

MÁS FELICIDAD PARA UN MAYOR NÚMERO DE PERSONAS

¿Es posible esto en México?

Ruut Veenhoven, Erasmus University Rotterdam¹² y North-West University de Sudáfrica
Traducción editada por Héctor Vargas

En: Ranking de Felicidad en México, Manzanilla-Prieto F. (Ed.), Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla, A.C., 2013, ISBN 78-607-8093-31-1, capítulo 2, pág. 33-53.

¿Cuál es el objetivo final de las políticas públicas? Jeremy Bentham (1789) diría: *mayor felicidad para más personas*. Él entendió la felicidad como el goce subjetivo de la vida, es decir "la suma de placeres y dolores". Sin embargo, en su época la felicidad de la población general no podía ser medida, por lo que era difícil evaluar cómo se podía promover. Tampoco si los intentos por hacerlo eran exitosos o no. De ahí que la felicidad se mantuvo como un tema de especulación filosófica.

En la actualidad podemos hacerlo mejor. Los científicos sociales han encontrado que la felicidad puede ser medida utilizando preguntas sobre la satisfacción con la vida. Han aplicado tales preguntas a la población en general usando encuestas a gran escala. Sus resultados están reunidos en la Base de Datos Mundial de la Felicidad (Veenhoven, 2012a). Utilizando esos resultados, en este capítulo busco responder a la pregunta de si es posible mayor felicidad en México. Para este fin, revisaré primero en detalle qué es la felicidad y cómo puede ser cuantificada.

1 ¿QUE ES LA "FELICIDAD"?

Un paso preliminar es explicar lo que quiero decir con la palabra "felicidad". La palabra "felicidad" tiene diferentes significados. En su sentido más amplio, "felicidad" es un término aglutinador para todo lo que es bueno. En este sentido, a menudo se utiliza intercambiamente con términos como "bienestar" o "calidad de vida". A continuación, delinearé cuatro diferentes calidades de vida y demostraré que mi concepto de felicidad se apega a sólo una de éstas.

1.1 Cuatro calidades de vida

Los conceptos asociados con la calidad de vida pueden ser clasificados utilizando dos distinciones, que juntas, proporcionan una matriz cuádruple. La primera distinción se encuentra entre oportunidades y resultados. Es decir, la diferencia entre oportunidades para una buena vida y la buena vida en sí. Una segunda diferencia está entre las calidades de vida exteriores e interiores; en otras palabras, entre características externas e internas. En el primer caso la calidad está en el ambiente, en el último está en el individuo. La combinación de estas dos dicotomías produce una matriz cuádruple, la cual se presenta en el **esquema 1**.

Habitabilidad

El cuadrante superior izquierdo del **esquema 1** denota el significado de buenas condiciones materiales para la vida, es decir, la "habitabilidad". Los economistas asocian la habitabilidad con acceso a bienes y servicios. Los ecólogos lo ven en el medio ambiente natural, y describen la habitabilidad en términos de contaminación, calentamiento climático, y la degradación de la naturaleza. Los urbanistas ven la habitabilidad en el ambiente construido, y la asocian con factores como sistemas de alcantarillado, los embotellamientos, y surgimiento

de barrios marginales. En la visión sociológica, la sociedad es lo central. La habitabilidad se asocia con la calidad de la sociedad como un todo y también con la posición que uno tiene en la misma.

La habitabilidad no es lo que aquí llamamos felicidad. Es más bien una condición previa para la felicidad. Aunque no todas las condiciones ambientales son igualmente conducentes a la felicidad.

Habilidad para la vida de una persona

El cuadrante superior derecho del **esquema 1** denota las oportunidades internas de vida. Es decir, qué tan bien estamos equipados para enfrentar los problemas de la vida. Sen (1992) llama "capacidad" a esta variante de la calidad de vida. Yo prefiero el sencillo término "habilidad para vivir", que contrasta elegantemente con "habitabilidad".

La descripción más común de esta calidad de vida es la ausencia de defectos funcionales. Esto es, la "salud" en el sentido limitado, o considerada como "salud negativa". Junto a la ausencia de enfermedad, uno puede considerar la excelencia de funcionamiento, lo cual se considera como "salud positiva", y se asocia con energía y resiliencia. Un paso adicional es evaluar esta capacidad en una perspectiva de desarrollo e incluir adquisición de nuevas habilidades para la vida. Esto es comúnmente denotado con el término "auto-realización". Dado que las capacidades no se desarrollan en la ociosidad, esta calidad de vida es cercana a la "actividad" en el concepto de eudemonia de Aristóteles

La habilidad para enfrentar los problemas de la vida contribuirá a la felicidad, pero no es idéntica a la felicidad. Si uno es competente para vivir, uno tiene una buena oportunidad de ser feliz, pero estar dotado con esta capacidad no garantiza tener como resultado una vida placentera.

Utilidad de vida

El cuadrante inferior izquierdo del **esquema 1** representa la noción de que una buena vida debe ser buena para algo más que sí misma. Esto presupone que la vida tiene algunos valores más altos. No hay en la actualidad un término genérico para referirse a estos resultados externos. Gerson (1976: 795) se refiere a estos efectos como concepciones "trascendentales" de calidad de vida. Otra denominación es "significado de vida" que denota un significado "verdadero" en lugar de un mero sentido subjetivo.

Al evaluar los efectos externos de una vida, uno puede considerar varios aspectos. Un aspecto es lo que la vida de una persona hace a la calidad de vida de otras personas. Por ejemplo, cuán bien una madre cría a sus hijos o cuántas vidas puede salvar un médico. Otro aspecto es la contribución hecha por una vida a la civilización humana, como en el caso de invenciones o una conducta moral ejemplar. También, otro aspecto es lo que una vida hace al sistema ecológico.

La vida de un individuo puede tener muchos efectos ambientales que pueden variar en el corto y largo plazo (externalidades), los cuales no pueden ser llevados a un sistema contable único. Es más, un problema adicional es que estos efectos pueden ser juzgados desde diferentes perspectivas contrapuestas. De ahí que es bastante difícil entender esta calidad de la vida.

Llevar una vida objetivamente útil puede contribuir a nuestra apreciación subjetiva de la vida, pero también puede tener importantes costos. Por lo tanto, una vida útil no es lo mismo que una vida feliz.

Significado clave: El goce subjetivo de la vida

Por último, el cuadrante inferior derecho del **esquema 1** representa los resultados internos de la vida. Esto es, la calidad de una vida desde los ojos de quien la contempla. Como tratamos con humanos conscientes, esta calidad se relaciona con el goce subjetivo de la vida. A esto nos referimos comúnmente con términos como "bienestar subjetivo", "satisfacción de vida", y "felicidad" en un sentido limitado de la palabra. Esta es la clase de felicidad a la que se refería Jeremy Bentham (1789), y es también la clase de felicidad que abordamos aquí.

1.2 Cuatro clases de satisfacción

Cuando nos centramos en satisfacción subjetiva con la vida, todavía hay diferentes significados asociados con la palabra felicidad. Estos significados también pueden ser trazados en una matriz cuádruple. En este caso, aquella clasificación está basada en las siguientes dicotomías: parte de la vida versus la vida como un todo, y deleite pasajero versus satisfacción duradera. Estas distinciones producen la matriz cuádruple presentada en el **esquema 2**.

Placer

El cuadrante superior-izquierdo del **esquema 2** representa los placeres pasajeros de la vida. Algunos ejemplos serían una deliciosa taza de té en el desayuno, la satisfacción de una tarea terminada, o el placer de una obra de arte. Me refiero a esta categoría como "placeres". Kahneman (1999) le llama "utilidades instantáneas".

El concepto de felicidad que se utiliza aquí es más amplio y concierne a la "satisfacción general" de la vida como un todo. Aunque el placer fugaz contribuye obviamente a una apreciación positiva de la vida, no lo es todo.

La satisfacción con los dominios de la vida

El cuadrante superior derecho del **esquema 2** denota una apreciación duradera de aspectos tales como la satisfacción con el matrimonio y la satisfacción laboral. A esto se le refiere "satisfacción con los dominios". Aunque la satisfacción con los dominios depende de un flujo continuo de placeres, tienen cierta continuidad propia. Por ejemplo, uno puede seguir satisfecho con su matrimonio incluso si uno no ha disfrutado de la compañía del cónyuge durante un tiempo.

La satisfacción con los dominios a menudo son descritas con el término felicidad: un matrimonio feliz, feliz con su empleo, etc. Sin embargo, utilizo el término felicidad en el sentido más amplio para indicar satisfacción con la vida en general. Uno no describiría como feliz a una persona que está satisfecha con su matrimonio y su empleo pero a la vez insatisfecha por su mala salud. Es posible que alguien esté satisfecho con todos los dominios en los que se pueda pensar, pero aun así se sienta deprimido.

La experiencia máxima

El cuadrante inferior derecho del **esquema 2** denota la combinación de la experiencia pasajera y la valoración de la vida en general. Esta combinación típicamente ocurre en experiencias máximas o cumbres, las que involucran sentimientos efímeros pero bastante intensos y la percepción de totalidad. Esta es la clase de felicidad de la que escriben los poetas.

Nuevamente, esta no es la clase de felicidad a la que nos referimos aquí. Un momento de dicha no es lo mismo que una apreciación duradera por la vida. De hecho, tales experiencias superiores hasta parecen ser perjudiciales para la satisfacción duradera con la vida, posiblemente a causa de sus efectos desorientadores (Diener et al, 1991).

Significado clave: La satisfacción perdurable con la vida en general.

Finalmente, el cuadrante inferior derecho del **esquema 2** representa la combinación de satisfacción perdurable con la vida en general. Esto es lo que quiero decir cuando utilizo la palabra felicidad. Un sinónimo es "satisfacción con la vida". Este es el significado en juego en el "principio de mayor felicidad" de Jeremy Bentham. Al hablar acerca de la "suma" de placeres y dolores, él denotó un equilibrio a través del tiempo siendo así un asunto duradero.

1.3 Definición de felicidad

De este modo, defino felicidad como el grado en el cual un individuo juzga favorablemente la calidad de su propia vida en general. Es decir, cuánto le gusta a una persona la vida que lleva. He profundizado sobre este concepto en otros trabajos (Veenhoven, 1984).

2 ¿PUEDE SER MEDIDA LA FELICIDAD?

Ya que la felicidad se entiende como algo que tenemos en cuenta, puede ser medida utilizando preguntas. Una pregunta comúnmente utilizada es:

Tomando en cuenta todo, ¿qué tan satisfecho se siente usted estos días con su vida en general?

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Insatisfecho											Satisfecho

Actualmente, este tipo de preguntas se utiliza en encuestas como la Encuesta Mundial de Valores (Inglehart y Welzel, 2005) y el Sondeo Mundial Gallup, aunque son muy criticadas.

Validez

Aunque estas preguntas son bastante claras, las respuestas pueden ser defectuosas por varias razones. Las respuestas pueden reflejar lo felices que las personas creen que deben ser en vez de lo felices que se sienten realmente. También es posible que las personas se manifiesten más felices de lo que son en realidad. Estas sospechas han dado lugar a numerosos estudios de validación. En un trabajo previo he revisado este asunto y he concluido que no hay evidencia de que las respuestas a estas preguntas midan algo más que lo que están diseñadas para medir (Veenhoven 1984). Aunque esto no garantiza que las investigaciones nunca revelarán una deficiencia, por lo pronto podemos confiar en estas mediciones de la felicidad.

Certeza

Las investigaciones también han mostrado que las respuestas son afectadas por variaciones menores en la redacción y en el orden de las preguntas. También por factores situacionales, como la raza del entrevistador o el estado del tiempo. De este modo, la misma persona puede tener como resultado un 6 en una investigación y 7 en otra. Esta falta de precisión entorpece los análisis a nivel individual. Sin embargo, es menos problemático cuando se compara la felicidad promedio de grupos, ya que las fluctuaciones aleatorias tienden a compensarse. Y, típicamente, ésta es la felicidad que se utiliza para la evaluación de políticas públicas (el promedio grupal).

Comparabilidad

Se hace la objeción de que las respuestas a tales preguntas no son comparables, porque una calificación de 6 no significa lo mismo para todos.

Un argumento filosófico común para esta posición es que la felicidad depende de la realización de necesidades, y que estas necesidades varían a través de las personas y culturas (Smart y William, 1973). Sin embargo, no es del todo seguro que la felicidad dependa de la realización de necesidades idiosincráticas. Los datos disponibles están más alineados con la teoría que la satisfacción depende de necesidades universales (Veenhoven, 2009a).

Un reparo relacionado afirma que la felicidad es un típico concepto occidental que no es reconocido por otras culturas. Sin embargo, la felicidad parece ser una emoción universal que es reconocida en la expresión facial en todo el mundo y para la cual existen palabras en todos los idiomas. En la misma línea, la tasa de “no sabe/no responde” a preguntas acerca de la felicidad parece ser baja en todo el mundo (Veenhoven, 2010).

Otra objeción es que la felicidad es una experiencia subjetiva que no puede ser comunicada en una escala. Este reparo está arraigado también en una visión constructivista del hombre. Sin embargo, desde un punto de vista evolutivo es improbable que nos diferenciamos tanto. Como en el caso del dolor, habrá un espectro humano común de experiencia. Considerando una perspectiva funcional de las emociones, la "señal" reflejada por el estado afectivo parece no ser un asunto idiosincrático. Los datos también cuentan otra historia. Si la felicidad no puede ser comunicada en una escala equivalente, habrá poca correlación entre la felicidad subjetiva y las condiciones de vida objetivas. Sin embargo, las investigaciones muestran importantes correlaciones, algunas de las cuales se presentan en el **esquema 6**, de este documento

Por último, existe reserva metodológica acerca de un posible sesgo cultural en la medición de la felicidad, debido a problemas con la traducción de la palabra clave y la variación cultural en las tendencias de respuesta. En una investigación anterior busqué evidencia empírica que avalara estas distorsiones, pero no las encontré (Veenhoven, 2012d).

3 ¿QUE TAN FELICES SON LOS MEXICANOS?

La mayoría de los mexicanos son felices. Esto se refleja en sus respuestas a la pregunta del Sondeo Mundial Gallup 2007: Tomando todo en cuenta, ¿qué tan satisfecho se siente usted en la actualidad con su vida en general? Indique por favor con un número de 0 a 10, donde 0 significa “insatisfecho” y 10 "satisfecho". La calificación promedio fue de 7,7.

Desafortunadamente la distribución completa de respuestas a esta pregunta no está disponible. El **esquema 3** presenta la distribución de respuestas a una pregunta ligeramente diferente que apareció en un sondeo en 2010.

3.1 Rangos de felicidad en otras naciones

¿Cómo se compara el grado de felicidad de los mexicanos con respecto a otras naciones? Algunas conclusiones ilustrativas se presentan en el **esquema 4**. Aunque México está en la mitad de esta lista, está en el rango superior del mundo. Se puede observar que la felicidad media varía entre 8.4 (Dinamarca) y 3.1 (Zimbabue). Con 7.9 puntos, México tiene un rango alto en ese intervalo de 11 niveles.

3.2 Tendencias sobre el tiempo

¿Siempre han sido tan felices los mexicanos? La primera encuesta en México que incluyó una pregunta acerca de la felicidad se llevó a cabo en 1948 (Buchanan y Cantril, 1953). La puntuación promedio en la pregunta de tres pasos que se utilizó en ese estudio fue de 1.6,

equivalente a una puntuación de 3.9 en la escala de 0-10ⁱⁱ. Esto es 4 puntos por debajo del promedio de 7,9 observado 50 años después.

El **esquema 5** presenta la gráfica de tiempo de la felicidad media en México junto con la gráfica de tiempo de otras tres naciones. Vemos fluctuaciones considerables, tales como el descenso dramático de la felicidad media en Rusia posterior a la crisis del rublo en 1995 y el notable incremento durante los últimos 10 años. En el caso de México también vemos fluctuaciones considerables, pero éstas pueden ser en parte debido a variaciones en la medición, ya que los datos han sido extraídos de diferentes encuestas. La calidad de los datos es óptima en Dinamarca y ese es uno de los motivos por los que no vemos tantas fluctuaciones en este caso.

4 ¿ES POSIBLE MAYOR FELICIDAD?

¿Pueden las políticas públicas crear mayor felicidad? Varios científicos piensan que no. Algunos psicólogos sostienen que la felicidad es en gran parte innata o por lo menos está integrada en una personalidad estable. De ahí que una mejor sociedad no generará ciudadanos más felices. Algunos sociólogos concluyen lo mismo, porque piensan que la felicidad depende de comparaciones sociales, y que a uno no le va mejor que a los vecinos si las condiciones para todos mejoran. Asimismo, el caso de EE.UU a menudo se menciona como ejemplo ya que en ese país la riqueza material se habría duplicado desde los años cincuenta mientras que la felicidad media permaneció en el mismo nivel.

Sin embargo estos científicos están equivocados. En primer lugar hay una clara relación entre la felicidad promedio y la calidad social. Piense en el caso ya mencionado de Zimbabwe con un promedio de 3,1. Aparentemente las personas no pueden vivir felices en un estado fallido, incluso si sus vecinos sufren lo mismo. En segundo lugar, el **esquema 5** ilustra que la felicidad media en las naciones cambia a través del tiempo y ha tendido a mejorar en varios países. El análisis de todas las series cronológicas disponibles reflejó que la felicidad promedio se ha incrementado en muchas más naciones (Veenhoven y Vergunst, 2012). Dinamarca nuevamente es un caso digno de mención en este contexto. Los daneses ya eran las personas más felices en los años setenta, pero han llegado a ser aún más felices desde entonces. Entonces, mayor felicidad es posible aún en la cima.

5 ¿COMO SE PUEDE INCREMENTAR LA FELICIDAD?

Aparentemente, mayor felicidad para un número más grande de mexicanos si es posible. ¿Cómo puede ser alcanzada? Veo posibilidades en tres niveles: 1) en el nivel micro de ciudadanos individuales, 2) en el meso-nivel de organizaciones y 3) en el macro-nivel de la sociedad. Me he referido en detalle a estas opciones anteriormente (Veenhoven, 2011).

5.1 Fortalecimiento de habilidades para la vida

Muchas personas piensan que serían más felices si tuvieran más dinero o una posición social más alta. Sin embargo, investigaciones muestran que estas cosas no importan tanto, por lo menos no en sociedades prósperas e igualitarias. Las diferencias en ingresos y estatus social explican sólo 5% de las diferencias en el **esquema 6**. Las imágenes actuales sobre las condiciones para la felicidad son engañosas o poco ciertas.

¿Qué es entonces lo que sí importa para la felicidad? Aproximadamente 10% de las diferencias pueden ser atribuidas a relaciones sociales, en particular a un buen matrimonio. Otro 10% es debido a la buena o mala suerte, probablemente aún más en países donde la vida

es menos previsible. La mayor parte de la diferencia parece ser debido a características personales; por lo menos 30% de la variación puede ser atribuida a una variación en habilidad para la vida (Heady y Wearing, 1990) y más de la mitad de eso es genético (Bartels y Boosma, 2009).

La importancia relativa de la fortaleza interna no nos debe sorprender si tomamos en cuenta que las condiciones de vida típicamente son muy buenas en las naciones modernas. A mejores condiciones externas, menor es la variación de las condiciones para la felicidad. En el Paraíso, toda la diferencia en la felicidad será producto de la capacidad interior. Los neuróticos se pelearán allí con los Ángeles. En el Infierno, las diferencias en la felicidad (si las hay) serán determinadas en gran parte por la cercanía al fuego, porque nadie puede tolerar ese ambiente.

Entonces, la manera más clara para promover la felicidad es fortaleciendo las habilidades de vida. Parte de estas habilidades son determinadas genéticamente o son apenas alterables por otros motivos. Aun así, también hay capacidades que pueden ser mejoradas a través de terapia y entrenamiento. La psicoterapia ya está bien establecida en naciones modernas, pero todavía subutilizada. Hay también un campo naciente de entrenamiento en el arte de vivir en la línea de la nueva "psicología positiva". Parecería valioso estimular la profesionalización en este campo. El gobierno podría contribuir con financiamiento de estudios que evalúen el impacto de tales intervenciones, para que el hollejo pueda ser separado del maíz. Una vez que haya evidencia acerca de qué intervenciones pueden elevar la felicidad, se desarrollará un mercado auto sustentable.

Otra manera de mejorar la felicidad a nivel individual es informando a las personas acerca de las consecuencias de las decisiones importantes en la vida. Debemos darnos cuenta de que vivimos en una "sociedad de opciones múltiples" en el que aproximadamente 40% de las diferencias en la felicidad parecen ser debido a "actividad intencional" (Sheldon y Lyubomirsky (2004: 131). Las decisiones mejor informadas darán lugar a mayor felicidad. En ese contexto, los gobiernos podrían ampliar su "Educación en salud" a "Educación en felicidad". Como en el caso de la educación en salud, debe haber un pilar sólido basado en las evidencias, y en estos momentos carecemos de buenos datos acerca de las consecuencias de las decisiones en la vida.

Lo que necesitamos son estudios de seguimiento acerca de los cambios en la felicidad posteriores a decisiones como "tener un bebé", "mudarte a otro país" u optar por la "jubilación anticipada". Tales estudios podrían mostrar lo que ha sucedido con personas que ya hicieron lo que nosotros estamos pensando hacer ahora. Cuando tomamos decisiones importantes como consumidores, a menudo orientamos nuestras decisiones en base a pruebas hechas por grupos de consumidores. Al tomar decisiones en la vida podemos tener una base de información semejante. Un ejemplo de este enfoque es un estudio por Frey y Stutzer (2004) acerca de los efectos de aceptar un trabajo con más alta remuneración pero a mayor distancia de casa. Los investigadores demostraron que muchas personas se equivocan al pronosticar el efecto que esta decisión tendrá en su propia felicidad.

5.2 Mejorando la habitabilidad de las instituciones

Otra fuente de felicidad son los ambientes institucionales en los que pasamos la mayor parte de nuestro tiempo, como en el trabajo y la escuela. Las mejoras sistemáticas en esos ámbitos probablemente aumentarán la felicidad promedio en la nación.

Esto requiere que sepamos cuáles ambientes producen más felicidad. Por ejemplo, en qué tipo de escuelas disfrutaban más los alumnos sus años escolares. Curiosamente, esto hasta el momento apenas ha sido investigado. Ni siquiera en casas para personas de la tercera edad, cuyo producto principal son años felices de vida. Hay mucha discusión acerca de la calidad

de vida en las instituciones, pero muy poca investigación seria. Esto es probablemente porque hay pocos incentivos para preocuparse por la felicidad de alumnos y residentes.

Los gobiernos pueden crear un incentivo por investigar los resultados de la felicidad de las instituciones. Una vez que las diferencias sean visibles, el mercado hará su trabajo. Por ejemplo, los padres preferirán una escuela donde la mayoría de los niños son felices por encima de una escuela donde la mayoría no lo es, incluso si la segunda escuela produce más altas calificaciones.

5.3 Mejorando la habitabilidad de la sociedad

La felicidad depende también de la calidad de la sociedad en general. Como hemos visto en el **esquema 4**, hay amplias diferencias en la felicidad de las naciones, y estas diferencias están claramente ligadas a calidades sociales, algunas de las cuales se presentan en el **esquema 6**.

¿Nos hará más felices un mayor crecimiento económico? El **esquema 6** sugiere que sí, porque la felicidad está fuertemente correlacionada con la riqueza de la nación. Aunque más opulencia material parece ser susceptible a la ley de rendimientos decrecientes. El crecimiento económico produce más felicidad en naciones pobres que en naciones ricas. Sin embargo, esto no quiere decir que el desarrollo económico no aumente nada la felicidad en las naciones ricas. La felicidad sigue aumentando en las naciones opulentas y este incremento está directa o indirectamente ligado al crecimiento económico (Veenhoven y Vergunst, 2012).

Otra razón para mantener funcionando la economía es que el juego puede ser tan importante como los premios. La felicidad no sólo se encuentra en el consumo, sino también en la actividad productiva. Como la mayoría de los animales, tenemos una necesidad innata de desafío y actividad. La función biológica de esa necesidad es mantenernos alertas. La especie humana evolucionó en las condiciones de existencia de cazador-recolector, mismas que implicaban mucho desafío. En las condiciones actuales de la sociedad industrial todavía necesitamos algún desafío; y éstos lo encontramos ahora principalmente en la vida laboral. En esta perspectiva es mejor no seguir el consejo de Layard (2005), quien desalienta la competencia económica, sino que mejor es seguir cierta lógica de mantener la competencia amigable y dejar espacio para otras competencias en la sociedad.

Los datos en el **esquema 6** no sugieren que la reducción de diferencias de ingresos incrementará la felicidad. La correlación de cero-orden es cercana a cero y cuando la riqueza de la nación se toma en cuenta, hasta vemos un efecto positivo por la desigualdad de ingresos (Berg y Veenhoven, 2009). Aunque la desigualdad de ingresos puede ser injusta, aparentemente la podemos tolerar. De igual manera, los datos no sugieren que la felicidad pueda ser mejorada por un mayor estado benefactor. A primera vista existe alguna correlación entre los gastos para la seguridad social y la felicidad en las naciones, pero la relación estadística desaparece cuando tenemos en cuenta que las naciones que gastan mucho tienden a ser más ricas. Para ilustrar: la felicidad es bastante alta en Suecia, país que se conoce por tener un amplio estado benefactor; sin embargo, es igualmente alta en Islandia que gasta mucho menos en seguridad social.

Las mayores ganancias parecen ser posibles en los ámbitos de libertad y justicia. El buen gobierno parece contribuir mucho a la felicidad promedio en las naciones, sin tomar en consideración el color político de los partidos en el gobierno (Ott, 2010).

6 ¿NECESITAMOS MAYOR FELICIDAD?

Si podemos crear mayor felicidad para más personas, ¿debemos hacerlo?. Varias voces dicen que no. Parte de las objeciones viene de los predicadores de la penitencia que quieren vernos

sufrir para limpiar nuestras almas pecadoras. Pero hay también objeciones de científicos que creen que la búsqueda de la felicidad implica efectos negativos. Una de sus incertidumbres es que esta felicidad masiva será lograda a costa de la libertad, y otra inquietud es que las personas felices tienden a ser pasivas y poco creativas. Estas nociones figuran en la novela de ciencia ficción de Huxley (1932) *Brave New World*, en el que se logra la felicidad para todos utilizando control genético y manipulación mental. Aquí, los ciudadanos felices son miopes esclavos del consumo.

Sin embargo, la investigación acerca de las consecuencias de la felicidad muestra otra imagen. Parece ser que la felicidad fomenta la actividad, la creatividad y una mente abierta. A las personas felices les va mejor como cónyuges y padres. También son mejores ciudadanos, típicamente están mejor informados que sus compatriotas infelices, se involucran más en acciones sociales a la vez que son más moderados en sus puntos de vista políticos (Guven, 2009). Una cosa más es que la felicidad alarga la vida, el efecto de la felicidad es comparable a fumar o no fumar (Veenhoven, 2008). Esta evidencia acerca de los efectos positivos de la felicidad encaja bien con la teoría de que sentirse bien funciona como una señal de "seguir adelante". Le dice al organismo que esta situación está bien y puede seguir adelante. Las personas felices por consiguiente "amplían" su repertorio de comportamientos y "construyen" más recursos (Fredrickson, 2004).

Entonces no solo vale la pena perseguir la felicidad por sí misma, sino que también por sus efectos colaterales positivos.

Esquema 1:
Cuatro calidades de vida

	Calidades externas	Calidades internas
Oportunidades de vida	Habitabilidad del ambiente	Habilidad de la personas para vivir
Resultados de vida	Utilidad de vida	Satisfacción con la vida

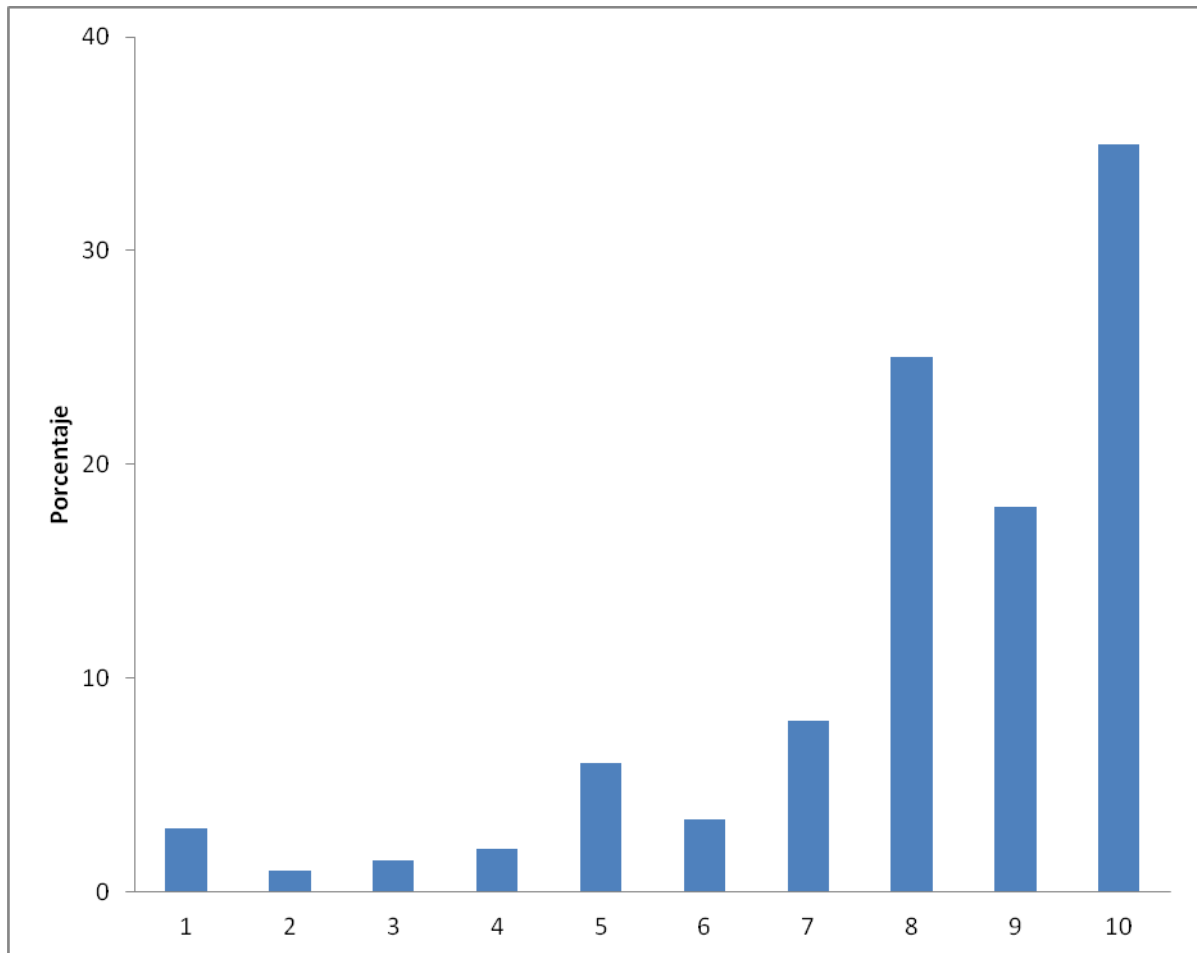
Fuente: The four qualities of life. Ordering concepts and measures of the good life. Veenhoven, 2000.

Esquema 2:
Cuatro clases de satisfacción

	Pasajera	Duradera
Aspectos de vida	Placer	Satisfacción de dominio
La vida en general	Experiencia máxima	Satisfacción de vida

Fuente: The four qualities of life. Ordering concepts and measures of the good life. Veenhoven, 2000.

**Esquema 3:
Felicidad en México**



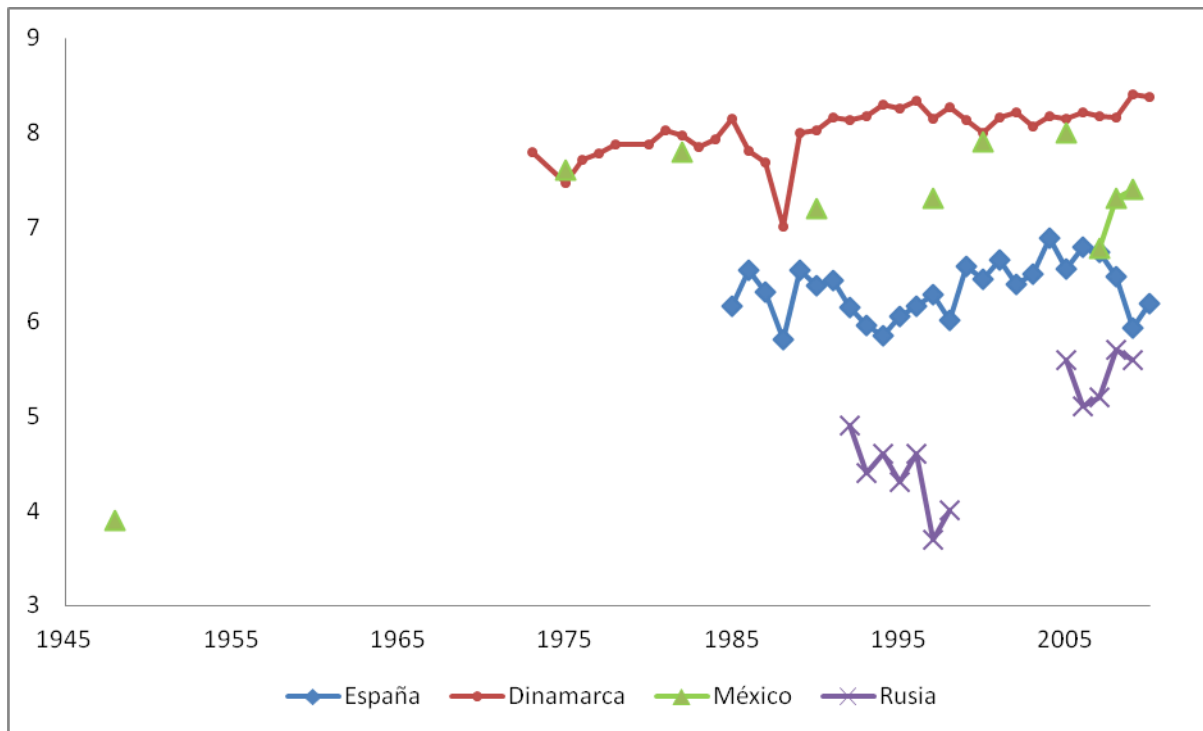
Fuente: Gallup World Poll, 2007.

Esquema 4:**La felicidad en las naciones en los años de 2000-2009; Promedio en escala de 0-10**

· Dinamarca	8.4
· Suecia	8.2
· Suiza	8.1
· México	7,9
· EEUU	7.6
· España	7.2
· Francia	6.6
· Japón	6.5
· Rusia	5.5
· Zimbabwe	3.1

Fuente: World Database of Happiness: Happiness in Nations.³ Veenhoven, 2012b.

Esquema 5 Tendencia de la felicidad media en cuatro naciones



Fuente: World Database of Happiness, collection Happiness in Nations tables 121C/D and 122D/E. Veenhoven, 2012b.

Esquema 6:
Correlatos sociales de la felicidad

Condiciones en la nación	La correlación con la felicidad media		
	Cero-orden	PIB controlado	N
Desarrollo económico			
• Poder adquisitivo P/C	+65	-	140
Calidad institucional			
• Estado de derecho	+.58	+.04	147
• Calidad del gobierno	+.62	+.14	146
• Corrupción	-.57	+.03	83
Libertad			
• Económica	+.40	-. 23	143
• Política	+.50	+.12	146
• Personal *	+.46	+.03	84
Igualdad			
• Igualdad de ingresos	-. 10	+.23	121
• Igualdad masculino/femenino	+. 55	+.15	86
Seguridad			
• Seguridad física	-. 36*	-. 27	65
• Tasa de asesinatos	+. 15	+.49	105
• Seguridad social	+. 36	-. 13	77
Variación explicada	R ² =.63		

Fuente: World Database of Happiness: States of nations. Veenhoven, 2012c.

* = no incluido en la regresión debido a número limitado de casos

BIBLIOGRAFÍA

- Bartels, M. y D. Boomsma (2009).
Born to be happy? The etiology of subjective well-being.
Behavior Genetics, 39, 605 - 617
- Bentham, J. (1789)
Introduction to the Principles of Morals and Legislation.
Original Payne London, 1789. Reimpreso por Althone Press, Londres, 1970.
- Berg, M. y R. Veenhoven (2009).
Income inequality and happiness in 144 nations
en Bent Greve (ed) 'Social Policy and Happiness in Europe'. Edgar Elgar, chapter
11, pp.174-194.
Disponible en <http://www2.eur.nl/fsw/research/veenhoven/Pub2010s/2010b-full.pdf>
- Buchanan, W. y H. Cantril (1953).
How nations see each other: A study in public opinion.
Princeton University Press, Estados Unidos.
- Diener, E., W. Pavot y E. Sandvik (1991).
Happiness is the frequency, not intensity of positive and negative affect
Strack, F. et. Al. (Eds). Subjective wellbeing. Pergamon, Londres.
- Fredrickson, B. (2004).
The Broaden - and - Build Theory of Positive Emotions
Philosophical Transactions. Biological Sciences, 2004, Vol. 359, 1367 - 1377.
- Frey, B. y A. Stutzer (2004).
Economic Consequences of Mispredicting Utility
Working Paper, Institute for Empirical Research in Economics, 2004, Zürich, Switzerland
- Gallup (2007).
Gallup World Poll.
Disponible en <http://eu.gallup.com/Poll/118312/Gallup-Poll.aspx>
- Gerson, E. (1976).
On quality of life
American Sociological Review, 41: 793-806.
- Güven, C. (2009).
Are happy people better citizens?
German Economic Institute DIW, SOEP paper 199.
- Headey, B. y A. Wearing (1992).
Understanding happiness: A theory of subjective well-being
The psychology of subjective well-being. Disponible en
http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/hap_bib/freetexts/headey_b_1992.pdf

Huxley, A. (1932).

Brave New World

Shatto & Windus, Londres.

Inglehart, R. y C. Welzel (2005).

Modernization, cultural change, and democracy

The human development sequence. Cambridge University Press, New York, USA

Kahneman, D. (1999).

Objective happiness

Kahneman, D., E. Diener y N. Schwarz (eds) Well-Being: The Foundations of Hedonic Psychology. Russell Sage Foundation, New York, USA, 3-25.

Layard, R. (2005).

Happiness: Lessons of a new science

Penguin, New York

Lyubomirsky, S. (2005).

The Benefits of Frequent Positive Affect: Does Happiness Lead to Success?

Psychological Bulletin, 2005, 131: 803 – 855.

Ott, J. (2010).

Good governance and happiness in nations: Technical quality precedes democracy and quality beats size

Journal of Happiness Studies. 11: 353-368

Sen, A. (1992).

Capability and wellbeing

Sen, A. & Nussbaum, M (eds) The quality of life. Clarendon Press, Oxford, Reino Unido, pp. 30-53.

Sheldon, K. y S. Lyubomirsky (2004).

Achieving sustainable new happiness: prospects, practices and prescriptions

en Linley, P. y S. Joseph (eds). Positive psychology in practice. Wiley, NJ, Estados Unidos, pp. 127-145

Smart, J. y B. William (1973).

Utilitarianism: For and against.

Cambridge University Press, 1973, Londres, Reino Unido.

Veenhoven, R. (1984).

Conditions of happiness

Springer, Dordrecht, Países Bajos.

Veenhoven, R. (2000).

The four qualities of life. Ordering concepts and measures of the good life

Journal Of Happiness Studies. 1: 1-39.

- Veenhoven, R. (2008).
Healthy happiness: Effects of happiness on physical health and the consequences for preventive healthcare
Journal of Happiness Studies. 9: 449-469
- Veenhoven, R. (2009a).
How do we assess how happy we are?
Dutt, A. y B. Radcliff (eds.) Happiness, Economics and Politics: Towards a multi-disciplinary approach. Edward Elger Publishers, Cheltenham, Reino Unido, pp 45-69.
- Veenhoven, R. (2009b).
International scale interval study: Improving the comparability of responses to survey questions about happiness
Moller, V. y D. Huschka (eds.) Quality of life and the millennium challenge: Advances in quality-of-life studies, theory and research. Social Indicators Research Series, vol. 35, Springer, pp. 45-58.
- Veenhoven, R. (2010).
How universal is happiness?
Diener, E., J. Helliwell y D. Kahneman (eds.) International Differences in Well-Being. Oxford University Press, New York, pp 328-350.
- Veenhoven, R. (2011).
Greater happiness for a greater number: Is that possible? If so, how?
Sheldon, K., T. Kashdan y M. Steger (eds.) Designing Positive Psychology: Taking Stock and Moving Forward. Oxford University Press, New York, pp. 396-409.
- Veenhoven, R. (2012a).
World Database of Happiness: Continuous register of scientific research on subjective enjoyment of life.
Erasmus University Rotterdam.
Disponible en <http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl>
- Veenhoven, R. (2012b).
Happiness in nations. World Database of Happiness, Erasmus University Rotterdam.
Disponible en http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/hap_nat/nat_fp.php.
- Veenhoven, R. (2012c).
States of nations: Data file for the cross national analysis of happiness.
World Database of Happiness, Erasmus University Rotterdam. [en línea] Disponible en http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/statnat/statnat_fp.htm
- Veenhoven, R. (2012d).
Cross-national differences in happiness: Cultural measurement bias or effect of culture?
Psychology of Well-being 2: 333-353.

Veenhoven, R. y M. Hagerty (2006)

Rising Happiness in nations 1946-2004. A reply to Easterlin

Social Indicators Research, 77: 1-16

Veenhoven, R. y F. Vergunst (2013)

The Easterlin illusion: Economic growth does go with greater happiness

Erasmus Happiness Economics Research Organization,

EHERO working paper 2013/1 Erasmus University Rotterdam, Netherlands

Notas

- ¹ Erasmus Happiness Economics Research Organization, www.eur.nl/ehero
- ² La pregunta fue: ¿" Qué tan satisfecho está usted ahora con cómo transcurre su vida? muy satisfecho, satisfecho, no satisfecho "? Las opciones elegidas respectivamente fueron 20%, 18% y 61% de los respondientes. Estas puntuaciones fueron transformadas a un rango de 0-10 usando datos del estudio de intervalo de escala de felicidad (Veenhoven, 2009), en el cual 94 estudiantes con dominio del español valoraron los intervalos cubiertos por cada uno de estas tres opciones de respuesta. Véase http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/scalestudy/itemreports/osls_c_3aa.html
- ³ Tables 122 E (10-step life-satisfaction) and 122D (11 step life-satisfaction). Todas las puntuaciones se convierten al rango 0-10