



Книга Счастье в мировом масштабе

Парадокс счастливых крестьян и несчастных миллионеров

Кэрол Грэм
Oxford UP, 2010
Также есть на следующих языках: Английский

Рецензия BooksInShort

Счастье не купишь за деньги, говорили когда-то наши родители. В таком случае что вообще может сделать человека счастливым? Автор этой книги рассказывает, из каких “элементов” складывается счастье разных социально-экономических групп населения и представителей разных культур. В итоге вырисовывается универсальный (хотя и условный) образ счастья в международном масштабе. Книга основана на обширных исследованиях представлений о счастье у жителей Латинской Америки, Средней Азии, Афганистана и развитых стран мира. Автор приходит к выводу, что, несмотря ни на какие культурные различия и разницу в уровне доходов, люди во всем мире разделяют одни и те же взгляды на то, что значит быть счастливыми. Читателю, впрочем, нужно приготовиться услышать про среднеквадратичное отклонение и коэффициенты Джини: вся аргументация в книге построена на данных статистического анализа. К счастью, автор иногда выходит из дебрей статистики и формулирует свои выводы на языке, который понятен и непосвященным. По мнению *BooksInShort*, эта книга будет особенно интересна для ученых-экономистов, психологов, руководителей государственных социальных программ, а также для всех, кто просто хотел бы узнать, что это такое – счастливый человек.

Основные идеи

- Исследования в области экономики счастья соединяют экономический анализ с психологией в попытке выяснить, что делает людей счастливыми.
- Цель этих исследований – научиться в масштабе общества управлять факторами, которые определяют удовлетворенность человека жизнью.
- Ощущение счастья ученые изучают с помощью опросов, форма и содержание которых в значительной степени предопределяют их результаты.
- В целом богатые люди и страны счастливее бедных.
- Однако это правило справедливо только до определенной степени: в конечном итоге деньги не в состоянии купить человеку счастье.
- Повышение зарплаты делает человека счастливым лишь на год, а повышение по службе усиливает ощущение счастья на целых пять лет.
- Когда человек преодолевает определенный уровень достатка, для него станут важны другие факторы – здоровье, работа и отношения с другими людьми.
- Для большинства людей основной фактор счастья – это хорошее здоровье.
- К 45-50-летнему возрасту удовлетворенность человека жизнью слабеет.
- Правительства Франции и Великобритании внимательно следят за тем, насколько счастливы их подданные.

Краткое содержание

Экономика счастья

С давних пор величайшие умы человечества пытаются отыскать ответ на вопрос о том, что такое счастье. Это особое ощущение благополучия и удовлетворенности жизнью сегодня анализируют экономисты и психологи. Ученые пытаются выяснить, какие социальные и экономические факторы делают людей счастливыми. Тема счастья, которая раньше казалась в высшей степени субъективной, сегодня стала предметом

объективного научного анализа.

“Царь Мидас полагал, что счастье – это когда в сокровищнице хранится много золота, и в итоге золото сделало его глубоко несчастным”.

В экономике принято считать, что показателем благополучия человека является величина его доходов. Тем не менее деньги – это не лучший индикатор человеческих предпочтений. Например, люди часто выбирают малооплачиваемую, однако интересную работу, и чувствуют себя совершенно удовлетворенными ею. Современная экономическая теория счастья значительно расширила понимание полезности. На основе изучения общественных групп, демографических данных, трудовых отношений и доступности социальных служб ученые составили достаточно подробную картину того, как жители разных стран мира понимают человеческое благополучие.

“Многие века стремление человека к счастью оставалось фразой из политических деклараций, а его изучением занимались философы”.

Источник большинства данных о жизненном благополучии – опросы общественного мнения о том, что люди считают наиболее предпочтительным для себя. Классическая экономическая наука, в противовес современной, оперировала скрытыми предпочтениями – исследователи опрашивали людей и реконструировали мотивы их поведения, исходя из полученных ответов. При опросах часто обнаруживается, что теоретические предсказания сильно расходятся с тем, что сообщают респонденты. Одна из причин этого – сознание людьми своей неспособности как-то повлиять на действия правительства, которые напрямую отражаются на их удовлетворенности жизнью. Достоверность результатов также может зависеть от того, какие вопросы задаются и в каком порядке, и даже от настроения проводящего опрос. Наконец, общие результаты опроса может серьезно исказить один-единственный респондент, который все видит в негативном свете.

“Экономика счастья есть такой подход к оценке человеческого благосостояния, который сочетает в себе как экономические, так и психологические методы исследований”.

Ослабить эти субъективные искажения помогают исследования, основанные на периодических опросах одной и той же группы людей. Расспрашивая респондентов о том, как они оценивают свою жизнь в целом (сопоставляя ее с неким идеальным сценарием этой жизни), исследователи сравнивают ответы, которые дают люди, живущие по соседству и на большом географическом удалении друг от друга. Например, жителям Афганистана свойствен высокий уровень удовлетворенности жизнью, однако при этом они не считают, что их жизнь протекает по наилучшему из возможных сценариев.

В деньгах ли счастье?

Согласно известному “парадоксу Истерлина”, когда доход человека превышает определенный порог, деньги перестают рассматриваться как источник счастья. В пределах одной страны богатые, как правило, чувствуют себя более счастливыми, чем бедные, однако это правило неверно в отношении длительного временного периода, а также при сравнении населения разных стран. Жители богатых стран более довольны жизнью, чем жители бедных, однако даже в последних невозможно проследить зависимость роста ощущения жизненного благополучия от роста материального благосостояния. Разница в доходах гораздо меньше влияет на удовлетворенность людей жизнью в США и Европе, чем в странах Латинской Америки, – возможно, потому, что в развитых странах маленькая зарплата воспринимается как мотиватор, а не как фатальное неравенство.

“Экономика счастья не ставит цель заменить собой изучение благосостояния на основе материального достатка – она лишь предлагает дополнительные оценочные параметры”.

“Парадокс Истерлина” отчасти находит объяснение в явлении, получившем название “гедонистическая адаптация”. Когда люди удовлетворяют базовые жизненные потребности (например, в еде и крыше над головой), богатство приобретает относительный смысл. Человек легко адаптируется к более высокой зарплате и начинает сравнивать ее с зарплатами еще более успешных людей, а потери начинают значить для него гораздо больше, чем приобретения. На удовлетворенность жизнью начинают оказывать влияние такие факторы, как здоровье, работа, взаимоотношения с другими. Со временем ощущение удовлетворенности возвращается на определенный “исходный” уровень. Исключения из этого правила – переломные жизненные ситуации (развод, смерть близкого), оказывающие длительное негативное воздействие на человека.

“Сильнее всего делают человека несчастным лишения и крайняя нищета”.

Может ли богатство сделать нас счастливыми? Какое количество денег способно сделать человека немного более счастливым, а какое – намного? Жизненные ожидания меняются со временем, и сегодня вам кажется, что завтра вы будете гораздо счастливее, чем были вчера. Люди чаще всего не задумываются о том, по каким причинам что-то меняется к лучшему. Рост доходов объясняет усиление чувства удовлетворенности жизнью намного меньше, чем другие факторы, такие как хорошее здоровье или повышение социального статуса. Если взять население отдельной страны, то по мере роста материального благополучия деньги все слабее влияют на ощущение счастья. Исследования, проведенные в 1990-е годы в странах с переходной экономикой (в Восточной Европе), показали, что по мере роста благосостояния люди получают все меньше удовлетворения от своей работы, здоровья или семейной жизни. Однако эта закономерность не наблюдается в беднейших странах, жители которых считают, что счастье неразрывно связано с деньгами.

Интернационал счастливых

Некоторые страны опровергают идею о том, что чем богаче страна, тем счастливее ее жители (например, нигерийцы намного более счастливы, чем японцы), поэтому в расчетах показателей удовлетворенности фигурируют и такие неденежные факторы, как возраст, семейный статус и работа. График зависимости счастья от возраста имеет вид V-образной кривой: меньше всего люди счастливы в возрасте 35-40 лет. Супружество делает людей счастливее, безработица – несчастнее, но сильнее всего на ощущении счастья отражается хорошее здоровье. Образование, пол, род

занятий также влияют на удовлетворенность жизнью. Например, индивидуальные предприниматели чувствуют себя более счастливыми в США и России, где предпринимательство достаточно распространено, однако в странах Латинской Америки оно не сильно отражается на удовлетворенности жизнью, поскольку заниматься там предпринимательством людей вынуждает массовая безработица. В Америке женщины в целом счастливее мужчин, в России – наоборот, а в странах Латинской Америки мужчины и женщины счастливы в равной степени. Из этих трех регионов мира представители национальных меньшинств ощущают себя намного лучше только в России, поскольку политические преобразования после краха коммунизма наделили их более высоким статусом, чем он был прежде.

“Практически все исследования говорят о том, что богатые люди в целом чувствуют себя счастливее, чем бедные”.

Исследования, проведенные в Казахстане, Кыргызстане, Таджикистане и Узбекистане, показали, что у населения этих стран такие же представления о счастье, что и у других народностей, – различия касаются лишь такого фактора, как социальный капитал. Жители Средней Азии не ассоциируют со счастьем доверие, религиозность и коллективизм – вероятно, по причине негативного опыта, полученного в составе Советского Союза. Изучить степень удовлетворенности жизнью в Таджикистане ученые не смогли вообще из-за сложной политической ситуации в этой стране.

“Для людей, которые не могут гарантированно удовлетворять свои базовые потребности, на первый план выходят вопросы физического выживания, забота о здоровье и страх смерти”.

Среди жителей стран с переходной экономикой своей жизнерадостностью выделяются кубинцы. Они с удовольствием отзываются о здравоохранении и системе образования Кубы, однако удовлетворенность экономическими возможностями у них гораздо ниже, чем у жителей других стран Латинской Америки. Хотя оптимизм в большинстве регионов мира напрямую связан с ощущением счастья, в Африке между оптимизмом и счастьем наблюдается обратная корреляция: чем беднее люди, чем сильнее их оптимизм по поводу жизненных перспектив для следующего поколения. Возможно, это объясняется тем, что в условиях ужасающей африканской нищеты способен выжить лишь человек, стойко надеющийся на будущее. Другой возможный источник оптимизма – вывод этих людей о том, что условия их жизни настолько плохие, что они не могут стать еще хуже.

Счастье и здоровье

Хорошее здоровье выступает главным фактором, создающим у человека ощущение счастья, опережая в этом даже деньги. Это верно для всех стран мира. Довольные жизнью люди имеют более крепкое здоровье, чем недовольные, а здоровые люди более довольны жизнью, чем нездоровые. Для населения развитых стран мира наблюдается следующая закономерность: чем выше у человека уровень кровяного давления, тем он несчастнее – и наоборот. Как и в случае с зависимостью счастья от дохода, здоровье перестает делать человека счастливее, когда оно становится достаточно крепким.

“Респонденты из развитых стран, привыкшие считать базовые блага цивилизации гарантированной данностью, указывают на такие факторы удовлетворенности жизнью, как, например, качество проведения досуга”.

Для хорошо зарабатывающих слоев населения главную роль в борьбе с болезнями играет не рост благосостояния, а научный прогресс. Уровень доходов и качество медицинского обслуживания для большинства стран не связаны друг с другом: в Кении, например, гораздо больше людей довольны качеством медобслуживания, чем в США. Психические заболевания гораздо негативнее отражаются на удовлетворенности жизнью, чем болезни тела. В США и России люди, страдающие ожирением, в целом чувствуют себя менее счастливыми, чем те, кто не страдает им. Впрочем, влияние массы тела на ощущение жизненного благополучия зависит от представлений о нормальном весе. В США небогатые представители национальных меньшинств гораздо меньше переживают по поводу массы своего тела, чем богатые белые американцы. Ожирение связано с ухудшением психического здоровья – полные люди гораздо чаще страдают от депрессии.

Счастливый крестьянин и несчастный богач

Люди, стремящиеся многого достичь в жизни, в целом бывают несчастнее всех остальных. Когда человек, ориентированный на жизненный успех, поднимается на ступеньку выше, ему начинает казаться, что это его достижение слишком непрочное. В странах с быстрорастущей экономикой жители гораздо чаще чувствуют себя несчастными – особенно на ранних этапах экономического роста. В Китае сельские жители, переехавшие в мегаполисы, бывают неудовлетворены своей жизнью даже несмотря на то, что их материальный достаток значительно вырос, поскольку они сравнивают себя не с крестьянами, оставшимися в родной деревне, а с другими городскими жителями.

Счастье в трудные времена

Статистика пока не имеет данных о том, как финансовый кризис 2008-2009 годов отразился на удовлетворенности людей своей жизнью. Тем не менее можно допустить, что экономическая нестабильность сделала их менее счастливыми. Во времена экономических кризисов в России и Аргентине в конце 1990-х – начале 2000-х годов средние показатели удовлетворенности жизнью упали на 8,7 процента в России и на 10,7 процента в Аргентине. Рост неудовлетворенности жизнью приводит к ухудшению здоровья и карьерных перспектив, ослаблению поддержки демократии и свободного рынка, к утрате надежд на будущее. Впрочем, исследования показывают, что как только кризис отступает, удовлетворенность возвращается на исходный уровень. Сегодня русские и аргентинцы чувствуют себя не хуже, чем они чувствовали перед экономическим спадом.

Счастье и демократия

Жители демократических стран в среднем удовлетворены жизнью больше, чем те, кто живет не при демократии. Участие в демократических выборах, судя по всему, способно делать человека счастливым. В Швейцарии право голоса имеют только швейцарцы, хотя на референдумы могут

выносятся вопросы, касающиеся и неграждан Швейцарии. Благодаря этому обстоятельству ученые выяснили, что голосование позитивно отражается на швейцарцах. Аналогичным образом люди в условиях свободного рынка более удовлетворены жизнью, а удовлетворенный жизнью человек с большей вероятностью выступает за свободный рынок. Впрочем, люди, живущие в странах с высоким уровнем преступности, привыкают к повсеместной несправедливости и перестают воспринимать ее как фактор, сильно ухудшающий жизнь.

Счастье как государственная политика

Если счастье людей во всем мире зависит от одних и тех же факторов, то что это означает для общественной политики? Показатели счастья могут стать такими же индикаторами уровня человеческого развития, какими выступают показатели ВВП в экономике. Правительства Великобритании и Франции изучают возможность регулярного анализа “показателей благоденствия” для корректировки внутренней политики. Власти Бутана уже рассчитывают “национальный индекс счастья” в качестве альтернативы показателю ВВП. Сама идея использовать “индекс счастья” для определения национальной политики сталкивается с тремя главными препятствиями.

1. Способность людей к быстрой адаптации может привести к искажениям при расчете индекса. Если люди привыкли каждый день встречаться с коррупцией и преступностью, то у них вряд ли возникнет большое желание бороться с этими проблемами.
2. Правительство должно решить, как ему реагировать на парадокс “счастливого крестьянина” – должно ли оно сообщать довольным жизнью беднякам о том, в какой нищете они живут, повышать доходы этих бедняков, пока они не станут чувствовать себя несчастными, или просто оставить их в покое?
3. При изучении удовлетворенности жизнью невозможно выделить качественные степени этой удовлетворенности. Поэтому как определить, что важнее – делать счастливых людей еще счастливее или делать счастливыми несчастных?

“Материально обеспеченные люди счастливее – или счастливые люди легче зарабатывают деньги?”

Поскольку большинство исследований свидетельствуют, что чем счастливее человек, тем лучше у него обстоят дела со здоровьем, работой и взаимоотношениями с другими, наилучшей политической стратегией, по-видимому, будет устранение или минимизация факторов, делающих людей несчастными.

Об авторе

Кэрл Грэм – старший научный сотрудник Брукингского института (США), профессор Университета штата Мэриленд. Бывший советник Международного валютного фонда.
