



Ewa Krok

Uniwersytet Szczeciński
Wydział Nauk Ekonomicznych i Zarządzania
Katedra Społeczeństwa Informacyjnego
ewakrok@wp.pl

METODY POMIARU SZCZĘŚCIA I JEGO ZALEŻNOŚĆ OD DOCHODÓW

Streszczenie: Artykuł dotyczy zagadnienia szczęścia, jego determinantów i sposobów pomiaru. Po rozważaniach nad niejednoznacznością pojęcia, jakim jest szczęście, przedstawiono dotychczas stosowane metody jego mierzenia. Szeroki wachlarz wskaźników dowodzi różnorodności czynników, które można poddawać analizie badając poziom szczęścia. W dalszej części artykułu autorka skoncentrowała się na ustaleniu zależności pomiędzy szczęściem a dochodami, jako że ostatnio coraz częściej szczęście jest rozpatrywane jako cel polityki społecznej, a dobrostan narodu uznawany jest za właściwy wskaźnik postępu społecznego i cel przy stanowieniu prawa.

Słowa kluczowe: ekonomia szczęścia, poziom szczęścia, dochody a szczęście.

Wprowadzenie

Rozważania na temat szczęścia prowadzili już w starożytności greccy i rzymscy filozofowie [Arystoteles, 2007; Seneka, 1965]. Poszukiwali dróg do szczęścia i zasad, dzięki którym można czerpać radość z życia. Swoje miejsce w nauce ugruntowała sobie felicytologia – teoria o kształtowaniu szczęśliwego życia, próbująca odpowiedzieć na pytanie: „jak żyć, aby być szczęśliwym i nie popaść w stan nieszczęśliwości”, obejmująca też zespół doktryn formułujących normy, które określają sposoby osiągnięcia szczęścia [Ledwoch, 2002].

Dawniej uwagę koncentrowano na warunkach zdobycia szczęścia indywidualnego, natomiast ostatnie dziesięciolecia to okres szeroko zakrojonych badań nad szczęściem jako celem polityki i rozwoju społecznego [Zwoliński, 2013].

Polskim filozofem, który prowadził obszerne i dogłębne rozważania psychologiczne na temat przeżyć człowieka szczęśliwego i nieszczęśliwego, był W. Tatarkiewicz. Swoje przemyślenia zawarł w traktacie o szczęściu [Tatarkiewicz, 2012]. Ostatnio coraz częściej zagadnieniami szczęścia interesują się również ekonomiści [Michoń, 2010].

Artykuł poświęcony jest analizie wyników badań, których celem był pomiar szczęścia i określenie czynników je determinujących. Na bazie przeglądu literatury, poświęconej poszukiwaniu odpowiedzi na pytanie „jak mierzyć poziom szczęścia i czy jest on zależny od pieniędzy?”, autorka dokona zestawienia mierników szczęścia oraz wskaże problemy pojawiające się podczas badań empirycznych nad tym zagadnieniem, które ostatecznie rzutują na interpretację końcowych wyników.

1. Czym jest szczęście?

By móc analizować wpływ różnorodnych czynników na poziom szczęścia należy zdefiniować to pojęcie. Nie jest to zadaniem łatwym. Tatarkiewicz [2012], prowadząc rozważania nad naturą szczęścia, doszedł do wniosku, iż nie jest możliwe podanie precyzyjnej definicji tego pojęcia. Ostatecznie poprzestał na dwóch definicjach: doznania szczęścia („szczęściem jest trwałe, pełne i uzasadnione zadowolenie z życia”) i życia szczęśliwego („życie dające trwałe, pełne i uzasadnione zadowolenie”). Bo czy szczęściem jest zadowolenie z życia, czy życie dające zadowolenie?

Na tę bardzo istotną (z punktu prowadzenia badań i interpretowania wyników) różnicę w pojmowaniu szczęścia wskazuje także D. Kahneman – psycholog i ekonomista – laureat nagrody Nobla w dziedzinie ekonomii w 2012 r. Podczas swoich badań nad umysłem człowieka wyróżnił dwie jaźnie: jaźń doświadczającą (doznającą), która zajmuje się rzeczywistym przeżywaniem życia, oraz jaźń pamiętającą, która ocenia życie i decyduje o naszych przyszłych wyborach.

Kahneman [2012] podkreśla różnicę pomiędzy doświadczeniem (przeżywaniem) a pamięcią. W kontekście szczęścia to właśnie owa różnica pomiędzy byciem szczęśliwym w życiu i byciem zadowolonym ze swojego życia. Bardzo dobrze ilustruje to następujący przykład: byliśmy na wspaniałych wakacjach w ciepłych krajach z opcją all inclusive. Przez siedem dni doświadczaliśmy przyjemnych doznań. W drodze powrotnej, samolot miał jednak 20 godzinne opóźnienie i całą noc spędziliśmy na lotnisku. W dodatku zaginął nam bagaż. Nasza pamięć dotycząca tych wakacji będzie zupełnie różna od naszego doświadczenia tych wakacji. Kahneman [2012] podkreśla, iż krytyczne znaczenie dla naszej pamięci ma to, jak się historia kończy.

Tym, co odróżnia doświadczanie od pamięci, jest również stosunek do czasu. Jeśli udane wakacje trwałyby dwa tygodnie, a nie tydzień, to oznaczałoby to dwa razy dłuższe przyjemne doznania. Jednak dla jaźni pamiętającej drugi tydzień wakacji nie ma żadnego znaczenia, jeśli nie wydarzyło się w nim nic nowego.

Problem w tym, że jaźń doświadczająca odnosi się tylko do teraźniejszości, natomiast oceniając przeszłość, jak i planując przyszłość, opieramy się nie na doświadczeniach, ale na wspomnieniach tych doświadczeń (pamięci o nich).

To rozróżnienie między dwoma aspektami jaźni jest bardzo istotne przy mierzeniu poziomu szczęścia, ponieważ coś, co daje szczęście jaźni doświadczającej, nie będzie do końca tym samym, co zadowala jaźń pamiętającą.

Wyobraźmy sobie dwie osoby: jedna prowadzi zwyczajne życie, posiada rodzinę i dzieci, z którymi spędza dużo czasu, ma pracę, którą lubi i która przynosi jej przeciętny dochód. Druga osoba jest singlem, skoncentrowanym na karierze, poświęcającym swoje życie wymagającej i trudnej pracy, której często ma dość, lecz z sukcesem pnie się po szczeblach korporacyjnej kariery. W wieku sześćdziesięciu lat, pierwsza osoba, będzie mieć za sobą 60 lat szczęśliwych doświadczeń, ale ponieważ nie osiągnęła w życiu niczego szczególnego, może mieć niską ocenę własnego życia. Druga osoba, prezes zarządu z wybitnymi osiągnięciami i sporą kwotą na koncie może bardzo wysoko ocenić swoje życie, mimo że przez ostatnie czterdzieści lat wymagało ciężkiej pracy, wielu wyrzeczeń i nieprzyjemnych doświadczeń.

Nieprecyzyjność definicyjna oraz wyjątkowo szerokie spektrum czynników wpływających na doznawanie szczęścia oraz ocenę poziomu zadowolenia, sprawiają, iż naukowe próby badania tego zjawiska napotykać na duże problemy w pomiarze i jego interpretacji.

2. Badania poziomu szczęścia

Jeszcze do niedawna prawie cała wiedza na temat szczęścia opierała się na odpowiedziach udzielanych przez respondentów na jedno i to samo pytanie w nieznacznie różniących się od siebie wersjach, które ogólnie uznawano za właściwą miarę szczęścia. Pytanie to, które brzmiało mniej więcej tak: „Ogólnie rzecz biorąc, czy jesteś aktualnie zadowolony ze swojego życia, jako całości?”, było w wyraźny sposób skierowane do jaźni pamiętającej, która miała zawyrokować na temat całego dotychczasowego życia.

Rozważania Tatariewiczza oraz badania Kahnemana wskazują, iż całościowa ocena zadowolenia z życia nie jest zazwyczaj trafną miarą aktualnego poziomu szczęścia i odwrotnie: doznawane właśnie uczucie szczęścia nie jest dobrą miarą długookresowej satysfakcji.

Obecnie prowadzone badania dotyczą zarówno szczęścia doznawanego, jak i całościowej oceny życia. Na szeroką skalę badania takie prowadzi pracownia sondażowa Gallup World Poll [www 1]. Oceny zadowolenia z życia dokonuje na podstawie tak zwanej skali samookreślenia dążeń A. Cantrila – Cantril Self-Anchoring Striving Scale [Cantril, 1965]. Respondent ocenia swoje aktualne życie na skali drabinowej, odpowiadając na pytanie: „Jakie masz poczucie: na którym szczeblu drabiny aktualnie się znajdujesz?”, gdzie 0 oznacza „życie, które uznałbyś dla siebie za najgorsze z możliwych”, a 10 oznacza „życie, które uznałbyś dla siebie za najlepsze z możliwych”.

Również doświadczenie szczęścia jest obecnie mierzone w USA, Kanadzie i Europie. Badania Gallup World Poll rozszerzyły te pomiary o miliony respondentów w ponad 150 innych krajach [Kahneman, 2012]. Badanie gromadzi odpowiedzi na temat emocji doznawanych w ciągu poprzedniego dnia. Choć jest nieco mniej szczegółowe, to jego idea jest zbliżona do dedykowanego podobnym celom badania metodą rekonstrukcji dnia [Kahneman i in., 2004].

Dane z badania Gallupa pozwalają porównać szczęście rozumiane jako dobrostan doznawany w trakcie życia ze szczęściem rozumianym jako osąd dokonywany w całościowej ocenie życia.

Badania nad szczęściem, na zlecenie ONZ, prowadzi również Instytut Ziemi (Earth Institute) przy Uniwersytecie Columbia. Badanie opiera się nie tylko na informacji o subiektywnym odczuciu szczęścia mieszkańców 158 krajów świata. Wzięto także pod uwagę dane na temat stanu zdrowia ankietowanych, jakości opieki socjalnej, długości życia, dochodów, swobody dokonywania życiowych wyborów, hojności mieszkańców danego kraju oraz skali korupcji. W ostatnim raporcie z tych badań z 2015 r. [World Happiness Report, 2015] Polska znalazła się na 60. miejscu na liście najszczęśliwszych krajów świata. Na pierwszym miejscu uplasowała się Szwajcaria. W pierwszej dziesiątce znalazły się kraje skandynawskie: Islandia, Dania, Norwegia, Finlandia oraz Szwecja, a także Holandia i trzy kraje spoza kontynentu europejskiego: Kanada, Nowa Zelandia oraz Australia. Listę zamknęła ogarnięta wojną Syria. Tylko nieznacznie wyprzedziły ją takie kraje afrykańskie, jak Burundi, Benin, Burkina Faso, Czad, Rwanda czy Togo, a także Afganistan.

W 2015 r. raport z badania poziomu szczęścia wśród mieszkańców Unii Europejskiej opublikował również Eurostat [Eurostat, 2015]. Szczęście rozpatrywano tu w trzech wymiarach: satysfakcji z życia, obecności uczuć pozytywnych i braku negatywnych oraz poczucia sensu życia. Poziom szczęścia był jednym z kilku elementów obok m.in. warunków materialnych, zatrudnienia, zdrowia, edukacji i środowiska naturalnego analizowanych w ramach badania jakości ży-

cia w Europie. Dane odnoszą się do roku 2013. Średnia satysfakcja z życia u obywatela UE wynosiła 7,1 w skali od 0 do 10. Najmniej zadowoleni byli mieszkańcy Bułgarii, następnie Portugalii, Węgier, Grecji i Cypru, a najbardziej mieszkańcy krajów skandynawskich: Finlandii, Danii i Szwecji. Niższy poziom zadowolenia deklarowały osoby starsze, osoby bezrobotne, gorzej wykształcone oraz osoby żyjące samotnie. Najbardziej wyraźny wpływ na odczuwanie szczęścia miał stan zdrowia, sytuacja materialna, pozycja na rynku pracy oraz relacje społeczne. Wyniki badania wykazały dodatnią korelację między odczuwaniem szczęścia a zadowoleniem z życia, co oznacza, że im częściej doświadczają się szczęścia, tym większe prawdopodobieństwo na wysoką ocenę sensu życia i zadowolenia z niego.

Badanie na mniejszą skalę, dotyczące bowiem szczęścia Polaków, zostało przeprowadzone przez TNS Polska na zlecenie Vanquis Bank we wrześniu 2014 r. [TNS, 2014]. Autorzy nie tylko określili poziom satysfakcji w społeczeństwie, ale również zdefiniowali czynniki, które wpływają na jej odczuwanie zarówno pozytywnie, jak i negatywnie. Według raportu z tego badania aż 91% Polaków uważa się za szczęśliwych. Na odczuwanie szczęścia w największym stopniu wpływa udane życie rodzinne. A najbardziej smuci troska o zdrowie i zbyt małe zarobki.

Od 2006 r. wyznaczany jest tzw. światowy indeks szczęścia (Happy Planet Index – HPI), opracowany przez New Economics Foundation. Służy on do mierzenia poziomu dobrostanu (*well-being*) w poszczególnych krajach, ale w nieco innym ujęciu. HPI jest iloczynem odczuwanego przez obywateli zadowolenia z całokształtu życia oraz oczekiwanej długości życia, dzielonym przez tak zwany ślad ekologiczny (*ecological footprint*), czyli eksploatację środowiska naturalnego. Oczekiwana długość życia może świadczyć o bezpieczeństwie, zdrowiu, opiece zdrowotnej oraz warunkach bytowych panujących w danym kraju. Klasyfikacja w ramach tego czynnika odbywa się na podstawie Raportu Rozwoju Ludzkości (Human Development Report), publikowanego przez Program Narodów Zjednoczonych ds. Rozwoju (United Nations Development Programme – UNDP). Z kolei dane dotyczące poziomu odczuwanego zadowolenia z życia uzyskiwane są z badań opinii publicznej przeprowadzanych w każdym kraju na próbie około 1000 osób w wieku powyżej 15 lat. Ankietowani oceniają swoje życie odpowiadając na wspomniane już pytanie drabinowe, opracowane przez Gallup World Poll [www 1]. Miarą śladu ekologicznego jest natomiast tzw. globalny hektar, który odzwierciedla zapotrzebowanie człowieka na zasoby naturalne Ziemi, mierzone ilością gruntów niezbędnych do jego zaspokojenia, przy obowiązujących w danym kraju wzorcach konsumpcji.

HPI pokazuje, w jakim stopniu ludzie z różnych krajów osiągają długie i szczęśliwe życie, przy jednoczesnym zachowaniu zasobów dla przyszłych pokoleń. Można powiedzieć, że miara ta określa, jak dużo dobrobytu wytwarzają państwa w stosunku do jednostki zużywanych zasobów naturalnych. Wskaźnik HPI wyraźnie promuje kraje o mniejszym wpływie na środowisko i wykorzystujące w mniejszym stopniu zasoby naturalne. Według ostatniego raportu z 2012 r. [Happy Planet Index Report, 2012] najwyższy poziom HPI osiągnęły Kostaryka, Wietnam i Kolumbia, natomiast na dole rankingu znalazły się Botswana, Czad i Katar. Polska zajęła w tym rankingu 71 miejsce.

Czym można wytłumaczyć duże rozbieżności miejsc, jakie w obu badaniach (World Happiness Report i Happy Planet Index) uzyskały poszczególne państwa? Otóż długie życie i odczuwanie zadowolenia przez mieszkańców krajów skandynawskich z czołówki rankingu World Happiness Report z 2015 r. [World Happiness Report, 2015], wiążą się jednocześnie z wysokim śladem ekologicznym, znacznie obniżającym ich pozycję w rankingu HPI. Afrykańskie kraje o najmniejszym przychodzie osiągają również niskie wskaźniki HPI z powodu krótkiego życia i niskiego poziomu odczuwanego szczęścia. Najkorzystniej wypadły wysoko i średnio rozwinięte kraje Ameryki Łacińskiej, dzięki połączeniu dość długiego i udanego życia z niedużym śladem ekologicznym.

Wskaźnik HPI nadaje nowe znaczenie sposobowi myślenia o rozwoju. Do tej pory rozwój utożsamiany był przede wszystkim z aktywnością ekonomiczną. Nie do końca przekłada się to jednak na pomyślność, m.in. dlatego, że pomija kontekst ograniczeń środowiskowych. Pomimo że wyzwania, którym stawiają czoła bogate kraje o wysokim zużyciu zasobów i kraje o wysokim poziomie ubóstwa są bardzo różne, podstawowy cel – jak podkreśla New Economics Foundation – pozostaje ten sam: zapewnić długie, szczęśliwe i zrównoważone życie swoim mieszkańcom obecnie i w przyszłości [Ekokalendarz, 2015].

Jeszcze inny miernik tzw. wskaźnik zadowolenia z życia (Satisfaction with Life Index – SLI) zaproponował A.G. White – psycholog z Uniwersytetu w Leicester. Analizy, jakie przeprowadził wykorzystując m.in. wyniki badań UNESCO, Fundacji Nowej Ekonomii, Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) oraz Programu Narodów Zjednoczonych ds. Rozwoju, wykazały, że poziom odczuwanego szczęścia jest mocno skorelowany ze stanem zdrowia, zamożnością i dostępem do wykształcenia [White, 2007].

Za miernik poziomu szczęścia uznawany jest również indeks postępu społecznego (Social Progress Index – SPI). Wskaźnik ten ocenia kraje pod względem 12 kategorii: odżywianie i podstawowa opieka zdrowotna, powietrze, woda i stan sanitarny, poziom schronienia i bezpieczeństwo osobiste, dostęp do

podstawowej wiedzy, dostęp do informacji i komunikacji, zdrowie i dobre samopoczucie, trwałość ekosystemu, prawa osobiste, dostęp do szkolnictwa wyższego, stan wolności osobistej i możliwość wyboru, poziom równości i integracji, pogrupowanych w trzy kategorie: potrzeby podstawowe, źródła satysfakcji oraz szanse [Social Progress Index, 2015].

Kolejnym miernikiem poziomu szczęścia może być tzw. indeks lepszego życia (Better Life Index – BLI) przygotowany przez Organizację Współpracy Gospodarczej i Rozwoju (OECD). Badaniem objętych jest 36 członków OECD oraz Rosja i Brazylia. BLI tworzy jedenaście kluczowych sfer, które składają się na udane życie, są to m.in. poczucie bezpieczeństwa, wykształcenie, warunki mieszkaniowe, jakość środowiska, zatrudnienie, dochody, służba zdrowia, zaangażowanie społeczne, równowaga między pracą a czasem wolnym, subiektywne zadowolenie z życia [Better Life Index, 2011].

W himalajskim królestwie Bhutanu już od 1972 r. stosuje się tzw. wskaźnik szczęścia narodowego brutto (Gross National Happiness – GNH), za pomocą którego oceniana jest jakość życia obywateli. Koncepcja zakłada, iż szczęście duchowe i dobre samopoczucie obywateli jako miara rozwoju ważniejsze są od produktu krajowego brutto (PKB), a zyski materialne nie mogą być osiągnane kosztem środowiska i kultury [Szczęście Narodowe Brutto, 2008]. W wyniku dyplomatycznej kampanii króla Bhutanu, Zgromadzenie Ogólne ONZ w 2012 r. ustanowiło Międzynarodowy Dzień Szczęścia (International Day of Happiness). Jest on obchodzony na świecie od 2013 r., w dniu 20 marca. W rezolucji ONZ [Rezolucja ONZ, 2012] podkreślono, że „dążenie do szczęścia jest podstawowym celem człowieka”, wskazując na potrzebę kompleksowego, sprawiedliwego i zrównoważonego podejścia do rozwoju gospodarczego, przy jednoczesnej walce z ubóstwem oraz promowaniu szczęścia i dobrobytu dla wszystkich narodów.

W kolejnym punkcie niniejszego artykułu na podstawie różnorodnych wyników badań omówiono zależności między szczęściem a dochodami.

3. Pieniądze jako czynnik wpływający na zadowolenie z życia

We wszystkich prowadzonych badaniach dotyczących poziomu szczęścia jednym z kluczowych analizowanych czynników są kwestie materialne. Wielu naukowców dowodzi, że zamożność jest niezbędna do poczucia szczęścia [Veenhoven, 1984; Diener, Diener i Diener, 1995; Argyle, 2004]. Jednak sporo wyników badań podważa tę tezę.

Powszechnie znany jest tzw. paradoks Easterlina – ekonomisty, który jako pierwszy w 1974 r. zauważył, że owszem wzrost zarobków sprawia, że jesteśmy bardziej zadowoleni z życia, jednak przychodzi taki moment, taki poziom dochodów, w którym ich przyrost nie powoduje już przyrostu szczęścia [1974]. Koncentruje się na nim wielu naukowców prowadzących badania nad szczęściem. Paradoks ten tłumaczą na kilka sposobów. Za jedną z możliwych przyczyn uważają istnienie tzw. dóbr luksusowych. Jeśli rośnie poziom dochodów obywateli, to rośnie również cena dóbr luksusowych, tak aby na ich zakup mogli pozwolić sobie tylko najbogatsi. Powoduje to frustrację u tych, którzy mimo wzrostu dochodów dalej nie mogą kupić danego dobra i uświadamiają sobie, że na niektóre rzeczy nie będzie ich nigdy stać [Hirsch, 1976].

Innym wytłumaczeniem może być po prostu brak czasu na konsumpcję. Ludzie zarabiają coraz więcej, bo coraz więcej pracują i w efekcie, mimo wzrostu przychodów, nie zwiększają swojej szeroko pojętej konsumpcji, bo po prostu nie starcza im na to czasu [Linder, 1970]. Frustracja, której doznają z tego powodu, nie wpływa pozytywnie na poziom ich szczęścia.

Sam Easterlin [2001] zaproponował wytłumaczenie opierające się na założeniu, iż aspiracje i pragnienia ludzi rosną w miarę wzrostu dochodów. Stąd poziom ich zadowolenia utrzymuje się na mniej więcej stałym poziomie. Zatem poziom szczęścia ludzi idzie w parze z bogactwem, ale tylko do pewnego stopnia, co byłoby zgodne z prawem malejącej użyteczności krańcowej. W Ameryce, mimo wzrostu zamożności i rosnących wskaźników PKB, deklarowany poziom szczęścia nie rośnie [Seligman, 2005].

Są też wyniki badań, które podważają ustalenia Easterlina. Stevenson i Wolfers [2013] na podstawie swoich badań twierdzą, iż owszem, od pewnego poziomu dochodu jego przyrost skutkuje coraz wolniejszym przyrostem szczęścia, lecz nie istnieje poziom dochodu, po przekroczeniu którego związek dochodu i szczęścia zanika.

Inną ciekawą obserwacją, jaką poczynili naukowcy [Frey i Stutzer, 2002; Layard, 2005; Clark, Frijters i Shields, 2008] jest fakt, iż porównując poziom zadowolenia w dwóch krajach znacznie różniących się poziomem dochodów, wcale nie musi się okazać, że szczęśliwsi są ludzie z kraju bogatszego. Dzieje się tak dlatego, iż ludzie porównują się do osób, które znają, które żyją obok nich, w przenośni mówiąc do sąsiadów, a nie interesuje ich ktoś, kto żyje w innej kulturze, w innym kraju lub wręcz na innym kontynencie.

Potwierdza to koncepcja porównań społecznych [Argyle, 2004; Maison, 2013], według której większe znaczenie niż sam status finansowy mają aspiracje jednostki do osiągnięcia pułapu wyznaczonego przez zamożność sąsiadów. Po-

równania społeczne tłumaczą też rozbieżności w poczuciu szczęścia u bezdomnych mieszkających w państwach bogatych i krajach trzeciego świata. Ci pierwsi, obserwując przejawy zamożności swoich rodaków, odczuwają znacznie większą frustrację niż ci drudzy, widzący wokół siebie wiele przejawów ubóstwa [Diener i Biswas-Diener, 2011].

Z badań Gallup World Poll [www 1] wynika, że wśród najszczęśliwszych, oprócz zamożnych państw Europy Zachodniej, znajdują się również mieszkańcy biednych krajów Ameryki Południowej i Środkowej. Z kolei obywatele bogatej Japonii i Korei Południowej nie są aż tak szczęśliwi, jak mogliby być, biorąc pod uwagę ich PKB.

R. Veenhoven [1984] opracował teorię potrzeb, zgodnie z którą szczęście jest funkcją zaspokojenia potrzeb, a zatem zależy od poziomu dochodów. Obecnie jednak przekonuje, że sytuacja finansowa podmiotu wyjaśnia mniej niż 10% wariacji poczucia szczęścia [Veenhoven, 2010]. Potwierdza to tzw. kołowy model szczęścia S. Lyubomirsky i K. Sheldona [Lyubomirsky, Sheldon i Schkade, 2005; Sheldon i Lyubomirsky, 2006; Sheldon i Lyubomirsky, 2007]. Według tej koncepcji za całościowe poczucie szczęścia odpowiadają trzy czynniki: wrodzony potencjał, okoliczności życiowe oraz intencjonalna aktywność człowieka. Czynnikiem wrodzonym, zdeterminowanym genetycznie, autorzy modelu przypisują 50% kontroli nad poczuciem szczęścia. Warunki i okoliczności życiowe, takie jak stan zdrowia, status zawodowy, sytuacja rodzinna, kraj zamieszkania i co istotne również sytuacja materialna oraz jej zmiany, determinują szczęście człowieka jedynie w 10%. W pozostałych 40% o poczuciu szczęścia decyduje intencjonalna aktywność, czyli umiejętność oddziaływania na swoje życie w taki sposób, by nadawać mu sens i czerpać satysfakcję.

Również wyniki badań Kahnemana [2012] potwierdzają, iż zarówno szczęście doznawane, jak i całościowe zadowolenie z życia zależą nie tylko od czynników zewnętrznych, ale też od usposobienia zapisanego w genach. Ludzie, których życie wydaje się jednakowo szczęśliwe, mogą się bardzo różnić poziomem odczuwanego szczęścia.

Z kolei Czapiński [2012] pisze, iż różny poziom szczęścia w porównywalnie bogatych krajach wynika z różnicy w czynnikach pozadochodowych. W państwach szczęśliwszych obserwuje się większe swobody polityczne, wolność ekonomiczną, orientacją indywidualistyczną, wysoki poziom wsparcia i zaufania społecznego oraz większe możliwości rozwoju i poczucia wpływu na swoje życie.

Ciekawe wnioski płyną również z badań Kahnemana [2012] dotyczących prognozowania dochodów osób w zależności od wagi przywiązywanej do pieniędzy przez te osoby w młodym wieku. Kahneman porównał zadowolenie z ży-

cia w grupie o wysokich zarobkach (ponad 200 000 dolarów rocznie na gospodarstwo domowe) oraz w grupie osób o niskich i średnich zarobkach (poniżej 50 000 dolarów rocznie). Wpływ wysokości dochodów na poziom zadowolenia z życia był silniejszy u osób, które wcześniej uznały zamożność za swój główny cel. Ludzie, którzy pragnęli pieniędzy i udało im się je zdobyć, deklarowali znacznie większy niż średnia poziom zadowolenia z życia. Ludzie, którzy pragnęli pieniędzy, ale ich nie zdobyli, byli znacząco bardziej niezadowoleni. Warto dodać, że ta sama zasada dotyczy też innych celów. Jeśli w dorosłości człowiek nie sprostą celom, które stawiał sobie jako nastolatek, będzie gorzej oceniał swoje życie.

Podsumowanie

Szczęście jest pojęciem abstrakcyjnym i subiektywnym, stąd bardzo trudno o jednoznaczną jego definicję. Fakt ten znacznie utrudnia pomiar i identyfikację czynników kluczowych dla poziomu szczęścia. Ostatnimi czasy jest ono rozpatrywane nie tylko w kategoriach indywidualnych, ale jako cel polityki społecznej. Dobrostan narodu jest coraz częściej uznawany za właściwy wskaźnik postępu społecznego i cel przy stanowieniu prawa. A to, jak podkreśla Kahneman [2012], wymaga odpowiedzi na wiele trudnych pytań, w związku z dwoma jaźniami zamieszkującymi jedno ciało, które mają dążyć do szczęścia, zarówno na poziomie osobistym, jak i społecznym.

Różnorodność mierników szczęścia świadczy o złożoności zjawiska i wielości jego determinantów. Jeśli chodzi o wpływ dochodów na poziom szczęścia, to starania o wzrost gospodarczy są w gruncie rzeczy działaniami na rzecz zwiększenia zadowolenia z życia obywateli. Jednak warto pamiętać, co wynika z badań, że pieniądze – owszem – dają szczęście, jednak, gdy zaspokoją już podstawowe potrzeby, dają go coraz mniej. Zatem im bardziej stajemy się zadowolonymi, tym mniejsze znaczenie przypisujemy pieniądзом.

Od pewnego poziomu wielkość bogactwa staje się też mniej istotna od relatywnej zamożności. Oznacza to, że większego znaczenia niż sam status finansowy nabierają aspiracje jednostki do osiągnięcia pułapu wyznaczonego przez zamożność innych. Jednak by odczuwać szczęście znacznie lepiej unikać porównań i zamiast podliczać majątek sąsiada warto skoncentrować się na własnym życiu i relacjach międzyludzkich.

Kluczem do czerpania szczęścia z posiadanych pieniędzy jest przeznaczenie ich na tzw. dobra nieostentacyjne, poprawiające jakość i wygodę życia (lepszą opieką medyczną, lepszą edukacją, przydane dobra konsumpcyjne), a nie na do-

bra ostantacyjne (drogi samochód, kosztowny zegarek, biżuteria), będące jedynie symbolem luksusu i służące rywalizacji o status społeczny [Frank, 2004, za: Czapiński, 2012]. Pieniądze powinny przede wszystkim służyć jako środek do realizacji planów i zamierzeń oraz do minimalizowania negatywnych doświadczeń w życiu, a nie stanowić cel sam w sobie.

Znając wpływ pieniędzy na poziom zadowolenia, badacze radzą, by zamiast gonić za pieniędzmi, lepiej doskonalić się w wyciskaniu szczęścia z tych pieniędzy, które mamy.

Z perspektywy społecznej efektywnymi sposobami poprawy wskaźnika szczęścia w społeczeństwie będą wszelkie inwestycje w opiekę zdrowotną, transport publiczny, edukację, zwiększanie dostępności do opieki nad dziećmi, kulturę, rozrywkę, tworzenie warunków i możliwości aktywnego spędzania czasu wolnego, przeciwdziałanie wykluczaniu społecznemu osób starszych, a także wydatki na bezpieczeństwo i walkę z przestępczością.

Na koniec nieco przekornie warto przytoczyć myśl słynnego wynalazcy, przemysłowca i człowieka wielkiego sukcesu Thomasa Edisona: „[...] tak długo jak nie spoczniiesz na laurach, pozostajesz niezadowolony, a niezadowolenie to pierwszy warunek postępu” [www 2]. Więc może nie ma co dążyć do pełni szczęścia, bo teoretycznie oznaczałoby to stagnację i zatrzymanie rozwoju ludzkości.

Literatura

- Argyle M. (2004), *Psychologia szczęścia*, Astrum, Wrocław.
- Arystoteles (2007), *Etyka nikomachejska*, przeł. D. Gromska, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- Better Life Index (2011), <http://www.oecdbetterlifeindex.org> (dostęp: 8.08.2015).
- Cantril H. (1965), *The Pattern of Human Concerns*, Rutgers University Press, New Brunswick, New Jersey.
- Clark A.E., Frijters P., Shields M.A. (2008), *Relative Income, Happiness, and Utility: An Explanation for the Easterlin Paradox and Other Puzzles*, „Journal of Economic Literature”, Vol. 46, s. 95-144.
- Czapiński J. (2012), *Ekonomia szczęścia i psychologia bogactwa*, „Nauka”, nr 1, s. 51-88, http://www.pan.poznan.pl/nauki/N_112_05_Czapinski.pdf (dostęp: 8.08.2015).
- Diener E., Biswas-Diener R. (2011), *Szczęście. Odkrywanie bogactwa psychicznego*, Smak Słowa, Sopot.
- Diener E., Diener M. i Diener C. (1995), *Factors Predicting the Subjective Well-Being of 120 Nations*, „Journal of Personality and Social Psychology”, No. 69(5), s. 851-864.

- Easterlin R. (1974), *Does Economic Growth Improve the Human Lot? Some Empirical Evidence* [w:] P. David, M. Reder (eds.), *Nations and Households in Economic Growth: Essays in Honour of Moses Abramovitz*, Academic Press, New York.
- Easterlin R. (2001), *Income and Happiness: Towards a Unified Theory*, "The Economic Journal", Vol. 111, s. 465-484.
- Ekokalendarz (2015), <http://www.ekokalendarz.pl/miedzynarodowy-dzien-szczescia> (dostęp: 8.08.2015).
- Eurostat (2015), *Quality of Life in Europe – Facts and Views*, http://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Quality_of_life_in_Europe_-_facts_and_views (dostęp: 6.08.2015).
- Frank R. (2004), *How Not to Buy Happiness*, „Daedalus”, No. 133(2), s. 69-79.
- Frey B.S., Stutzer A. (2002), *What Can Economists Learn from Happiness Research?* „Journal of Economic Literature”, Vol. 40, s. 402-435.
- Happy Planet Index Report (2012), New Economics Foundation, <http://www.happyplanetindex.org/assets/happy-planet-index-report.pdf> (dostęp: 6.08.2015).
- Hirsch F. (1976), *Social Limits to Growth*, Harvard University Press, Cambridge, MA.
- Kahneman D. (2012), *Pułapki myślenia. O myśleniu szybkim i wolnym*, Media Rodzina, Poznań.
- Kahneman D., Krueger A.B., Schkade D.A., Schwarz N., Stone A. (2004), *A Survey Method for Characterizing Daily Life Experience: The Day Reconstruction Method*, „Science”, No. 306, s. 1776-1780, <http://www.uvm.edu/~pdodds/files/papers/others/2004/kahneman2004a.pdf> (dostęp: 6.08.2015).
- Layard R. (2005), *Happiness: Lessons from a New Science*, Allan Lane, London.
- Ledwoch A. (2002), *Istota etyki niezależnej Tadeusza Kotarbińskiego*, „Res Humana”, nr 6.
- Linder S. (1970), *The Harried Leisure Class*, Columbia University Press, New York – London.
- Lyubomirsky S., Sheldon K.M., Schkade D. (2005), *Pursuing Happiness: The Architecture of Sustainable Change*, „Review of General Psychology”, Vol. 9(2), s. 111-131.
- Maison D. (2013), *Polak w świecie finansów*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- Michoń P. (2010), *Ekonomia szczęścia*, Dom Wydawniczy Harasimowicz, Poznań.
- Rezolucja ONZ A/RES/66/281 z dnia 28 czerwca 2012 r., http://www.un.org/ga/search/view_doc.asp?symbol=A/RES/66/281 (dostęp: 8.08.2015).
- Seligman M.E.P. (2005), *Prawdziwe szczęście*, Media Rodzina, Poznań.
- Seneca L.A. (1965), *O życiu szczęśliwym*, Pisma Filozoficzne, t. 1, przeł. i oprac. L. Joachimowicz, Pax, Warszawa, s. 188-243.
- Sheldon K.M., Lyubomirsky S. (2006), *Achieving Sustainable Gains in Happiness: Change Your Actions, Not Your Circumstances*, „Journal of Happiness Studies”, Vol. 7(1), s. 55-86.
- Sheldon K.M., Lyubomirsky S. (2007), *Trwały wzrost poziomu szczęścia: perspektywy, praktyki, zalecenia* [w:] A. Linley, S. Joseph (red.), *Psychologia pozytywna w praktyce*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa, s. 87-111.

- Social Progress Index (2015), <http://www.socialprogressimperative.org/data/spi> (dostęp: 8.08.2015).
- Stevenson B., Wolfers J. (2013), *Subjective Well-Being and Income: Is There Any Evidence of Satiation?* „American Economic Review”, No. 103(3), s. 598-604, <http://www.nber.org/papers/w18992> (dostęp: 8.08.2015).
- Szczęście Narodowe Brutto (2008), <http://goldenbrown.blox.pl/2008/11/Szczescie-Narodowe-Brutto.html> (dostęp: 8.08.2015).
- Tatarkiewicz W. (2012), *O szczęściu*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- TNS (2014), <http://www.egospodarka.pl/art/galeria/116970,Polacy-sa-szczesliwi,4,39,1.html> (dostęp: 6.08.2015).
- Veenhoven R. (1984), *Conditions of Happiness*, Kluwer Academic Publishers, Dordrecht.
- Veenhoven R. (2010), *What We Know* [w:] L. Bormans (red.), *The World Book of Happiness*, Lannoo Uitgeverij, Tiel.
- White A. (2007), *A Global Projection of Subjective Well-Being: A Challenge to Positive Psychology*, „Psychtalk”, No. 56, s. 17-20.
- World Happiness Report (2015), <http://issuu.com/yasumiin/docs/whr15>, <http://worldhappiness.report/> (dostęp: 8.08.2015).
- Zwoliński A. (2013), *Szczęście brutto. Człowiek w poszukiwaniu szczęścia*, Wydawnictwo WAM, Kraków.
- [www 1] <http://www.gallup.com> (dostęp: 6.08.2015).
- [www 2] http://kwasnicki.prawo.uni.wroc.pl/?page_id=1515 (dostęp: 9.08.2015).

METHODS OF MEASURING HAPPINESS AND ITS DEPENDENCE ON INCOME

Summary: The article refers to happiness, its determinants and evaluation ways. After discussion of the ambiguity of the concept of happiness, commonly used methods for its measurement were presented. A wide range of indicators shows the diversity of factors, which can be analyzed exploring the level of happiness. In the next part of the article the author focuses on establishing the relationship between happiness and income because recently more and more often the happiness is considered as the goal of social policy and the well-being of the nation is considered to be an adequate indicator of social progress and legislating purpose.

Keywords: economics of happiness, level of well-being, income and happiness.