

## 15. A IMPORTÂNCIA SOCIAL DA FELICIDADE<sup>1</sup>

### THE SOCIAL IMPORTANCE OF HAPPINESS

Ana Roque Dantas

**ORCID ID:** 0000-0001-8844-835X

#### **RESUMO:**

Atualmente, assistimos a uma busca crescente de modos de vida nos quais a preocupação com a felicidade assume especial relevância. Esta visibilidade é um sinal da crescente preocupação social com o tema, cujas manifestações têm consequências diretas sobre as práticas e as representações dos atores sociais que direcionam as suas condutas em função de ideais de felicidade, promovendo a criação de expectativas coletivas orientadoras da ação individual e contribuindo para a partilha e uniformização das formas de sentir. Pretende-se, neste capítulo, aprofundar a compreensão acerca das causas e consequências da procura de felicidade, partindo da apresentação de indicadores que mostram claramente a importância da felicidade na vida social atual, bem como discutir as causas da sua visibilidade a partir de transformações sociais e económicas que,

---

<sup>1</sup> O texto aqui apresentado é adaptado a partir de um trabalho de investigação mais aprofundado sobre o tema, realizado no âmbito do doutoramento, que pode ser consultado na íntegra em: <https://run.unl.pt/handle/10362/15119>.

associadas a uma mudança dos valores sociais de referência, contribuíram para a sua crescente relevância.

**PALAVRAS-CHAVE:** felicidade; sociologia da felicidade; bem-estar; satisfação com a vida

**ABSTRACT:**

There is a growing concern with lifestyles where happiness assumes special relevance. Happiness visibility indicates a social concern, which has direct consequences on social actor's practices and representations. Shared happiness ideals contribute to influence behaviors and collective expectations that guide individual action, and therefore, contribute to the uniformization of feelings and perceptions. The purpose of this chapter is to contribute to the understanding of the causes and consequences of the search for happiness. We will start with the presentation of indicators that clearly show the importance of happiness in today's social life. Following, we'll discuss the social and economic transformations that, together with a change of reference values, contribute to the growing relevance of happiness.

**KEYWORDS:** happiness; sociology of happiness; well-being; life satisfaction

## INTRODUÇÃO

Atualmente, assistimos a uma busca crescente de modos de vida nos quais a preocupação com a felicidade assume especial relevância e se traduz por solicitações sociais ao bem viver, ao prazer e à qualidade de vida (LIPOVETSKY, 2007). Este parece ser um primeiro sinal de que a procura de felicidade é um problema social que carece de compreensão mais aprofundada sobre as suas causas

e consequências. Sabemos que «A busca da felicidade é tão velha como a própria história» (MCMAHON, 2009, p. 19), mas será que a explicitação desta preocupação não é agora mais visível, mais pública e mais generalizada? Que indicadores sustentam esta informação? Porquê esta visibilidade? Que condições sociais contribuem para tal? Qual a sua expressão em Portugal?

Estas questões serão discutidas ao longo deste capítulo, recorrendo à apresentação de diversos indicadores que mostram claramente a importância que a felicidade assume na vida social atual. Pretende-se, ainda, discutir as causas da visibilidade da felicidade enquanto preocupação social central, a partir de transformações sociais e económicas que, associadas a uma mudança dos valores sociais de referência, contribuíram para a sua crescente relevância.

Um primeiro indicador da importância social da felicidade é o elevado número de publicações<sup>2</sup> — tanto literárias, como na imprensa e nas redes sociais —, mas também as constantes referências a felicidade que nos chegam através de filmes, publicidade ou comunicação social, tornando «as pessoas no ocidente bombardeadas como nunca de imagens dos rostos sorridentes de pessoas reais, divertindo-se *eternamente* como é de seu direito» (MCMAHON, 2009, p. 456). E estas constantes solicitações sociais influenciam a forma de sentir, de expressar e de procurar felicidade. De facto, num estudo prévio foi possível concluir que a felicidade assume uma importância central para os atores sociais, tanto na sua concretização quotidiana, como enquanto projeto a longo prazo, alimentando expectativas e orientações face ao futuro (ROQUE DANTAS, 2012). Outros autores sugerem a influência da sociedade sobre a perceção de felicidade.

---

<sup>2</sup> De acordo com a Biblioteca Nacional, em 2014, o número de publicações em Portugal sobre *felicidade* é de 705, de *bem-estar* chega aos 471 e *autoajuda* a 212. Da mesma forma, uma pesquisa junto de alguns dos jornais nacionais e internacionais com a palavra *felicidade* (e *happiness*) revela números surpreendentes. O jornal *Público* regista 5047 entradas, a revista *Visão* 4890 e o *Expresso* 24 200. Por sua vez, o *NY Times*, conta com 63 426 artigos.

Sara Ahmed explica que a felicidade é uma promessa que direciona e condiciona as escolhas individuais, pois contém a expectativa de transformação e melhoria do existente, e é sentida como uma recompensa pelo cumprimento de ideais sociais, ou seja, pela adequação à imagem social, a um papel socialmente reconhecido (AHMED, 2008). Complementarmente, Lipovetsky apresenta-nos o que considera ser uma nova postura dos indivíduos nas sociedades ocidentais e que se caracteriza por uma exacerbação das preocupações com o bem viver e o bem-estar, e com o seu papel determinante para a definição da ação, tal como fica expresso na seguinte citação: «Apoiando-se na nova religião da melhoria contínua das condições de vida, o melhor-viver tornou-se uma paixão das massas, o objetivo supremo das sociedades democráticas, um ideal exaltado em cada esquina. Raros são os fenómenos que conseguiram mudar de forma tão profunda os modos de vida e os gostos, as aspirações e os comportamentos da maioria das pessoas» (LIPOVETSKY, 2007, p. 11).

Ao longo deste artigo mostraremos que, atualmente, a procura de felicidade se reveste de uma enorme importância social, tanto pelo seu papel enquanto modelo orientador de práticas e condutas, como pelas suas consequências sociais e individuais.<sup>3</sup> Esta relevância é identificável através de inúmeros indicadores e reflete transformações sociais que, associadas a uma melhoria das condições de vida que se verificaram ao longo do século XX nas sociedades ocidentais, contribuíram para a mudança dos valores orientadores no sentido da

---

<sup>3</sup> Os estudos revelam que as pessoas felizes tendem a viver mais e melhor e que estes benefícios individuais se traduzem em prosperidade económica e social (com menor absentismo, maior produtividade, maior envolvimento comunitário, melhoria das relações interpessoais, entre outros) (VEENHOVEN & JONKERS, 1984; LAYARD, 2005; GRAHAM, 2011). No mesmo sentido, verifica-se uma relação estreita entre a desigualdade social de um país e a infelicidade dos seus habitantes, sendo que quanto maior é a desigualdade social existente, menor é a felicidade média da população (ALESINA, DI TELLA, & MACCULLOCH, 2004; YANG, 2008; GRAHAM, 2011; PICKETT & WILKINSON, 2011).

maior valorização social e individual de aspetos relacionados com o prazer, o bem-estar e a autorrealização. Da mesma forma, hoje em dia, as emoções e os sentimentos são considerados essenciais para a compreensão da orientação para a ação, da sua influência sobre a interação social e para as ligações do indivíduo à estrutura social (STETS & TURNER, 2005). Ao mesmo tempo, reconhece-se o papel condicionador que as normas e os valores orientadores exercem sobre a percepção e expressão das formas de sentir, e logo, a sua influência sobre a percepção de felicidade.

Começaremos por identificar alguns sinais da visibilidade da ideia de felicidade que concorrem para a partilha e uniformização das formas de sentir. Seguidamente, tentaremos situar a relevância desta temática no contexto socio-histórico recente e alguns sinais da sua influência na política social. Por fim, apresentaremos alguns indicadores numéricos sobre o fenómeno em Portugal.

## **A VISIBILIDADE DA IDEIA DE FELICIDADE**

Hoje, é indiscutível que uma parte substancial da informação é difundida através da Internet e uma simples pesquisa *online* permite constatar a importância assumida nos últimos anos pela temática da felicidade.

Em 2008, uma simples pesquisa no Google com a palavra *felicidade* encontrava 12,4 milhões de registos; em 2013, já haviam duplicado (36,1 milhões) e em 2016, mais do que triplicado (59,8 milhões). Recorrendo ao termo inglês *happiness*, encontrávamos em 2008, 14,4 milhões registos, em 2013, 243 milhões e, em 2016, são já 373 milhões. Ao mesmo tempo, dificilmente passa despercebido o aumento do número de publicações de livros e artigos de autoajuda que oferecem orientações práticas para melhorar a felicidade indivi-

dual. Da mesma forma, proliferam produtos e experiências contendo a promessa de melhoria da vida e alegria.<sup>4</sup> A relevância social da felicidade fica ainda mais visível com a decisão das Nações Unidas, em 2012, de criar o «Dia Internacional de Felicidade» que se comemora a 20 de março. Com esta iniciativa, pretendeu-se reconhecer a importância que a felicidade assume enquanto objetivo de vida individual, mas também promover o reconhecimento desta aspiração nos objetivos das políticas públicas. Todas estas expressões contribuem ativamente para a definição das formas de sentir, expressar e procurar felicidade. Esta difusão de códigos comuns, na medida em que reflete e cria necessidades sociais, reduz a complexidade em torno do seu entendimento e possibilita a expressão e partilha de significados do sentimento. Esta visibilidade é um sinal da crescente preocupação social com a procura de felicidade, cujas manifestações têm consequências diretas sobre as práticas e representações dos atores sociais, que orientam as suas condutas em função dos seus ideais de felicidade, tal como promovem a criação de expectativas coletivas que guiam a ação individual. Ao mesmo tempo, e paralelamente à crescente preocupação social com a felicidade, aumentaram os estudos científicos que se ocupam desta temática. De facto, se em 2008, na página da World Database of Happiness (VEENHOVEN, n. d.), era possível contabilizar 5671 artigos científicos dedicados ao tema da felicidade, em 2013, no mesmo *site*, ascendem a 7246 e, em 2016, são já 10 375. Igualmente, uma pesquisa na EBSCO com o termo *happiness*, devolve cerca de 8355 registos de resultados académicos (2016). No mesmo sentido, Kahneman & Kruger (2006) referem que, só na área da economia, entre 2001 e 2005, foram publicados mais de cem artigos utilizando medidas de felicidade ou de satisfação

---

<sup>4</sup> São várias as marcas de produtos que utilizam e promovem a ideia de felicidade. Por exemplo, a *Coca-Cola*, além das imagens de felicidade que veicula, patrocina estudos na área através do Instituto da Felicidade.

com a vida. Em consonância com esta produção científica, existem atualmente revistas científicas dedicadas exclusivamente à publicação de estudos interdisciplinares sobre felicidade. Destacamos o *Journal of Happiness Studies*, pelo seu elevado fator de impacto (1,683 em 2014),<sup>5</sup> mas existem outras, como a revista *International Journal of Happiness and Development*, ou a revista *Journal of Happiness and Well-Being*. Assim, são claros os sinais da crescente importância social e académica da felicidade e, paralelamente, assiste-se a uma preocupação política por este tema.

Atualmente, (alguns) governos consideram uma prioridade medir o bem-estar das suas populações e introduziram medidas de avaliação do progresso social e humano, nas quais se incluem a medição da felicidade como um dos seus indicadores.<sup>6</sup> Durante a presidência francesa da União Europeia (2008), foi constituída uma comissão — Comissão Stiglitz — para avaliar o desempenho económico e o progresso social dos países europeus — *Commission on the measurement of the economic performance and social progress*. Esta teve como objetivo a elaboração de recomendações acerca das melhores formas de medir tanto o desempenho económico como o progresso social dos países (STIGLITZ, SEN & FITOUSSI, 2009). Um dos indicadores de bem-estar propostos, a par da *avaliação da vida, satisfação e da ocorrência de emoções positivas e negativas*, é a *felicidade*. De acordo com os responsáveis, estes indicadores devem ser medidos em separado, permitindo assim uma profunda compreensão dos fatores envolvidos na apreciação da vida. Da sua avaliação quan-

---

<sup>5</sup> O fator de impacto é uma medida que reflete o número médio de citações dos artigos publicados na revista num dado ano. Pretende dar uma ideia da importância da revista na sua área.

<sup>6</sup> Foi o rei do Butão que propôs, pela primeira vez, nos anos setenta do século XX, a introdução da *Felicidade Interna Bruta* (FIB) como medida de avaliação do desenvolvimento da sociedade, que inclui aspetos materiais e espirituais, e que pretende ultrapassar as limitações do modelo de desenvolvimento tradicional assente no crescimento económico e medido pelo *Produto Interno Bruto* (PIB).

titativa, espera-se o aprofundar de conhecimentos acerca do que contribui para o bem-estar das pessoas, indo para além de análises unicamente centradas no rendimento (STIGLITZ *et al.*, 2009). No mesmo sentido, em 2010, foram introduzidos indicadores deste tipo nas estatísticas oficiais anuais do Reino Unido.<sup>7</sup> Ainda neste país, algumas escolas incluíram nos seus programas escolares orientações com o objetivo de melhorar a gestão emocional das crianças e jovens (LAYARD, 2007).<sup>8</sup> Em Portugal, o Instituto Nacional de Estatística organiza, desde 2014, um dossiê de indicadores de bem-estar. Sucedem-se assim os exemplos de organismos oficiais de recolha de dados estatísticos que reúnem informação sistemática sobre o bem-estar das populações e incluem indicadores materiais e não materiais, como a avaliação das condições de vida. Para referir alguns deles: *Better Life Index* (OCDE); *Well-Being Indicators — Office for National Statistics* (Reino Unido); *Gallup; Eurobarómetro*, entre outros. Estas estatísticas, ao pretenderem relatar a realidade em permanente evolução, constituem uma resposta à necessidade de dados acerca da forma como as pessoas vivem e avaliam a sua vida. Deste modo, espera-se que a avaliação da felicidade constitua um indicador do funcionamento geral da sociedade, apoiando a tomada de decisão, e permitindo tanto o planeamento como a avaliação do impacto de medidas públicas sobre a forma como as pessoas percebem a sua vida (RYAN, 2010). Acreditamos que a introdução destes indicadores traduz uma resposta a mudanças sociais que vão no sentido do aumento da importância social consagrada à felicidade. Neste sentido, Gianetti afirma que «se a felicidade (ou a falta dela) não se tivesse tornado um problema social, não existiria tanta preocupação com a sua pesquisa» (GIANNETTI, 2002, p. 61). Esta

---

<sup>7</sup> <http://www.ons.gov.uk/ons/guide-method/user-guidance/well-being/index.html>.

<sup>8</sup> Para mais informação, consultar: <https://www.gov.uk/government/publications/social-and-emotional-aspects-of-learning-seal-programme-in-secondary-schools-national-evaluation>.

afirmação vai ao encontro do pensamento de Sedas Nunes quando explica que a ciência não descobre problemas sociais, dedica-se ao seu estudo, funcionando como instrumento de conhecimento, mas também de ação na gestão quotidiana da sociedade e na preparação de políticas a longo prazo (SEDAS NUNES, 1977).

Um exemplo concreto desta visão da ciência enquanto instrumento de conhecimento, podendo desempenhar um papel na gestão social e na preparação de políticas, é o documento produzido pela Organização de Cooperação e Desenvolvimento Económico (OCDE), em 2013, com orientações para o estudo do bem-estar subjetivo (OCDE, 2013). Neste relatório são incluídas recomendações conceptuais, metodológicas e relativas a cuidados a ter em conta no processo de recolha de dados. Destaca-se a importância dada à validade e fiabilidade das várias opções conceptuais disponíveis para medir felicidade, às preocupações metodológicas em torno do formato e ordem das perguntas e das respostas a incluir nos questionários, mas também a enunciação de precauções a ter em contexto de recolha dos dados sobre este tema. Refira-se ainda o destaque dado por esta publicação à importância da produção de estatísticas sobre bem-estar para o apoio à decisão, assim como a sua capacidade de identificar prioridades para trabalhos futuros. A medição da felicidade da população tornou-se assim uma prioridade nas estatísticas oficiais de vários países, constituindo um indicador insubstituível do funcionamento geral da sociedade, uma vez que traduz a avaliação que as pessoas fazem às diferentes dimensões da sua vida. Neste contexto, coloca-se a questão de saber que mudanças sociais contribuíram para destacar e reforçar a preocupação social com a felicidade, aspeto sobre o qual nos debruçaremos em seguida.

## MUDANÇAS SOCIAIS E FELICIDADE

Nas últimas décadas, os níveis económicos da maioria dos países ocidentais cresceram substancialmente, com a conseqüente satisfação das necessidades básicas e a melhoria das condições de vida em geral. Assistiu-se a um aumento generalizado do bem-estar nas sociedades ocidentais, onde as pessoas gozam mais férias, viajam mais, têm maior esperança de vida e são mais saudáveis (LAYARD, 2005).

Contudo, apesar do constante aumento dos rendimentos *per capita* e de todas as melhorias sociais associadas, desde os anos cinquenta do século XX, a felicidade média declarada (da população norte-americana) não sofreu um acréscimo correspondente, encontrando-se constante desde os anos setenta (EASTERLIN, 2001, 2003; DI TELLA, MACCULLOCH & OSWALD, 2003; DIENER & SELIGMAN, 2004). Esta relação inesperada entre o aumento dos rendimentos *per capita* e a *felicidade média* é designada, na literatura, como o *paradoxo de Easterlin*, tomando o nome do autor que o identificou. Diz-nos Easterlin que a partir de determinado limiar de riqueza do país, o aumento dos rendimentos *per capita* não é acompanhado por aumentos semelhantes na *felicidade média* da população (EASTERLIN, 1974). Até então, era esperado que o aumento dos rendimentos conduzisse a uma melhoria das condições de vida e que, em conjunto, tivessem conseqüências positivas sobre a percepção de felicidade. Mas a relação entre rendimentos e felicidade revelou-se menos óbvia, o que obrigou os cientistas a considerar a influência de outras variáveis não económicas, reconhecendo a importância que os aspetos não materiais podem assumir na vida das pessoas. Este fenómeno pode começar a compreender-se partindo da perspectiva de Maslow (1987) que sugere que a satisfação de necessidades é acompanhada pela emergência de novas necessidades. Este autor identificou cinco necessidades hierarquizáveis (da base para o topo), em que à eliminação das de base se sucede a emergência de novas

necessidades. São elas: as necessidades fisiológicas (básicas), como a fome, a sede, o sono e o sexo; as necessidades de segurança que incluem a simples necessidade de nos sentirmos seguros ou a estabilidade profissional ou social; a necessidade de socialização (relações interpessoais); a necessidade de reconhecimento e a necessidade de autorrealização. Assim, quando satisfeitas as necessidades fisiológicas e de segurança, emergem aspetos relacionados com as relações interpessoais, reconhecimento social e realização pessoal (MASLOW, 1987). Atualmente, e face à melhoria continuada das condições de vida no Ocidente, alguns autores constataam esta evolução na hierarquia das necessidades, tal como propôs Maslow (INGLEHART, FOA, PETERSON & WELZEL, 2008). A ideia é que as pessoas deixaram de se centrar em questões de subsistência e sobrevivência, passando a preocupar-se mais com valores de realização e de desenvolvimento pessoal (GRIFFITHS & REEVES, 2009). No mesmo sentido, e de acordo com os resultados do *World Values Survey* analisados por Inglehart e a sua equipa (2008), com o desenvolvimento económico verifica-se um aumento da *sensação de segurança existencial* das populações e uma mudança dos valores predominantes na sociedade. De acordo com estes autores, em vez do enfoque na sobrevivência, desenvolve-se a valorização da autoexpressão e da liberdade de escolha, valores que se encontram estatisticamente associados à percepção de felicidade. Mais especificamente, os autores explicam que, em condições de escassez, as pessoas tendem a focar-se em necessidades de sobrevivência e a dar prioridade à segurança física e económica em detrimento de valores de igualdade e expressão individual. Ao contrário, uma vez satisfeitas as necessidades de sobrevivência, emergem novas preocupações, interesses, valores e objetivos de vida (WELZEL, INGLEHART & KLIGEMANN, 2003; INGLEHART *et al.*, 2008; PICKETT & WILKINSON, 2011).

Assim, verifica-se que as alterações sociais das últimas décadas criaram espaço para uma maior preocupação com a felicidade,

o que por sua vez conduziu a um alargamento da mobilização de indicadores económicos e sociais para avaliar o funcionamento geral da sociedade no sentido da inclusão de aspetos não materiais do bem-estar (LAYARD, 2005). Estes indicadores, que seguidamente exporemos de forma mais alargada, contribuem para a compreensão do desenvolvimento humano e do progresso social (WELZEL *et al.*, 2003).

### **ALGUNS INDICADORES NUMÉRICOS DE FELICIDADE**

A produção de indicadores estatísticos sobre felicidade conheceu um aumento nos últimos anos. Esta centra-se essencialmente em autoavaliações de felicidade que, constituindo um primeiro passo na compreensão deste fenómeno, permitiu um enorme avanço dos estudos e reflexões na área.

Estas pesquisas, centradas na análise dos dados estatísticos disponíveis, dedicam-se essencialmente à comparação dos níveis médios de felicidade (ou de satisfação com a vida), entre países, e ao longo do tempo (análises longitudinais), o que permite conhecer variações, causas e consequências da felicidade, tanto a nível individual como social. A coerência entre os resultados de vários estudos, seguindo diferentes metodologias, e incidindo sobre diversas realidades, permitiu identificar os principais aspetos que influenciam a felicidade (GRAHAM, 2011). É consensual associar níveis médios de felicidade e saúde ou longevidade; e rendimentos, produtividade e comportamento organizacional; e as práticas individuais e sociais. Mais especificamente, os resultados de diferentes estudos indicam que a felicidade tem benefícios sobre a saúde, nomeadamente o de estar associada à redução de inflamações, a melhorias cardiovasculares e dos sistemas imunitários, e à diminuição do risco de contrair doenças e infeções, à rapidez de recuperação, e à sobrevivência e

longevidade. Da mesma forma, a felicidade está associada a maior produtividade e a melhores avaliações de desempenho, a menor absentismo, a criatividade, a rendimentos mais elevados, mas ainda a capacidades de cooperação (HELLIWELL, LAYARD & SACHS, 2013). Ao nível dos comportamentos individuais, realça-se a associação com a capacidade de adiamento das gratificações, menor consumismo e maiores poupanças, maior sociabilidade (mais relações interpessoais e redes), mas também comportamentos pró-sociais (como sejam atividades de voluntariado e donativos) (HELLIWELL *et al.*, 2013).

No mesmo sentido, os resultados são consensuais quanto à identificação de diferenças na felicidade declarada dos vários países: a Suíça, a Noruega, a Dinamarca e o Canadá lideram a lista dos *mais felizes*; e a Grécia, a Turquia, a Hungria e Portugal reportam os níveis mais baixos do conjunto dos países da OCDE (OCDE). Esta desigualdade na distribuição de felicidade entre países está claramente identificada e os resultados não diferem substancialmente quando analisamos outras fontes estatísticas como sejam os dados do *European Social Survey* (ESS), do *World Values Survey*, ou do *Eurobarómetro*, entre outros. Da mesma forma, autores como Veenhoven, Inglehart ou Graham, apresentam tendências semelhantes nas suas análises comparativas, identificando padrões nos fatores que globalmente influenciam felicidade, mas também especificidades nacionais que os dados apenas permitem identificar.

Se as estatísticas sobre felicidade apontam para diferenças relativas a especificidades contextuais, importa, pois, aprofundar o conhecimento acerca das variações da expressão da felicidade no contexto português.

## OS NÚMEROS DA FELICIDADE EM PORTUGAL

Este ponto será dedicado aos números da felicidade em Portugal. Para tal, recorreremos aos estudos existentes e a dados estatísticos de organismos internacionais.<sup>9</sup>

De acordo com o relatório *Better life index*, 2015 (OCDE), Portugal apresenta desempenhos bastante diferenciados nos vários indicadores considerados. Por um lado, viveu um progresso significativo nas últimas décadas com a modernização da sua economia e o aumento dos níveis de vida da sua população, traduzidos em boas medidas quanto a indicadores de *habitabilidade*, *segurança pessoal* ou *qualidade do ambiente*. Por outro lado, a par deste desempenho, atualmente Portugal situa-se abaixo da média da OCDE quanto a indicadores de *rendimento*, *emprego*, *comunidade*, *educação*, *participação cívica*, *satisfação com a vida* e *conjugação entre vida pessoal e trabalho*. Apresenta uma *satisfação média com a vida* de 5,1 (medida numa escala de 0 a 10), a mais baixa da OCDE, cuja média se situa nos 6,5. Estes dados vão no mesmo sentido dos obtidos num trabalho nacional incidindo sobre as necessidades dos portugueses (TESE, 2009). Este estudo refere os baixos níveis de satisfação com a vida dos portugueses e identifica como causas a insatisfação com dimensões relacionadas com as circunstâncias de vida, mas também com o funcionamento do país: «Em termos gerais, os inquiridos manifestam maior satisfação pelas dimensões mais relacionais (família e amigos) e menor satisfação pelas condições de vida objetivas (rendimentos, trabalho), bem como pelas condições mais imateriais ligadas à

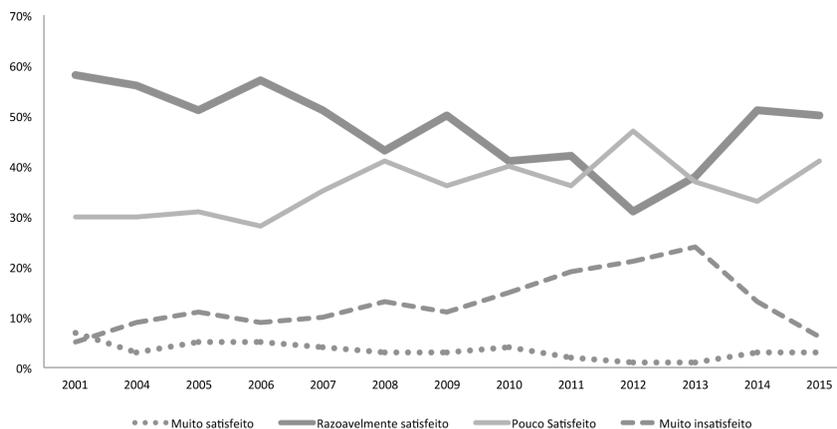
---

<sup>9</sup> Apesar de felicidade e satisfação com a vida não serem sinónimos, consideramos que a medição da satisfação com a vida constitui um indicador válido e que permite uma primeira aproximação à compreensão da felicidade. Para um aprofundamento das diferenças conceptuais entre os conceitos de felicidade e satisfação com a vida, consultar A. Roque Dantas (2015).

confiança nas pessoas, nas instituições e ao nível de participação cívica» (TESE, 2009).

O gráfico seguinte representa a evolução da satisfação com a vida, em Portugal, entre 2001 e 2015 (dados da Comissão Europeia/*Eurobarómetro*).

Gráfico 1 — Satisfação com a vida em Portugal 2001-2015 (%).



Fonte dos dados: *Eurobarómetro*.

Em 2001, os *muito satisfeitos* são mais numerosos do que os *muito insatisfeitos* (7% e 5%, respetivamente). Contudo, a partir de 2004, começa a desenhar-se uma inversão desta relação que se acentua ao longo do período analisado. Aumentam os *muito insatisfeitos* e diminuem os *muito satisfeitos* (para 24% e 1%, respetivamente). Em 2013, os *muito insatisfeitos* são cerca de um quarto da população, enquanto os *muito satisfeitos* representam apenas 1%. Quanto aos *razoavelmente satisfeitos*, verificamos que diminuem ao longo do período em análise (com exceção de 2009 em que há um ligeiro aumento), e a descida é mais acentuada a partir de 2010. A partir de 2012, parece iniciar-se uma recuperação. Ao longo do período em análise, e a par da diminuição dos *razoavelmente satisfeitos*, aumentam os *pouco satisfeitos*. Em 2008, verificamos uma subida

elevada dos *pouco satisfeitos* (41% da população), mas é em 2012 que o peso deste grupo assume a maior expressão do período (cerca de metade dos portugueses considera-se *pouco satisfeita*: 47%).<sup>10</sup>

Independentemente da fonte analisada, os resultados são unânimes em colocar Portugal entre os países com a população mais insatisfeita.<sup>11</sup> Sabemos que, enquanto medida, a satisfação com a vida pretende captar um julgamento final e que entra em consideração com diferentes dimensões. Importa, pois, conhecer melhor as dimensões consideradas pelas pessoas nas suas avaliações.

O European Social Survey (2012) inclui os seguintes indicadores de satisfação com a vida: Satisfação com o estado atual da economia, Satisfação com o Governo, Satisfação com a democracia, Satisfação com o estado atual da educação, Satisfação com o estado atual dos serviços de saúde, Satisfação com o emprego, Satisfação com a conciliação entre tempo profissional e pessoal, medidos numa escala de 0 a 10, em que 0 representa a pontuação para extremamente insatisfeito e 10 para extremamente satisfeito. Os resultados alcançados para Portugal com recurso a uma Análise em Componentes Principais (ACP)<sup>12</sup>, a estes sete indicadores de satisfação, permitiram identificar a estrutura de relações que estão inerentes à satisfação com a vida (Roque Dantas, 2015).

---

<sup>10</sup> Lembramos que, em 2011 e 2012, com a aplicação do programa da *troika* (Comissão Europeia, Banco Central Europeu e Fundo Monetário Internacional), as medidas de austeridade avolumaram-se com reflexo sobre o poder económico e condições de vida da maioria das famílias.

<sup>11</sup> Os resultados apresentados na *World Database of Happiness* atribuem aos portugueses uma média de felicidade 5,7 (escala de 0 a 10) entre 2000 e 2009. Para o mesmo período, a Dinamarca apresenta um valor médio de 8,3 e a Islândia 8,2, sendo estes os países com níveis mais elevados de felicidade. Com valores médios baixos referimos a Bulgária (imediatamente abaixo de Portugal) e a Rússia com 5,5. Os valores médios mais baixos verificam-se em países africanos como a Serra Leoa (valores abaixo de 3) (VEENHOVEN, 2010).

<sup>12</sup> Tendo verificado os requisitos de aplicação da ACP, através da estatística Kaiser-Meyer-Olkin (KMO=0,688) e do teste de esfericidade de Bartlett, ( $\chi^2_{(21)} = 1717,171$ ,  $p < 0,001$ ), foi possível extrair três componentes que explicam 76,9% da variância total.

**Tabela 1 — Dimensões da satisfação com a vida.**  
(Análise em Componentes Principais com rotação Varimax)

	Contribuição em cada componente	Variância explicada (%)
<b>Componente 1 - Condições estruturais</b>		40,7
Satisfação com a Economia	0,879	
Satisfação com o Governo	0,882	
Satisfação com a Democracia	0,666	
<b>Componente 2 - Condições de vida</b>		34,8
Satisfação com o estado atual da educação	0,855	
Satisfação com o estado atual dos serviços de saúde	0,884	
<b>Componente 3 - Condições individuais</b>		26,0
Grau de satisfação com emprego	0,884	
Grau de satisfação com a conciliação entre tempo profissional e pessoal	0,886	

Fonte: ESS5, 2010.

Com base nestes resultados, é possível identificar três dimensões inerentes à satisfação com a vida: uma dimensão relacionada com as **condições estruturais** e que sintetiza a *satisfação com o estado da economia*, com a *qualidade da democracia* e com a *prestação do governo* (esta componente explica 40,7% da satisfação); uma dimensão de **condições de vida** que traduz a *satisfação com o estado atual dos serviços de saúde e educação* (34,8%); e uma terceira dimensão, mais individual, que sumariza a **satisfação com a vida pessoal**, nomeadamente com o *emprego* e com a *conciliação entre tempo pessoal e profissional* (26%).

Estes resultados reforçam as conclusões de outros estudos, nomeadamente a importância que diferentes dimensões assumem na avaliação da vida. De facto, não são apenas as características individuais a influenciar a perceção de felicidade, mas também o contexto em que nos inserimos e as condições de vida objetivas que moldam as circunstâncias em que se vive e se processa a avaliação (ROQUE DANTAS, 2015).

## NOTA CONCLUSIVA

Ao longo deste capítulo, discutimos a visibilidade da ideia de felicidade nos dias de hoje. Esta visibilidade é um sinal da crescente preocupação social com o tema, cujas manifestações têm consequências diretas sobre as práticas e as representações dos atores sociais que direcionam as suas condutas em função dos seus ideais de felicidade, promovendo a criação de expectativas coletivas orientadoras da ação individual e contribuindo para a partilha e uniformização das formas de sentir. Ao mesmo tempo, a percepção de felicidade tem consequências, não só individuais (sobre a saúde e longevidade), como sociais (associando-se a produtividade, envolvimento comunitário e relações interpessoais) (VEENHOVEN & JONKERS, 1984; LAYARD, 2005; GRAHAM, 2011). Da mesma forma, os estudos revelam que as condições sociais são determinantes para a percepção de felicidade (VEENHOVEN & JONKERS, 1984), e que alguns contextos serão mais favoráveis à sua ocorrência (ROQUE DANTAS, 2015). Sabemos que o desemprego tem consequências negativas sobre a percepção de felicidade (FREY & STUTZER, 2001), tal como as desigualdades sociais (PICKETT & WILKINSON, 2011), ou as crises económicas (GRAHAM, 2011).

O estudo da felicidade — através da identificação das condições sociais que a promovem — reveste-se, assim, de uma enorme importância para a sociedade, permitindo avaliar o seu bom funcionamento e, dessa forma, orientar políticas públicas.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ahmed, S. (2008). Multiculturalism and the promise of happiness. *New Formations*, 63, 17.
- Alesina, A., Di Tella, R. & MacCulloch, R. (2004). Inequality and happiness: are Europeans and Americans different? *Journal of Public Economics*, 88, 9-10.

- Di Tella, R., MacCulloch, R. J. & Oswald, A. J. (2003). The macroeconomics of happiness. *The Review of Economics and Statistics*, 85 (4), 809-827. doi: 10.1162/003465303772815745.
- Diener, E. & Seligman, M. E. P. (2004). Beyond money: Toward an economy of well-being. *Psychological Science in the Public Interest*, 5 (1), 1-31. doi: 10.1111/j.0963-7214.2004.00501001.
- Easterlin, R. A. (1974). Does economic growth improve the human lot? Some empirical evidence. In P. A. David & Melvin W. Reder (eds.), *Nations and households in economic growth* (89-125). San Diego: Elsevier Science Publishing.
- Easterlin, R. A. (2001). Income and happiness: Towards a unified theory. *The economic journal*, 111 (473), 465-484.
- Easterlin, R. A. (2003). Explaining happiness. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 100 (19), 11 176-11 183. doi: 10.1073/pnas.1633144100.
- Frey, B. S. & Stutzer, A. (2001). *Happiness and economics: How the economy and institutions affect human well-Being*. Princeton e Oxford: Princeton University Press.
- Giannetti, E. (2002). *Felicidade: diálogos sobre o bem-estar na civilização*. São Paulo: Companhia das Letras.
- Graham, C. (2011). *O que nos faz felizes por esse mundo fora. O paradoxo dos camponeses felizes e dos milionários miseravelmente infelizes*. Alfragide: Texto Editores.
- Griffiths, S. & Reeves, R. (eds.) (2009). *Well-being: How to lead the good life and what government should do to help*. Londres: Social Market Foundation.
- Helliwell, J., Layard, R. & Sachs, J. (2013). *World happiness report*. Acedido a 17 de novembro de 2019, em <http://worldhappiness.report/>.
- Inglehart, R., Foa, R., Peterson, C. & Welzel, C. (2008). Development, freedom, and rising happiness: A global perspective (1981-2007). *Perspectives on psychological science*, 3 (4), 264-285.
- Kahneman, D. & Krueger, A. B. (2006). Developments in the measurement of subjective well-being. *Journal of Economic Perspectives*, 20 (1), 3-24. doi: 10.1257/089533006776526030.
- Layard, R. (2005). *Happiness: Lessons from a new science*. Londres: Penguin Books Limited.
- Lipovetsky, G. (2007). *A felicidade paradoxal: ensaio sobre a sociedade de hiperconsumo*. Lisboa: Edições 70.
- Maslow, A. H. (1987). *Motivation and personality*. Nova Iorque: Pearson Education.
- Mcmahon, D. M. (2009). *Uma história da felicidade*. Lisboa: Edições 70.
- OCDE (n.d.). *Better life index*. Acedido a 17 de novembro de 2019, em <http://www.oecdbetterlifeindex.org/>.
- OCDE (2013). *Guidelines on measuring subjective well-being*. Acedido a 17 de novembro de 2019, em <http://www.oecd.org/statistics/guidelines-on-measuring-subjective-well-being.htm>.
- Pickett, K. & Wilkinson, R. (2011). *The spirit level: Why greater equality makes societies stronger*. Londres: Bloomsbury Press.

- Roque Dantas, A. (2012). *A construção social da felicidade*. Lisboa: Colibri.
- Roque Dantas, A. (2015). *A felicidade enquanto recurso emocional socialmente desigual: para uma abordagem sociológica do sentir*. Dissertação de Doutoramento, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas — Universidade Nova de Lisboa, Portugal. Acedido a 17 de novembro de 2019, em <http://hdl.handle.net/10362/15119>.
- Ryan, A. (2010). Happiness and political theory. *Social Research*, 77 (2), 421-440.
- Sedas Nunes, A. (1977). *Questões preliminares sobre as ciências sociais*. Lisboa: Editorial Presença.
- Stets, J. E. & Turner, J. A. (2005). *The sociology of emotions*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Stiglitz, J., Sen, A. & Fitoussi, J. P. (2009). *Report by the Commission on the measurement of economic and social progress*. Acedido a 17 de novembro de 2019, em <http://www.stiglitz-sen-fitoussi.fr/en/index.htm>.
- TESE. (2009). *Necessidades em Portugal. Tradição e tendências emergentes. Resultados do inquérito por questionário*. Acedido a 17 de novembro de 2019, em <http://tese.trtcode.com/images/docs/sumula-resultado-inquerito-necessidades.pdf>.
- Veenhoven, R. (n.d). *World database of happiness*. Acedido a 17 de novembro de 2019, em <http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl>.
- Veenhoven, R. (2010). What we know. In L. Bormans (ed.), *The world book of happiness*. Bélgica: Lannoo Uitgeverij, Tielt.
- Veenhoven, R. & Jonkers, T. (1984). *Conditions of happiness* (D. Reidel Publishing Company ed., vol. 2). Berlim: Springer.
- Welzel, C., Inglehart, R. & Kligemann, H.-D. (2003). The theory of human development: A cross-cultural analysis. *European Journal of Political Research*, 42 (3), 341-379. doi: 10.1111/1475-6765.00086.
- Yang, Y. (2008). Social inequalities in happiness in the United States, 1972 to 2004: An age-period-cohort analysis. *American Sociological Review*, 73 (2), 204-226.