico, si riscontrano tra la felicità e le qualità dell’ambiente in cui si vive (primo gruppo di significati), e quindi passeremo in rassegna le relazioni tra felicità e prestazioni (secondo gruppo di significati).

Questo paragrafo tratterà le associazioni che si riscontrano sul piano empirico. Nel prossimo paragrafo si cercherà di vedere sino a che punto i risultati consentono di ipotizzare l’esistenza di una struttura coerente che, alla stregua di una sindrome, identifichi il costrutto della qualità della vita.

4.1 Qualità della società e felicità

Come risulta evidente dalla **Tabella 4**, nazioni diverse presentano valori medi diversi per quanto riguarda la felicità e, come è stato precedentemente messo in evidenza, tali differenze non sono imputabili ad un bias culturale, trattandosi quindi probabilmente di differenze reali. Inoltre, tali differenze seguono un andamento relativamente costante: la felicità è chiaramente più elevata nella maggior parte dei paesi moderni e ricchi.

Anche ad uno sguardo più ravvicinato questa ipotesi risulta confermata. La **Tabella 5** presenta le correlazioni, rilevate a livello nazionale, tra la felicità e le qualità della società;

i dati relativi alla felicità media nelle nazioni sono tratti in larga misura dal precedentemente citato 'World Value Survey'. I dati relativi ad altre caratteristiche nazionali sono tratti da fonti diverse (informazioni più dettagliate al riguardo si possono trovare in Veenhoven, 1997). Le caratteristiche nazionali vengono raggruppate in 8 categorie differenti: ricchezza, sicurezza, libertà, eguaglianza, clima culturale, clima sociale, pressione della popolazione e modernità. Emergono diverse correlazioni forti, molte delle quali si conservano quando si controlla la variabile prosperità economica. Tre sono le principali variabili che, nell'insieme, spiegano il 63% delle differenze esistenti tra le nazioni nei livelli di felicità media: ricchezza, libertà ed eguaglianza. Se raffrontata alla percentuale di varianza comunemente riscontrata negli studi condotti a livello individuale, la varianza spiegata in questo modo può sembrare eccessivamente elevata. Ciò è in parte dovuto a ragioni metodologiche: in effetti il rumore di fondo è minore nella felicità media rispetto alle valutazioni individuali. L'altra ragione è probabilmente più sostanziale: la qualità della società sembra più importante della posizione che l'individuo occupa in essa.

Ricchezza economica

Dalla **Tabella 5** emerge inoltre che la felicità è tipicamente maggiore nelle nazioni più ricche dal punto di vista economico. Più ricco è il paese, più felici saranno i suoi abitanti.

La relazione con il potere di acquisto è curvilinea; nelle nazioni povere la relazione è più pronunciata rispetto ai paesi ricchi. Quando si oltrepassa la soglia dei 20,000 dollari, la linea di regressione è quasi piatta, il che suggerisce che la legge dei guadagni che diminuiscono (al di sopra di una certa soglia) continua a restare valida. Un pattern simile è applicabile anche a livello individuale, dove le correlazioni tra la felicità personale ed il reddito personale sono forti nei paesi poveri e deboli nelle nazioni ricche (Veenhoven, 1991: 13).

Sicurezza

La felicità risulta maggiore nelle nazioni in grado di assicurare la massima sicurezza ai cittadini. Dalla **Tabella 5** emergono robuste correlazioni tra felicità e sicurezza fisica e legale, che sembrano in larga misura indipendenti dal grado di ricchezza economica. Quando si controlli la variabile ricchezza economica, tuttavia, la relazione tra felicità e sicurezza sociale assicurata dallo stato diviene meno pronunciata, fino a scomparire.

Altrove ho studiato più in dettaglio gli effetti dello stato assistenziale. Mettendo a confronto diverse nazioni tra loro nei primi anni '80, ho riscontrato delle correlazioni maggiori tra felicità media e spese per il settore del Welfare, ma queste correlazioni scomparivano allorquando veniva controllata la variabile della ricchezza economica. Il confronto longitudinale ha mostrato inoltre che la felicità non era aumentata in misura maggiore nelle nazioni in cui lo stato assistenziale si era sviluppato maggiormente (Veenhoven & Ouweneel, 1995).

Libertà

Gli individui sono più felici nei paesi che permettono il massimo di autonomia individuale. Nella **tabella 5** sono visibili delle forti correlazioni tra la felicità e gli indicatori di libertà politica, che sono largamente indipendenti dalla ricchezza economica. Le correlazioni con gli indicatori di libertà personale sono meno robuste, ma tutte positive. La relazione con la libertà percepita è piuttosto elevata.

Si potrebbe pensare che la libertà non sempre conduca alla felicità, per lo meno non quando le persone sono mute e dipendenti dal punto di vista psicologico. Ho avuto modo di verificare altrove tale ipotesi, ed infatti è emerso che la possibilità di scegliere è correlata alla felicità solo quando la capacità di scelta è ben sviluppata (Veenhoven 1996 a,b).

Eguaglianza

La **Tabella 5** mostra inoltre alcune correlazioni con la stratificazione sociale. Sorprendentemente, vi è una scarsa correlazione tra la felicità e l'eguaglianza nei redditi. La disparità di reddito nelle nazioni dell'America Latina risulta essere la più elevata in assoluto, ma in queste nazioni le persone non sono particolarmente infelici. Questa mancanza di correlazione ben concorda con il dato, prima menzionato, relativo alla sicurezza sociale. Evidentemente è possibile vivere anche se vi è disparità di reddito.

Il credo egualitario trova invece maggiori conferme nella correlazione tra felicità e parità tra i sessi: le persone sono chiaramente più felici nelle nazioni in cui esiste tale parità, e le donne hanno pari opportunità per quanto riguarda il diritto all'istruzione, al lavoro ed alla partecipazione alla vita politica. Da analisi ulteriori emerge inoltre che non solo le donne sono più felici in queste nazioni, ma anche gli uomini sembrano beneficiare di questa situazione.

Un altro dato rilevante è la chiara correlazione negativa esistente tra la felicità e la distinzione di classe. Maggiore è la distanza sociale misurata tramite l'omogamia scolastica (*N.d.T. La tendenza a sposare una persona fornita dello stesso livello di scolarità*), minore è la felicità media dei cittadini.

Clima culturale

Le persone sembrano essere massimamente felici nei paesi che forniscono il più elevato livello di istruzione ed informazione. Le correlazioni parziali mostrano che queste relazioni non sono indipendenti rispetto al benessere economico; tuttavia non è ancora chiaro fino a che punto la varianza comune sia dovuta al livello di conoscenza e come questo influenzi la felicità.

Sotto lo stesso titolo è possibile vedere anche alcuni collegamenti con la 'religione'. La fede in Dio, in un paese, è positivamente correlata al livello medio di felicità, ma la partecipazione religiosa non lo è: questo dato suggerisce che l'effetto è principalmente dovuto ad una questione di significato percepito.

Ci sono inoltre forti associazioni con i 'valori'. Le persone sono tipicamente più felici nelle nazioni che aderiscono a valori individualistici ed in cui l'autoritarismo viene respinto, in altre parole, dove prevale un orientamento moderno nei valori. Queste correlazioni non sono indipendenti dal benessere economico.

Clima sociale

La **Tabella 5** mostra una forte associazione tra felicità e 'tolleranza': quanto minori sono i pregiudizi, tanto maggiore è la felicità. Per quanto riguarda le relazioni tra felicità e 'fiducia', esse sono meno pronunciate, anche se tutte positive.

I dati sulla partecipazione sociale sono contraddittori. Contrariamente all'opinione comune, si può vedere che le persone sono più felici nei paesi in cui i tassi di 'disoccupazione' sono i più elevati⁴: questo dato sottolinea che il coinvolgimento nel lavoro non è sempre benefico per tutti. L'opinione comune riceve invece maggiore sostegno dalla correlazione che si riscontra tra felicità ed 'appartenenza' ad organizzazioni di volontariato; in questo senso, quanto maggiore è il coinvolgimento in attività di volontariato in un paese, tanto maggiore è la felicità dei suoi cittadini.

Non sorprende infine che le persone tendano ad essere più felici in un clima di 'pace'. Più la società è militarizzata, meno felici sono gli abitanti. Tale relazione è indipendente dal grado di ricchezza economica.

Posizione sociale

In fondo alla **Tabella 5** si vede che la felicità non è correlata né alla densità della popolazione, né alla crescita demografica. Questo risultato contraddice la teoria secondo cui gli uomini avrebbero tuttora bisogno di uno spazio vitale ampio tanto quanto quello della savana,

ambiente in cui la specie umana si è evoluta. Evidentemente, possiamo vivere lo stesso in poco spazio.

Modernità

Molte delle succitate variabili che correlano con la felicità media possono rientrare nella sindrome della 'modernità'. Se consideriamo infatti altri indicatori della modernità, quali l'urbanizzazione, l'industrializzazione, l'informatizzazione e l'individualizzazione, il modello che emerge è del tutto simile a quello sinora presentato: in sostanza, quanto più il paese è moderno, tanto più felici saranno i suoi cittadini.

Questo dato sorprenderà le Cassandre dell'epoca attuale, che vedono nella modernità un sinonimo di anomia ed alienazione. E' vero che il processo di modernizzazione può causare problemi; tuttavia i vantaggi di tale processo sono certamente maggiori.

4.2 Posizione nella società e felicità

Numerosi studi in tutto il mondo hanno preso in esame le differenze nella felicità individuale nei vari paesi; Molti dei dati di correlazione prodotti da questi studi sono presentati nel 'World Database of Happiness' (Veenhoven 1994). La **Tabella 6** presenta alcuni dati descrittivi tratti da una ricerca condotta in Italia, nell'ambito del sopraccitato World Value Survey.

4.2.1 Posizione sociale

Dato che molti di questi studi sono ispirati ad una politica sociale ugualitaria, l'enfasi viene spesso posta sulle disparità sociali legate al reddito, all'istruzione ed all'occupazione. Contrariamente a quanto ci si aspetterebbe, tali differenze di status risultano scarsamente correlate alla felicità, almeno non nelle moderne società affluenti. Nell'insieme le variabili di status spiegano al massimo non più del 10% della varianza nella felicità.

Età

Giovani e vecchi sono pressoché felici in eguale misura, nella maggior parte dei paesi. Contrariamente all'opinione comune, la vita non sembra meno soddisfacente nell'età anziana e nemmeno nell'età più avanzata.

Genere

Nemmeno l'essere maschio o femmina sembra creare differenze sostanziali nel livello di felicità. In alcuni paesi sono leggermente più felici i maschi, in altri le femmine; allo stato attuale, tuttavia, non si conosce ancora il motivo di tale differenza.

Reddito

Un altro aspetto comunemente studiato è la relazione tra felicità e reddito. Studi condotti in paesi ricchi, dove lo stato assistenziale è più sviluppato, hanno tipicamente riscontrato solo delle deboli correlazioni, mentre in altri paesi si osservano differenze piuttosto marcate. Quanto maggiore è la povertà di una nazione, tanto più elevate saranno le correlazioni. Questi risultati contrastano con la teoria secondo cui la felicità deriva dal confronto sociale. Altrove ho trattato questo argomento in maniera più approfondita (Veenhoven 1991).

Istruzione

Del tutto simile risulta il quadro per quanto riguarda le correlazioni esistenti tra livello di scolarità e felicità. Di nuovo, si riscontrano delle elevate correlazioni nelle nazioni povere e delle basse correlazioni nelle nazioni ricche. Studi condotti di recente in nazioni ricche mostrano persino correlazioni leggermente negative con il livello di istruzione scolastica. Ciò non significa ovviamente che l'istruzione di per sé alimenti l'insoddisfazione. Come si è visto, i paesi più istruiti sono i più felici. L'infelicità relativa tra le persone con elevato livello di istruzione è probabilmente dovuta alla carenza di posti di lavoro in sintonia con quel tipo di formazione, e probabilmente al vanificarsi dei vantaggi precedenti nel corso del processo di parificazione sociale.

Occupazione

Maggiori correlazioni si riscontrano tra felicità e tipo di occupazione. In tutto il mondo, professionisti e manager tendono ad essere più felici. Non è chiaro tuttavia fino a che punto ciò sia dovuto alle soddisfazioni legate alle mansioni lavorative ed ai vantaggi ad esse connessi, oppure al fatto che queste persone possiedono già in partenza determinate caratteristiche.

4.2.2 Le relazioni sociali

Accanto agli aspetti relativi allo status sociale, sono state prese in esame le relazioni sociali, comprendenti sia i legami primari propri della sfera privata, sia le relazioni secondarie della vita pubblica. Nell'insieme queste variabili spiegano un ulteriore 10% della varianza osservata nel livello di felicità.

Relazioni profonde (intime)

La felicità è correlata in misura considerevole alla presenza di relazioni profonde (intime). Tuttavia, a questo riguardo si riscontrano delle differenze nei vari paesi; nei paesi occidentali, la relazione con il 'coniuge' è più importante dei contatti con gli 'amici' ed i 'parenti'. Studi condotti nei paesi occidentali hanno mostrato che i 'bambini' non contribuiscono alla felicità delle persone sposate. Tuttavia, tra coloro che hanno bambini, la felicità è strettamente correlata alla qualità delle relazioni con essi.

La partecipazione sociale

La felicità tende ad essere più elevata tra le persone che hanno un 'lavoro retribuito', sebbene le 'casalinghe' non siano meno soddisfatte. Nemmeno il 'pensionamento' è in grado di ridurre il livello di insoddisfazione per la vita.

La felicità è correlata in maniera più consistente con la partecipazione a 'organizzazioni di volontariato'. La partecipazione ad attività religiose ha, sulla felicità, effetti simili a quelli prodotti dalla partecipazione a gruppi sportivi o a partiti politici.

4.3 Performance personale e felicità

Le più forti correlazioni osservate sono a livello psicologico, essendo le persone felici tipicamente più dotate di quelle infelici. La varianza comune spiegata da queste variabili si aggira intorno al 30%. Molti dei dati relativi alla variazione individuale - per quanto riguarda il livello di felicità - sono spiegabili a partire da una differenza nella *capacità di controllare il proprio ambiente*. Tuttavia non è ancora stato stabilito in che misura questo modello sia applicabile su scala universale.

E' possibile che esso sia più comune nelle moderne società occidentali con un maggiore grado di individualizzazione.

La salute

La felicità tende ad essere maggiore tra le persone con una buona 'forma fisica' ed un elevato potenziale 'energetico'. In Italia la salute percepita è significativamente correlata con la felicità (**Tabella 6**). I cambiamenti nella salute fisica, sia in meglio che in peggio, sono tipicamente seguiti da cambiamenti corrispondenti nel livello di felicità. Al contrario, è stato dimostrato che la felicità è in grado di predire lo stato di salute futuro e la longevità (Deeg, 1989).

Le persone felici, inoltre, hanno in comune una buona 'salute mentale'. Le persone felici tendono con minore frequenza a riferire problemi psicologici (sebbene questi non siano completamente assenti), ed inoltre ottengono punteggi elevati nelle misure di salute mentale positiva, come lo sviluppo psicosociale e la propria realizzazione.

Abilità

La buona salute mentale delle persone felici caratterizza la loro capacità di affrontare i problemi della vita. Le persone felici sono tipicamente realistiche e dotate di resistenza psicologica; le loro abilità sociali sono massimamente sviluppate; la felicità si accompagna in maniera tipica all'assertività ed alla capacità di essere empatici.

E' curioso come la felicità tenda a non essere correlata all' 'intelligenza', per lo meno all' intelligenza di tipo scolastico, così come viene misurata attraverso gli attuali test che misurano il QI. Tuttavia i punteggi relativi a test recenti per la misurazione dell' 'intelligenza emozionale' (EQ) mostrano notevoli correlazioni con la felicità. In effetti tali test indagano la salute mentale dell'individuo.

Il livello superiore di capacità manifestato dalle persone felici si riflette nelle valutazioni che tali individui danno di sé. L'autostima è elevata tra le persone felici; inoltre esse ritengono, in massimo grado, che anche le altre persone abbiano una buona opinione di loro.

La personalità

In riferimento alla personalità le persone felici tendono ad essere socialmente 'estroverse' ed 'aperte' nei confronti delle esperienze. C'è, in questi soggetti, una notevole tendenza ad avere convinzioni che rispecchiano un 'locus of control interno', mentre le persone infelici sentono di essere in balia del destino. In Italia la percezione di controllo relativamente al proprio destino risulta essere la variabile più fortemente correlata alla felicità (**Tabella 6**).

Obiettivi di vita

Sebbene le persone felici siano più inclini ad affermare che esse pianificano la propria vita, in effetti non lo fanno in misura maggiore delle persone infelici. C'è tuttavia una differenza nel tipo di obiettivi. Le persone felici mirano in misura maggiore a questioni sociali (famiglia, società), mentre le persone infelici si occupano più della carriera.

Lo stile di vita

La felicità non si associa con uno stile di vita ascetico. Non vi è alcuna relazione tra la

felicità e l'uso di alcool, tabacco o droghe leggere. Le persone felici riferiscono comunque di prendere parte ad un maggior numero di attività del tempo libero. Esse tendono in misura maggiore a svolgere attività fuori casa, piuttosto che non a rimanere in casa a guardare la TV.

Inoltre gli individui felici non emergono per l'attenzione particolare verso comportamenti salutisti, come il seguire in modo scrupoloso determinate norme igieniche e l'andare a letto presto. Essi tuttavia praticano lo sport in misura maggiore. Gli studi di follow-up suggeriscono che quest'ultima correlazione è dovuta però ad un processo di selezione. Le persone felici sono più inclini ad intraprendere lo jogging, ma non diventano con ciò più felici.

Convinzioni

Contrariamente alla classica associazione tra felicità e virtù, si può vedere che vi è una scarsa relazione tra felicità e convinzioni morali. Le persone felici tendono ad attribuire un po' più peso ai valori sociali ed avallano leggermente meno la morale puritana. Questo si manifesta anche attraverso punteggi un po' superiori al post-materialismo.

Le correlazioni con la religiosità sono alquanto variabili. Alcuni studi condotti negli Stati Uniti mostrano delle correlazioni positive, ma in altre nazioni compaiono delle correlazioni pari a 0. In Italia non si riscontra alcuna correlazione significativa (**Tabella 6**); la correlazione tra felicità e religiosità sembra essere calata nel corso degli ultimi decenni.

Le persone felici sono un po' più interessate alla politica rispetto agli infelici. In Italia, tuttavia, questo modello non è stato riscontrato (**Tabella 6**). Le opinioni delle persone felici tendono ad essere moderate; posizioni più estreme sono con più facilità adottate dalle persone infelici. Ciò si concretizza inoltre in una maggiore tolleranza che caratterizza le persone felici. Anche quest'ultimo effetto non è stato però riscontrato in Italia.

5. UNA SINDROME DELLA QUALITÀ DELLA VITA?

Come si è notato nell'introduzione, l'espressione 'qualità della vita' rimanda ad un'idea di inclusività, per cui il concetto racchiude più aspetti. Essa lascia intendere come diverse qualità contribuiscano al concetto globale, ciascuna con un peso diverso. Per tale ragione il termine è spesso usato come sinonimo di 'felicità'.

L'espressione presuppone che la qualità della vita possa essere a tutti gli effetti considerata una 'sindrome'. I vari aspetti ('life merits') che compongono la qualità della vita sarebbero dunque paragonabili ai sintomi di una malattia che nell'insieme compongono la sindrome. Da questo punto di vista, la qualità della vita rappresenta qualcosa che può essere ragionevolmente misurato, sommando i punteggi relativi ai vari aspetti della vita, il che rappresenta una pratica comune nella ricerca sulla QOL.

Ora che abbiamo passato in rassegna i dati sperimentali, possiamo tentare di verificare quanto questo punto di vista sia aderente alla realtà. I vari aspetti della qualità della vita confluiscono realmente in un modello delineabile con sufficiente chiarezza?

5.1 Le qualità della vita come fattori contribuenti

C'è almeno un gruppo di correlazioni che emerge da questi dati: la felicità va di pari passo con la modernità. In media, le persone sono maggiormente felici nelle nazioni caratterizzate

da un elevato sviluppo economico, da una buona sicurezza di vita, da una notevole libertà, da un elevato livello di istruzione, dall'urbanizzazione e dall'individualizzazione. All'interno di questo contesto macro-sociale, possiamo trovare forti correlazioni tra la felicità e la struttura sociale. Nelle società moderne le persone apprezzano in modo particolare la vita allorquando hanno relazioni strette con la famiglia e gli amici, e fanno parte di associazioni di volontariato. Nelle società moderne c'è anche una chiara relazione tra felicità e capacità di controllare il proprio ambiente; le persone più felici sono in relativamente buona salute, sono orientate fuori e sono autocontrollate. Questo modello empirico può essere ragionevolmente interpretato sia in termini di cause, sia in termini di effetti.

Quando lo si interpreta in termini di effetti sulla felicità, le correlazioni depongono per un effetto positivo della soddisfazione dei bisogni fondamentali sul grado di felicità. A livello nazionale, possono trovare una spiegazione analoga le correlazioni della felicità con la ricchezza, la sicurezza e la pace; a livello individuale, può invece essere interpretata secondo quel modello la correlazione tra felicità e relazioni profonde. Altri risultati sembrano dimostrare che l'autonomia accresce la felicità. Ad esempio a livello nazionale, le correlazioni tra felicità e libertà e tra felicità e individualismo possono essere spiegate secondo tale modello, come pure le correlazioni che, a livello individuale, si riscontrano tra felicità e capacità di controllo sulla propria vita. Entrambe le interpretazioni possono essere ricondotte alla teoria della motivazione di Maslow, in base alla quale ciascuno di noi ha sia 'bisogni da carenza' avvertiti da tutti in modo relativamente uniforme, ed alcuni 'bisogni di crescita' che presentano variabilità maggiore. E' probabile che la felicità sia massima quando entrambi i tipi di bisogni vengono soddisfatti.

Le correlazioni possono anche essere interpretate come conseguenze della felicità. A livello nazionale ciò significherebbe, tra l'altro, che cittadini felici rendono la società migliore, in quanto la felicità fa sì che essi lavorino con maggiore intensità e che agiscano in maniera più responsabile. Le correlazioni tra felicità e ricchezza, sicurezza e tolleranza possono essere interpretate secondo tale ottica. Tali effetti della felicità creeranno inoltre le premesse per una società più libera. A livello individuale questo punto di vista suggerisce che la felicità facilita le relazioni sociali e promuove la salute fisica e mentale. In effetti esiste sufficiente evidenza per tali effetti positivi della felicità, sulla base di studi sperimentali e longitudinali (Veenhoven 1984).

Probabilmente esistono anche altri modi attraverso i quali le diverse qualità contribuiscono a creare un'unica sindrome. Ci si potrebbe aspettare, ad esempio, che alcuni valori tradizionali - quali la solidarietà sociale e la devozione religiosa - contribuiscano alla felicità in tempi tumultuosi e tra gruppi caratterizzati da dipendenza psicologica. Al momento tuttavia, i dati disponibili non consentono di esplorare in maniera adeguata queste sindromi aggiuntive.

5.2 Le qualità della vita non correlate

Buona parte dei dati osservati non consentono di arrivare tuttavia ad una nozione comprensiva di qualità della vita; ad esempio, molti dei dati relativi al reddito e alla distribuzione del reddito lo confermano. A livello nazionale, non abbiamo trovato alcuna relazione tra felicità e sicurezza sociale, o con la disparità di reddito, mentre a livello individuale la felicità è solo debolmente correlata con il reddito familiare (almeno nei paesi ricchi). Allo stesso modo, studi a livello individuale non hanno trovato alcuna relazione tra felicità e caratteristiche come l'intelligenza e la tendenza a pianificare la vita. La felicità non si è mostrata correlata nemmeno a stili di vita caratterizzati da una frequente attività sportiva, dall'andare a letto presto e dall'astinenza dall'alcool. Chiaramente, non tutte le cose considerate come positive rendono la vita effettivamente più godibile.

Inoltre, le qualità che contribuiscono insieme alla felicità corrispondono solo parzialmente. In primo luogo, molte delle relazioni sembrano essere verificate solo a determinate condizioni, in particolare le relazioni tra felicità e capacità personali. E' infatti poco probabile che la tendenza ad avere un locus of control interno possa in qualche misura accrescere la felicità di una persona, se la situazione in cui essa vive non è controllabile, ad esempio nel caso di una società autoritaria oppure nel caso di un handicap grave. In secondo luogo, le relazioni statistiche raramente sono lineari; in effetti, all'aumentare di una particolare qualità, non è sempre detto che aumenti anche la felicità. Ciò risulta particolarmente evidente nel caso della ricchezza materiale: una volta raggiunto un tenore di vita ragionevole, ulteriori aumenti nel potere di acquisto non contribuiscono in alcun modo all'accrescimento del livello di felicità.

6. CONCLUSIONI

Alla base del concetto di 'qualità della vita' vi è l'idea che tutti gli aspetti che concorrono a rendere la vita positiva siano le stesse per tutti. Si ritiene che la felicità sia una componente del costrutto di qualità della vita, al pari di un sintomo per una sindrome in medicina.

In effetti, la felicità contribuisce al pari di diverse altre qualità della vita, ad esempio la qualità dell'ambiente, la libertà e le capacità personali come l'autonomia. Tuttavia, non sempre all'aumentare di queste qualità, fa riscontro un aumento della felicità. La maggior parte delle relazioni individuate sono soggette alla legge dell'utilità decrescente, e molte delle relazioni sembrano essere legate a condizioni specifiche. Ancora, la felicità non va considerata al pari di altre qualità che normalmente vengono considerate positivamente, come ad esempio lo stato assistenziale o l'intelligenza della persona. Alcuni fattori che, in base al senso comune, dovrebbero contribuire ad aumentare la felicità, in realtà possono persino ridurla.

Nella realtà quindi l'espressione 'qualità della vita' è un concetto meno inclusivo di quanto il termine lasci ad intendere: dovremmo pertanto usare il termine solo con un valore simbolico, e basare il nostro ragionamento e le nostre misurazioni su concetti più precisi.

BIBLIOGRAFIA

Andrews, F.M. & Withey, S. (1976).

Social indicators of well-being. American perceptions of life-quality.

New York: Plenum Press.

Bless, H. & Schwarz, N. (1984).

Ist schlechte Stimmung die Ausnahme? Eine Meta-analyse von Stimmungsuntersuchungen. (Is bad mood exceptional? A meta-analysis.)

Paper, Dpt of Psychology, University of Heidelberg, Germany.

Bradburn, N.M. (1969).

The structure of psychological well-being.

Chicago: Aldine Publishing.

Cantril, H. (1965).

The pattern of human concern.

New Brunswick: Rutgers University Press.

Deeg, D. & VanZonneveld, R. (1989).

Does happiness lengthen life?

In: How harmful is happiness? Consequences of enjoying life or not (ed. R. Veenhoven), pp. 29-43.

Den Haag, Netherlands: Universitaire Pers Rotterdam.

Diener, E, Emmons, R.A., Larsen, R.J. & Griffin, S. (1985).

The Satisfaction With Life Scale.

Journal of Personality Assessment, 49:71-75.

Diener, E., Diener M., & Diener, C. (1994).

Factors predicting the subjective well-being of nations.

Journal of Personality and Social Psychology, 69:851-864.

Glatzer, W. & Zapf, W. (1984).

Lebensqualität in der Bundesrepublik. (Quality of life in West-Germany).

Francoforte: Campus Verlag.

Hofstede, G. (1990).

Cultures and organizations.

London: McGraw Hill.

ILO (1995).

Yearbook of labor statistics, 54th edition.

International Labor Organization, Geneva, Switzerland.

ILO (1996).

The costs of social security: 14th international enquiry 1987-1989.

International Labor Organization, Geneva, Switzerland.

IPPF (1990).

Reproductive rights.

International Planned Parenthood Federation, London, UK. Wallchart distributed with 'People' magazine, vol 17, nr 4.

Ipsen, D. (1978).

Das Konstrukt Zufriedenheit. (The construct of satisfaction).

Soziale Welt, 29:44-53.

Inglehart, R. (1990).

Culture shift in advanced industrial society.

Princeton: Princeton University Press.

Kurian, G.T. (1992).

The new book of world rankings.

3rd edition, updated by J. Marti Facts on File, New York, USA. [come si mette?].

Ouweneel, P. & Veenhoven, R. (1991).

Cross-national differences in happiness. Cultural bias or societal quality?

In: Contemporary issues in cross-cultural psychology (eds. Bleichrodt, N & Drenth, P.J.), pp. 168-184.

Lisse, Netherlands: Swets & Zeitlinger.

PAI (1995).

Reproductive Risk. A world wide assessment of women's sexual and maternal health.

Population Action International, Washington DC, USA.

Saris, W., Scherpenzeel, A.C., Veenhoven, R. & Bunting, B. (1996).

A comparative study of Satisfaction with Life in Europe.

Budapest: Eötvös University Press.

Schwarz, N. & Strack, N. (1991).

Evaluating one's life: a judgement model of subjective well-being.

In: Subjective well-being. An inter-disciplinary perspective (eds. Strack, F., Argyle, M. & Schwarz, N.), pp. 27-48. Oxford: Pergamon Press.

Smits, J., Ultee, W. & Lammers, J. (1996).

De verklaring van verschillen in opleidings-homogamie tussen 65 landen. (Explaining variation in educational homogamy across 65 nations).

Mens en Maatschappij, 71:41-57.

Transparency International (1995).

1995 TI Corruption Index.

Press release, June 15th, Berlin, Germany.

UNDP (1992).

Human Development Report 1992.

United Nations Development Program Washington, USA

UN (1993).

UN Demographic Yearbook 1993.
United Nations, New York, USA.

Veenhoven, R. (1984).

Conditions of happiness.
Dordrecht: Reidel.

Veenhoven, R. (1991).

Is happiness relative?
Social Indicators Research, 24:1-34.

Veenhoven, R. (1993).

Happiness in Nations. Subjective appreciation of life in 56 nations 1946-1992.
RISBO, Studies in Social and Cultural Transformation nr 2, Erasmus University Rotterdam, Netherlands .

Veenhoven, R. (1994).

Correlates of happiness, 7838 findings from 603 studies in 69 nations 1911-1994.
RISBO, Studies in Social and Cultural Transformation nr 3, 3 volumes, Erasmus University Rotterdam, Netherlands.

Veenhoven, R. (1996b).

Happiness and freedom: The merits of multiple-choice society.
Paper presented at the 26th International conference of psychology, Montreal, Canada.

Veenhoven, R. (1996a).

Happy life-expectancy.
A new comprehensive measure of quality-of-life in nations. Social Indicators Research, 39:1-57.

Veenhoven, R. (1997).

Progress dans la compréhension du bonheur.
Revue Québécoise de Psychologie, 18:29-74.

Veenhoven, R. & Ouweneel, P. (1995).

Livability of the welfare-state. Appreciation-of-life and length-of-life in nations varying in state-welfare-effort.
Social Indicators Research, 36:1-49.

World Development Report: Workers in an integrated world.

World Bank and Oxford University Press, New York, USA.

World Values Survey 2.

Cumulative file 1990-92.
ICPSR, file 6160, Ann Arbor, Michigan, USA.

Tabella 1**Concetti di qualità della vita**

CONCETTI PRINCIPALI	CONCETTI SUSSIDIARI
Qualità dell'ambiente (vivibilità)	<ul style="list-style-type: none">▪ Qualità dell'ambiente fisico▪ Qualità della società▪ Qualità del posto nella società
Qualità della performance (abilità vitale)	<ul style="list-style-type: none">▪ Benessere fisico▪ Benessere psicologico▪ Statura morale?
Qualità del risultato della vita (raggiungimento)	<ul style="list-style-type: none">▪ Produttività▪ Divertimento

Tabella 2

Distinzioni simili in altri campi

I PRINCIPALI CONCETTI DI QOL	DISTINZIONI EQUIVALENTI IN:	
	Biologia	Teoria dei sistemi
Qualità dell'ambiente	Habitat	Stimoli che arrivano (inputs)
Qualità della performance	Forma fisica	Processo
Qualità del risultato della vita	Sopravvivenza	Esito (Output)

Tabella 3

Alcune domande abitualmente utilizzate allo scopo di valutare lo stato di felicità

Domande singole

- ❖ Tutto considerato, come potrebbe valutare il suo livello di felicità: molto felice, abbastanza felice, non molto felice, per nulla felice? (item usato nella World Value Surveys)
- ❖ Quanto è soddisfatto della vita che conduce? Completamente soddisfatto, discretamente soddisfatto, non molto soddisfatto, per nulla soddisfatto (standard in Eurobarometer surveys, Inglehart 1990)
- ❖ Ecco la figura di una scala. Supponga che la sommità della scala rappresenti la miglior vita possibile per lei e la base della scala la peggiore. Dove sente di potersi collocare in questo momento? (scala 0-10) (Cantril's (1965) present life ladder rating)
- ❖ Come si sente, valutando l'insieme della sua vita? Per lo più soddisfatto, misto, per lo più insoddisfatto, infelice, in modo terribile? (Andrews & Withey's (1976) Delighted-Terrible scale)

Domande Multiple

- ❖ Due domande identiche poste all'inizio e alla fine dell'intervista.
 - Come si sente, valutando l'insieme della sua vita? (Andrews & Withey's (1976) Life)³
- ❖ Cinque domande, valutate su una scala 1-7 progressiva dal massimo accordo al massimo disaccordo.
 - In molti modi la mia vita è vicina al mio ideale.
 - Le condizioni della mia vita sono eccellenti.
 - Sono contento della mia vita.
 - Fino a questo momento ho ottenuto le cose che ritenevo importanti dalla vita.
 - Se potessi rivivere la mia vita non cambierei praticamente nulla. (Diener's 1985 Satisfaction With Life Scale) (Diener et al., 1985)³
- ❖ Dieci domande sulla presenza di sensazioni e sentimenti nelle ultime settimane, rispondere si/no.
 - Si è sentito particolarmente eccitato od interessato in qualcosa?
 - Si è sentito talmente impegnato da non poter sedersi un attimo?
 - Si è sentito fiero perché qualcuno le ha fatto i complimenti?
 - Si è sentito solo o lontano dalle altre persone?
 - Si è sentito annoiato?
 - Si è sentito sulla cima del mondo?
 - Si è sentito depresso o molto infelice?
 - Ha sentito che le cose andavano come lei voleva?
 - Si è sentito arrabbiato perché qualcuno la ha criticata?
 Bradburn's (1969) Affect Balance Scale.

Calcolo del punteggio: Numero di risposte affermative negli items positivi meno numero di risposte agli item negativi.

Tabella 4

Felicità in 10 nazioni all'inizio degli anni 90

Nazione	risposta categorie											media	DS
	soddisfatto						insoddisfatto						
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	NA		
Brasil	28	9	17	13	7	15	4	3	1	3	0,4	7,37	2,41
La Gran-Bretagna	18	13	26	19	9	9	3	2	1	1	0,6	7,49	1,94
Il Canada	17	24	27	16	6	6	2	2	0	1	0,1	7,89	1,74
La Francia	8	11	21	18	13	18	4	33	1	1	0,9	6,78	1,98
L'India	15	9	17	13	13	20	5	5	2	2	1,6	6,70	2,28
L'Italia	15	13	24	18	12	8	3	2	1	3	0,7	7,26	2,06
Il Giappone	3	6	23	19	21	13	6	4	1	1	4,0	6,53	1,75
La Nigeria	17	12	13	13	13	11	7	6	3	5	0,4	6,59	2,62
La Russia	6	4	11	10	12	23	10	11	4	8	2,6	5,38	2,40
La Svezia	21	19	30	14	5	6	2	1	0	0	0,2	7,97	1,74
Gli SUA	16	21	27	15	7	8	3	2	1	1	0,3	7,73	1,83

Fonte: World Value Survey 2

Tabella 5

Correlati della felicità media in 48 diverse nazioni nel 1990

CARATTERISTICHE DELLE NAZIONI	CORRELAZIONE CON LA FELICITÀ		N
	Ordine zero	Controllando per la variabile 'benessere'	
Benessere materiale			
Reddito pro-capite: potere d'acquisto nel 1989 ⁵	+ .64**	---	43
Incidenza della povertà assoluta			
- malnutrizione: % < 2500 calorie ⁶	-.16	+ .12	42
- % senza acqua potabile ⁷	-.35	+ .24	38
Sicurezza			
Sicurezza fisica ⁸			
- tasso di omicidi	-.39**	-.17	39
- incidenti mortali	-.67**	-.49**	39
Sicurezza legale: incidenza della corruzione ⁹	-.73**	-.50*	37
Sicurezza sociale: spese dello stato in % del PIL ¹⁰	+ .38	-.03	34
Libertà			
Libertà politica ¹¹			
- rispetto dei diritti politici	+ .35*	+ .34	47
- rispetto dei diritti civili	+ .41*	+ .34	47
Libertà personale			
- libertà del matrimonio: accettazione del divorzio ¹²	+ .18	+ .02	42
- libertà della procreazione:			
- disponibilità dell'aborto legale ¹³	+ .13	-.12	37
- disponibilità della sterilizzazione ¹⁴	+ .18	+ .27	34
- libertà della sessualità ¹⁵			
- accettazione dell'omosessualità	+ .62**	+ .20	42
- accettazione della prostituzione	+ .35	-.10	42
- libertà a disporre della propria vita ¹⁶			
- accettazione del suicidio	+ .29	+ .03	42
- accettazione dell'eutanasia	+ .28	-.01	40
Libertà auto-percepita ¹⁷			
- nella vita	+ .50**	+ .24	42
- sul lavoro	+ .74**	+ .47*	41
Uguaglianza sociale			
Ineguaglianza dei redditi: rapporto tra il più basso ed il più alto ¹⁸	-.11	+ .07	28
Parità tra i sessi: indice di potere del sesso femminile ¹⁹	+ .51**	+ .07	35
Ineguaglianza tra le classi: omogamia scolastica ²⁰	-.52*	-.58*	27
Clima culturale			
Scolarità			
- % di persone alfabetizzate ²¹	+ .19	-.11	47
- tasso di adesione agli obblighi scolastici ²²	+ .51**	+ .26	36
- numero medio di anni di scuola ²³	-.07	-.06	40
Informazione ²⁴			
- giornali per persona	+ .36*	-.07	32
- antenne TV per persona	+ .39**	-.23	42
Religione ²⁵			
- credere in Dio	+ .38*	+ .40*	37
- identificazione religiosa	+ .24	+ .20	41
- partecipazione religiosa	+ .15	+ .28	38
Orientamento nei valori: dimensioni di Hofstede ²⁶			
- individualismo	+ .69**	+ .04	32
- distanza dal potere	-.50**	-.05	32
- mascolinità	-.20	-.15	32
- evitamento dell'incertezza	-.53**	-.30	32

Tabella 5 continuanda

Clima sociale			
Tolleranza			
- assenza del pregiudizio ²⁷	+ .58**	+ .01	38
Fiducia ²⁸			
- fiducia nelle persone	+ .26	+ .07	30
- verso i familiari	+ .02	+ .10	40
- verso i propri connazionali	+ .26	+ .41	30
- verso istituzioni			
Partecipazione sociale			
- nel lavoro: disoccupazione ²⁹	+ .42**	+ .34*	42
- nelle associazioni volontarie: partecipazione attiva ³⁰	+ .52**	+ .28	34
Politica di pace ³¹			
- importanza del sistema militare: rapporto tra militari e civili	— .38*	— .46*	41
- % del PIL come spese militari ³²	— .25	— .26	41
Pressione demografica			
- Densità della popolazione: numero di persone per km2 ³³	+ .01	+ .00	42
- Crescita della popolazione: tempo necessario per il raddoppio della popolazione ³⁴	+ .06	— .13	39
Modernità			
- Urbanizzazione: % della popolazione che vive in aree urbane ³⁴	+ .48**	+ .28	40
- Industrializzazione: proporzione del PIL non relativa ad attività agricole ³⁴	+ .49**	+ .03	32
- Informatizzazione: telefoni per persona ³⁵	+ .64**	+ .32	42
- Individualizzazione: opinione degli esperti ³⁶	+ .55**	+ .21	39

Tabella 6**Correlati della felicità individuale in Italia**

VARIABILE	r	B
<u>Posizione sociale</u>		
Età	-.03	+0.8*
Sesso maschile	+.05*	+.01
Scolarità: anni di scuola	-.07*	-.10*
Reddito familiare	+.03	-.06*
Occupato (vs disoccup.)	+.04	-.00
Status occupazionale	+.04	-.05
<u>Legami intimi</u>		
Coniugato (vs. divorziato + vedovo + single)	+0.8*	+.10*
Membro	+.03	-.00
<u>Capacità</u>		
Autovalutazione dello stato di salute	+.24*	+.19*
Controllo percepito del proprio destino	+.36*	+.36*
<u>Convinzioni</u>		
Religiose, autodefinitive	+.03	-.02
Interesse politico	+.00	+.06*
Tolleranza	+.00	-.01
R ²		.18

Fonte: World Value Survey 2

* = p <.01

-
- 1 Al contrario, valutazioni fatte da valutatori esterni sono definite qualità della vita 'oggettiva'. Questa terminologia è confusiva, in quanto suggerisce che si tratti di una verità imparziale. Inoltre, i criteri di qualità sono raramente privi di valori. Ad esempio: la quantità di danaro che si ha può essere contata 'oggettivamente' da un valutatore esterno, ma il prendere il danaro come un criterio di qualità della vita si basa un giudizio di valore 'soggettivo'.
 - 2 In Giappone si riscontra un tasso di non risposte più elevato, sebbene ancora al di sotto del 5%. Tuttavia questo non è un pattern generale tipico dei paesi non occidentali: in India ed in Nigeria il tasso di non risposta è simile a quello dei paesi occidentali.
 3. Gli studi di valore del mondo valutano la felicità in tre sensi: scelga la domanda diretta su felicità, singola domanda diretta su Qualità della vita e un questionaire dei 10 articoli sull'umore nelle ultime settimane (Bradburn interessa la scala dell'equilibrio).
 - 4 L'effetto in questione è largamente dovuto agli ex-paesi comunisti inclusi in questa banca-dati. Quando questo studio fu condotto, questi paesi infelici avevano ancora la piena occupazione (almeno ufficialmente). Quando questi casi sono invece omessi, la correlazione si riduce a zero, il che non è ancora la relazione negativa che ci si aspetterebbe.
 - 5 UN Human Development Report (UNDP, 1992, Tabella 1). Valori mancanti stimati: Irlanda del Nord situata tra la Gran Bretagna e l'Irlanda (\$ 10.600); la Cecoslovacchia nella media delle nazioni confinanti dell'Est Europeo (\$ 7.420).
 - 6 Kurian (1992), Tabella 192. La quantità minima giornaliera di calorie richiesta è pari a circa 2.500. In questo elenco solo quattro paesi si collocano al di sotto di quel livello: India, Cina, Nigeria e Filippine.
 - 7 Kurian (1992), Tabella 194. Dati relativi al 1980. Alcuni valori non sembrano plausibili (Finlandia 84%, Spagna 78%, Ungheria 44%).
 - 8 Dati sanitari. UN Demographic Yearbook (UN, 1993, Tabella 21).
 - 9 Sondaggio tra uomini d'affari e giornalisti. Transparency International, 1995.
 - 10 ILO 1996, Tabella 3.
 - 11 Valutazione fatta da esperti. Karantnycky et al., 1995.
 - 12 Giudizio dell'opinione pubblica. Item 310 nel World Value Survey 2.
 - 13 Valutazione fatta da esperti di politiche restrittive. PAI 1995.
 - 14 Valutazione fatta da esperti delle limitazioni poste e della disponibilità di servizi. IPPF 1995.
 - 15 Giudizio dell'opinione pubblica. Items 307 e 308 nel World Value Survey 2.
 - 16 Giudizio dell'opinione pubblica. Items 312 e 313 nel World Value Survey 2
 - 17 Giudizio dell'opinione pubblica. Items 95 e 117 nel World Value Survey 2
 - 18 UN Human Development Report 1995, Tabella 12.
 - 19 UN Human Development Report 1995, Tabella 3.5.
 20. Smits et al 1996: 48
 21. World Bank, World Development Report, 1995, tabella 1.
 22. World Bank, World Development Report, 1995, tabella 3.1.

23. Average self estimates. Item 356 in World Values survey 2.
24. Kurian 1992, tables 218 and 214.
25. Average self reports. Item 175, 151 and 147 in World Values survey 2.
26. Opinion IBM employees. Hofstede 1990
27. Public Opinion. Items 69-82 in World Values survey 2.
28. Public Opinion. Items 272-285, 340 and 341 in World Values survey 2.
29. Labor force surveys and registrations. ILO 1995, table 9.
30. Average self reports. Item 23 in World Values survey 2.
31. Kurian 1992, tables 41 and 43.
32. Kurian 1992, tables 17 and 28.
33. Kurian 1992, tables 18.
34. Kurian 1992, tables 84.
35. Kurian 1992, tables 167.
36. Diener et al 1994, table 1.