
Felicità, spalanca le tue porte...

Autore: Javier Rubio

Fonte: Città Nuova

Esce l'annuale rapporto Onu su uno dei sentimenti più "volatili" che esistano. Si può discutere sulla classifica, ma in ogni caso il calcolo di un tale tasso stimola i neuroni e invita a pensare sul nostro vivere in società.

Finlandia, Danimarca, Norvegia, Islanda, Olanda, Svizzera, Svezia, Nuova Zelanda, Canada, Austria. Ecco i dieci Paesi più felici al mondo, con un punteggio tra 7,2 e 7,7 su 10. Nell'elenco troviamo ancora tra i primi cinquanta posti altri sedici Paesi europei (**Italia al 36°**) con un punteggio tra 6 e 7,2. Cioè, tra Finlandia al primo posto ed Ecuador al posto 50 c'è solo una differenza di 1,74 punti, e la distanza con l'ultimo, Sudan del Sud, arriva ai 4,91 punti. Dei 156 Paesi inclusi nel rapporto, 58 dovremmo considerarli "infelici" perché non raggiungono il livello dei 5 punti. In questa fascia di "infelicità" troviamo pure qualche pezzo dell'Europa allargata: Albania, Armenia, Georgia, Ucraina. **Il Rapporto mondiale sulla felicità (World Happiness Report) è pubblicato ogni anno dall'Onu** intorno al 20 marzo, proclamata "giornata mondiale della felicità". Nell'elaborazione vi partecipano diverse fondazioni e centri di ricerca, e dal 2012, data della prima pubblicazione, i Paesi nordici gareggiano tra di loro per il primo posto. **I fattori sui quali si basa il rapporto sono in parte oggettivi, come il Pil pro capite, la speranza di vita o gli aiuti sociali, e in parte soggettivi, come la percezione che gli intervistati hanno della generosità, la libertà e la corruzione.** Nel caso della **felicità finlandese**, ha avuto un grande peso **la qualità dell'educazione** (la miglior educazione primaria secondo il Forum economico mondiale) e **la speranza di vita di 82 anni**. E poi è il terzo Paese al mondo con **miglior qualità dell'aria e quello con più boschi in Europa**. Nonostante questa lodevole distinzione, ci sono voci critiche pure tra gli stessi finlandesi. Il professore **Markku Ojanen**, già titolare di una cattedra di Psicologia e specializzato in felicità e benessere, pur riconoscendo che i Paesi nordici «hanno livelli molto alti di democrazia, uguaglianza, ricchezza e educazione, **credo che non siamo così felici come dice il rapporto**». Aggiunge poi che **in America Latina la gente è ad esempio molto più felice**. Forse perché, come afferma lo psicologo colombiano **Andrés Aljure**, «**la felicità non è uguale a un'emozione piacevole**. Si può essere felici nell'assenza circostanziata di essa, e anche nella presenza di emozioni piacevoli si può essere infelici». **Ma si può misurare la felicità?** Tanti studiosi sono impegnati in questi studi, da diversi punti di vista. In Italia, ad esempio, uno studioso come **Vittorio Pelligra**, dell'università di Cagliari, ha dimostrato la complessità dell'elaborazione di un tale indice. **La Finlandia, ad esempio, è uno dei Paesi europei col più alto tasso di suicidi...** Su un altro fronte, uno studio fatto dalla **britannica Resolution foundation** arriva alla conclusione che **la felicità è più sentita nell'adolescenza**, ai 17 anni, e **nella vecchiaia**, a partire dai 70 anni. Cioè, descrivendo un percorso a forma di U, il senso di **felicità scende fino ai 50 anni per poi risalire di nuovo**. La spiegazione a questo fenomeno, avanzata già nel 2014 da **Hannes Schwandt**, dell'Università di Princeton, sta nel fatto che **ai 17 anni sopravvalutiamo la soddisfazione futura** perché abbiamo aspettative molto alte e non realistiche sulla vita. Poi, col passare del tempo, ci accorgiamo che la vita non è il "letto di rose" che avevamo immaginato. Invece, **l'aumento della soddisfazione verso la fine della vita avviene perché normalmente pensiamo che la vecchiaia sia peggiore di quanto è in realtà**. D'altra parte, sembra che dopo aver vissuto tanti fallimenti, umiliazioni e frustrazioni finalmente s'impari a non aspettarsi molto della vita, e dunque non si sente tanta insoddisfazione.