

DANARO E BENESSERE: 147 MILIONI DI MOTIVI PER ESSERE FELICI?



Vincenzo Perrone
vincenzo.perrone@unibocconi.it

L MESE DI AGOSTO DEL 2009 VERRÀ RICORDATO, NON SOLO IN ITALIA, COME QUELLO NEL QUALE, DOPO LUNGHI GIORNI DI FRENETICA E SEMPRE PIÙ COSTOSA ATTESA, NEL PICCOLO BORGO TOSCANO DI BAGNONE UNO SCONOSCIUTO HA REALIZZATO UNA DELLE PIÙ ALTE VINCITE DI DANARO MAI OTTE- NUTE NEL MONDO CON UNA LOTTERIA. SI TRATTA, APPUNTO, DI 147 MILIONI DI EURO DESTINATI DI SICURO A CAMBIARE IN QUALCHE MODO LA VITA DI QUALCUNO DOTATO COMUNQUE DI SUO DI UNA STRAORDINARIA FORTUNA: PARE AVESSSE INFAT- TI UNA PROBABILITÀ SU SEICENTO MILIONI DI RIUSCIRE NEL- L'IMPRESA CHE FACEVA GOLA A TUTTI QUELLI CHE PRIMA DI OGNI ESTRAZIONE HANNO AFFOLLATO A MILIONI LE RICEVITO- RIE DI TUTTA ITALIA. SUI GIORNALI DEL GIORNO DOPO SI SONO SPRECATI I CONSIGLI SU COME UTILIZZARE QUESTA SOMMA STRAORDINARIA. DALL'ACQUISTO DEL PROPRIO CAMPIONE DI CALCIO PREFERITO A QUELLO DI UN JET PRIVATO CON IL QUALE RAGGIUNGERE VELOCEMENTE UN ATOLLO ESCLUSIVO.

Pochi hanno ricordato che quello che era stato il miraggio agognato da gran parte della popolazione era invece consuetudine ai livelli più alti dell'aristocrazia finanziaria e industriale, dove prima della crisi si sono sprecati i bonus miliardari dell'allegria "economia sufflé". Gente questa che, in diversi casi, non ha dovuto nemmeno investire i due euro della schedina e alla quale le cifre a sei o, meglio, otto zeri vengono garantite contrattualmente, facendo finta di non sapere che per ottenere i risultati attesi il caso avrà, anche in queste circostanze, un ruolo il più delle volte superiore al merito. Le enormi fortune economiche accumulate, legalmente e in pochissimo tempo, da un numero non trascurabile di persone sono forse uno dei segni distintivi della nostra epoca rispetto a tutte quelle passate. Così come, all'estremo opposto dello spettro, lo è la nostra permanente incapacità, nonostante i progressi della tecnica, delle istituzioni e dei mercati, di sconfiggere la crescente, estrema povertà.

È interessante chiedersi, pensando all'anonimo neoricco di Bagnone e ai suoi simili di Wall Street o della City, cosa si prova quando si viene investiti da una simile torrenziale pioggia di danaro. Il senso comune vorrebbe, forse per autoconsolazione e per scoraggiare l'invidia, il danaro incapace di assicurare la felicità. Le cose stanno davvero così? E, più in generale, di cosa abbiamo bisogno per essere felici? Da cosa dipende il nostro benessere? Trattandosi di domande così importanti, non ci si deve stupire che esistano decine e decine di studi che provano a fornire una qualche risposta convincente.

Non è una ricerca facile quella che mira a individuare le fonti della felicità: ci si deve basare, il più delle volte, su quello che le persone dichiarano come il proprio stato d'animo, salvo scoprire che questo può già essere influenzato dal fatto che fuori splenda un bel sole o che si stia rispondendo alle domande del ricercatore in una stanza bene arredata e confortevole. È poi difficile stabilire la direzione della relazione di causalità: se scopriamo, per esempio, che le persone con molti amici sono mediamente più felici delle altre, possiamo anche ipotizzare che proprio il loro stato d'animo positivo le renda più attraenti per gli altri invece del contrario. In ogni caso, poi, gran parte delle variabili individuate hanno sì un effetto, ma piuttosto contenuto: le più significative non riescono a spiegare più di un 20% della varianza nei livelli di felicità. Il che vuol dire semplicemente che è ancora più quello che non sappiamo di quello che conosciamo per certo circa questo stato al quale l'umanità aspira fin dalle proprie origini e che ha trovato considerazione persino nella Costituzione degli Stati Uniti d'America.

Ma torniamo alle lotterie. Un primo studio¹ sembra confermare quello che la gente ama pensare: i vincitori di lotteria non sono più felici degli altri. Anzi: dopo un primo passeggero momento di gioia il loro stato d'animo muta in peggio per l'effetto dirompente che la vincita ha sulla loro vita. Molti lasciano il lavoro, cambiano amici, adottano usi e costumi ai quali non sono abituati, fino a perdere la propria identità e, con essa, tutto ciò che riusciva a renderli

Il miraggio agognato da gran parte della popolazione è consuetudine ai livelli più alti dell'aristocrazia finanziaria

1. Smith S., Razzell P., *The Pools Winner*, Caliban Books, London, 1975.

2. Il professor Oswald è stato in Bocconi nel maggio del 2009 per una delle "Dondena Lectures" (conferenze organizzate dal Centro di Ricerca sulle Dinamiche Sociali "Carlo F. Dondena" della Bocconi) appunto sul tema della felicità.

Molte delle cose interessanti che discutiamo qui si devono alle ricerche che conduce da molti anni in questo campo (www.andrewoswald.com: dal sito è possibile scaricare anche le slides della conferenza in Bocconi).

Lo studio sulle lotterie al quale facciamo riferimento qui è: Oswald A., Gardner J., "Money and Mental Wellbeing: A Longitudinal Study of Medium-Sized Lottery Wins", *Journal of Health Economics*, 2007, 26, pp. 49-60.

3. Kahneman D., "Objective Happiness", in Kahneman D., Diener E., Schwarz N. (a cura di), *Well-Being: The Foundations of Hedonic Psychology*, Russell Sage Foundation, New York, 1999, pp. 3-25.

felici. A correggere questa visione, che dovrebbe portarci a compiangere più che invidiare il fortunato (o la fortunata) di Bagnone, è arrivato più recentemente uno studio longitudinale molto rigoroso condotto da un'autorità in materia: il professor Andrew Oswald, che insegna economia all'Università di Warwick.² Sfruttando un'indagine campionaria condotta ogni anno su un campione significativo di cinquemila famiglie britanniche per un totale di più di diecimila adulti, egli è riuscito a isolare, tra il 1996 e il 2003, i casi di 137 vincitori di lotteria per un ammontare superiore alle 1000 sterline (pari a circa 1146 euro; la vincita media di questo sottocampione è invece di quasi 5000 euro) e a confrontare i loro livelli di benessere dichiarato con quelli di un gruppo di controllo composto da individui che non hanno vinto nulla o che hanno vinto somme più limitate. Quello che i ricercatori hanno messo in luce, potendo osservare come mutano i livelli di benessere dei due gruppi nel tempo, è che nel momento della vincita effettivamente non c'è alcun miglioramento significativo nel livello di felicità (ovvero nessuna diminuzione significativa del livello di stress) tra coloro che ne hanno beneficiato. Si nota piuttosto un peggioramento, sia pur lieve, rispetto al livello di felicità dello stesso individuo immediatamente prima dell'evento fortunato. Se ci fermassimo qui potremmo quindi continuare a pensare che il danaro, tutto sommato, non dà la felicità. In questo studio, però, diventa possibile confrontare i livelli di felicità (ponendo a o il momento in cui la vincita avviene) di un anno prima (t-1) con quelli di un anno dopo (t+1), e meglio ancora su un arco temporale di quattro anni (confronto tra i valori della felicità del vincitore a t-2 con quelli a t+2). E qui le cose cambiano in modo interessante: il miglioramento nel livello di benessere diviene molto marcato e significativamente migliore rispetto al gruppo di controllo. Sembrerebbe dunque possibile imparare a gestire il cambiamento provocato dalla vincita nella propria vita. Certamente stiamo parlando di cifre molto inferiori ai 147 milioni di euro da cui abbiamo preso spunto: ma è lecito ipotizzare, anche in questo caso, un percorso simile,

magari su un arco di tempo più lungo. Dalle ricerche sul rapporto tra reddito individuale e felicità sappiamo che esiste tra queste due variabili una relazione positiva, ma non molto intensa, e peraltro più forte ai livelli più bassi di reddito. Vi sarebbe un effetto assuefazione: il livello di benessere percepito per il fatto di potere finalmente mangiare bene e a sazietà non è comparabile con quello che si prova potendosi permettere l'acquisto di una terza autovettura o l'ennesima vacanza ai Caraibi. Ma di cosa parliamo

esattamente quando parliamo di felicità? Il premio Nobel per l'economia Daniel Kahneman suggerisce di distinguere tra quella che definisce *utilità istantanea*, ovvero la sensazione positiva o negativa che si prova in un determinato momento e che ci induce a desiderare di continuare o di smettere quello che stiamo facendo in quell'istante, e *utilità ricordata*, vale a dire la valutazione retrospettiva che compiamo di un determinato momento passato.³

Tra reddito individuale e felicità sappiamo che esiste una relazione positiva, ma non molto intensa, e più forte ai livelli più bassi di reddito

La prima avrebbe il vantaggio di una maggiore oggettività rispetto alla seconda, che sarebbe molto più prona a distorsioni soggettive dipendenti da filtri nella percezione, elaborazione selettiva dei ricordi, focalizzazione illusoria su certi aspetti della situazione che vengono erroneamente ritenuti più responsabili della condizione di benessere rispetto ad altri oggettivamente più importanti, desiderio di proteggere la propria autostima e così via. Secondo questo ricercatore, che sta dedicando molta parte del suo lavoro più recente proprio al tema della felicità, sarebbe meglio cercare di misurare sempre l'*utilità istantanea* così da arrivare a una misura della felicità oggettiva, come integrale nel tempo delle utilità istantanee rilevate.

Insieme ai suoi colleghi, Kahneman ha sviluppato metodi di ricerca innovativi che consentono di ricostruire per ciascun soggetto analizzato il diario della giornata precedente a quella dell'intervista, di suddividerla in momenti significativi (come, per esempio, "viaggiare per raggiungere il posto di lavoro" o "prendersi cura dei figli"), misurarne la durata e associare a ciascun momento lo stato d'animo positivo o negativo provato.⁴ Con questa strategia di ricerca si sono fatte scoperte importanti. Si è visto, per esempio, che "prendersi cura dei figli", quando viene associata a momenti particolari e concreti è tutt'altro che un'attività piacevole come viene in modo idealistico rappresentata quando un genitore ne parla in generale. Esaminando, poi, ciò che può spiegare le variazioni negli stati affettivi nei vari momenti di una giornata, Kahneman e i suoi colleghi rilevano che il fattore meglio correlato con lo sviluppo di stati d'animo positivi è piuttosto inatteso: si tratta, infatti, del numero di ore di sonno. Può darsi, quindi, che chi dorme non pigli pesci, ma sicuramente tende a essere più felice nel corso di tutta la giornata successiva. Anche fattori contingenti come l'essere in relazione con qualcuno in quel momento migliorano lo stato di benessere. Per quanto riguarda il lavoro, la ricerca ci dice che il nemico numero uno della felicità è il sentirsi costretti a operare sotto una forte pressione sui tempi. Una brutta notizia, visto che non avere mai tempo e sentirsi indietro rispetto a mille scadenze è ormai la più comune condizione di lavoro.

Se la felicità oggettiva è quello che realmente stiamo provando in un dato istante, la felicità soggettiva è quella che influenzerà i nostri comportamenti in futuro: in altri termini, sarà quello che ricordiamo di una certa esperienza e il livello di benessere che soggettivamente le associamo nel ricordo a spingerci in futuro a cercare di ripeterla quanto piuttosto di evitarla. Tutte e due le forme di utilità di cui stiamo parlando hanno dunque rilievo nello spiegare i comportamenti degli individui. Resta da approfondire in quali condizioni, o per effetto di quali fattori, oltre a quelli già elencati, gli individui dichiarino più frequentemente di sentirsi felici e tendano poi a ricordare la stessa esperienza complessiva come positiva. L'identificazione di una condizione che ci porta in genere a sentirci pienamente felici si deve a uno studioso dal nome pres-

4. Kahneman D., Krueger A.B., Schkade D., Schwarz N., Stone A., "Toward National Well-Being Accounts", *American Economic Review*, 94, 2004, pp. 429-434; Kahneman D., Krueger A.B., Schkade D., Schwarz N., Stone A. (2004), "A Survey Method for Characterizing Daily Life Experience: The Day Reconstruction Method", *Science*, 306, 2004, pp. 1776-1780.

**Per sentirci felici abbiamo
bisogno di mettere alla prova
le nostre capacità in una sfida
difficile e dotata di senso
per noi**

5. Csikszentmihalyi M., *Finding Flow. The Psychology of Engagement with Everyday Life*, Basic Books, New York, 1997, p. 30.
6. Ben-Shahar Tal, *Più felice. Come imparare a essere felici nella vita di ogni giorno*, Baldini Castoldi Dalai editore SpA, Milano, 2007.
7. Argyle M., "Causes and Correlates of Happiness", in Kahneman D., Diener E., Schwarz N. (a cura di), *Well-Being: The Foundations of Hedonic Psychology*, cit., 1999, pp. 353-373.

soché impronunciabile per noi: Mihaly Csikszentmihalyi, che la indica nello stato di *flow* che si manifesta quando "le abilità di una persona sono completamente impegnate nel superare una sfida che è al limite della possibilità di essere gestita dal soggetto".⁵ Per sentirci felici abbiamo bisogno di mettere alla prova le nostre capacità in una sfida difficile e dotata di senso per noi: scalare una montagna, suonare un pezzo di Mozart, risolvere un problema di matematica, affrontare una crisi aziendale sono tutti esempi di esperienze di questo tipo nelle quali ci sentiamo completamente focalizzati, dimentichi di tutto quello che ci sta intorno e dello scorrere stesso del tempo, non distratti da pensieri e preoccupazioni. Perché questo si realizzi, occorre che la difficoltà della sfida e il livello delle nostre capacità si mantengano in un delicato equilibrio tra loro. Se la sfida supera di troppo il limite delle nostre abilità tenderemo a sentirci in ansia piuttosto che in uno stato di *flow*. Se invece una sfida cessa di essere tale perché sappiamo come affrontarla e non dobbiamo impegnarci più di tanto, allora rischiamo di annoiarci. La ricerca condotta a partire da queste idee ci dice che i momenti di *flow* sono, per la maggior parte delle persone nel mondo occidentale sviluppato, più frequenti durante le ore di lavoro, non fosse altro perché a queste dedichiamo la maggior parte del nostro tempo, piuttosto che nel tempo libero. Anche perché una delle attività più frequenti nel tempo libero della persona media, ovvero guardare la televisione, non offre viceversa molte possibilità di sperimentare lo stato di benessere di cui stiamo parlando.

Per essere felici abbiamo quindi bisogno di mettere alla prova al massimo le nostre capacità in attività difficili per noi, che ci procurano piacere e che sono dotate di senso per noi.⁶ Più frequenti e durature sono esperienze di questo tipo, maggiore – direbbe Kahneman – è l'integrale nel tempo della nostra felicità. Se passiamo al livello più ampio e complessivo di benessere soggettivo percepito da una persona, sappiamo che esso tende ad aumentare con l'età (forse anche per effetto del venire meno di molte delle attese che avevamo

nella nostra giovinezza), che classe sociale e livello di educazione hanno un effetto positivo ma piuttosto limitato, che si dichiarano decisamente più felici le persone sposate e quelle – ma non occorre certo studi sofisticati per prevederlo – che hanno un lavoro rispetto a coloro che lo hanno perso.⁷ Una cosa interessante, come abbiamo visto dallo studio sui vincitori di lotteria, è vedere in che modo cambia il livello di felicità al verificarsi di importanti eventi nella nostra vita. Quello che gli studi più recenti,

che hanno seguito campioni ampi di persone per lungo tempo, ci consentono di osservare è che gli individui hanno notevoli capacità di adattamento. La perdita di un congiunto stretto, per esempio, provoca un brusco e notevole abbassamento nel livello di benessere percepito: eppure, nel giro di tre anni si ritorna ad essere gli stessi di un anno prima dell'evento luttuoso. La capacità di adattamento ha anche effetti meno positivi: se in corrispondenza del

Ci adattiamo, ci abituiamo, cambiamo le nostre aspettative e abbiamo bisogno di nuovi stimoli e di nuove sfide per continuare a essere felici

matrimonio gli studiosi hanno rilevato un picco di felicità, questo si annulla nel giro di un anno. La nascita di un figlio, poi, sembra non avere alcun effetto significativo sulla nostra felicità nel tempo.

Ci adattiamo, ci abituiamo, impariamo, cambiamo le nostre aspettative e abbiamo bisogno di nuovi stimoli e di nuove sfide per continuare a essere felici. Questo è soprattutto vero, come abbiamo visto, a proposito della ricchezza, che oltre un certo livello non pare dare grossi benefici in termini di felicità. Anche se pare accertato, comunque, che nei paesi più ricchi le persone siano mediamente più felici e soddisfatte rispetto a quelle che vivono in paesi poveri. Oltre a confermare questo fatto, uno studio recente ha però trovato anche una relazione negativa tra tasso di crescita economica del paese e grado di soddisfazione per la propria vita.⁸ La cosa è particolarmente evidente nei paesi dell'Est Europa, che hanno avuto tassi di crescita del loro PIL molto significativi, e dove però le persone si dichiarano molto infelici, più di quanto ci si potrebbe aspettare sulla base del livello di reddito nazionale e pro capite raggiunto. Un simile risultato potrebbe spiegarsi per il fatto che la ricchezza prodotta a livello nazionale non si distribuisce in modo equo, o perché le crescite rapide tendono a provocare squilibri sociali che impattano negativamente sulla vita della gente, oppure perché anche se un paese cresce, la distanza relativa rispetto ad altre nazioni più ricche non si modifica e le persone non si sentono necessariamente più felici se possono continuare a confrontarsi con altri che vivono meglio di loro. Sia come sia, verrebbe da concludere in conclusione lo scetticismo manifestato da Robert Kennedy, il quale pare abbia affermato che "Il PIL misura qualunque cosa tranne ciò per cui vale la pena vivere". Ciò per cui vale la pena vivere, che ci rende felici, completamente assorbiti in un'esperienza soddisfacente e piena, in relazione con altri e in pace con noi stessi, ci tocca continuare a cercarlo. Non necessariamente nella schedina di un Superenalotto. ■

8. Deaton A., "Income, Health and Well-Being around the World: Evidence from the Gallup World Poll", *Journal of Economic Perspectives*, 22 (2), 2008, pp. 53-72.