

## 8. Benessere soggettivo<sup>1</sup>

Nell'ultimo anno migliora il Benessere soggettivo: fra le persone di 14 anni e più aumenta la quota di quanti esprimono un alto grado di soddisfazione per la propria vita, si innalza quella di individui ottimisti e diminuisce quella relativa a un atteggiamento pessimista. Non si evidenziano invece variazioni significative nella soddisfazione per il tempo libero, dopo il calo registrato nel 2017 (Tavola 1).

**Tavola 1. Indicatori del dominio Benessere soggettivo: valore ultimo anno disponibile. Variazione rispetto all'anno precedente e al 2010**

INDICATORE	Valore ultimo anno disponibile	Variazione % (rispetto all'anno precedente)	Variazione % (rispetto al 2010)
1. Soddifazione per la propria vita (2018)	41,4		
2. Soddifazione per il tempo libero (2018)	66,2		
3. Giudizio positivo sulle prospettive future * (2018)	29,0		
4. Giudizio negativo sulle prospettive future * (2018)	13,4		

— Confronto non disponibile     Miglioramento     Stabilità     Peggioramento

(a) Dato 2010 non disponibile, variazione basata sul 2012

Nota: Se la variazione relativa tra i due anni supera l'1% è considerata positiva (colore verde), se è inferiore a -1% è considerata negativa (colore rosso). Nell'intervallo -1 e +1% la variazione è considerata stabile (colore grigio).

L'analisi per regione mostra alcune differenze: il giudizio positivo sulle aspettative future e la soddisfazione per il tempo libero sono gli indicatori più omogenei nel territorio, mentre si registra una maggiore variabilità per i livelli di soddisfazione per la vita e, in misura minore, per i giudizi negativi sulle prospettive future (Figura 1).

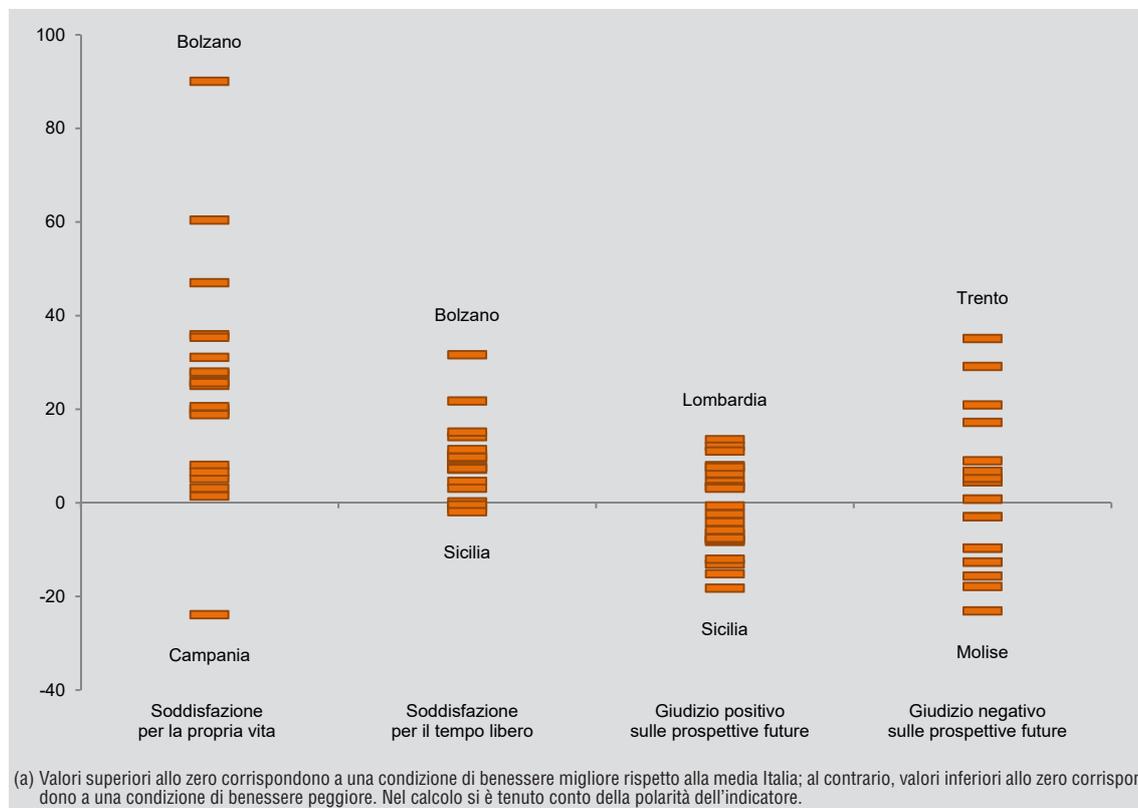
In particolare, nella provincia autonoma di Bolzano la percentuale di individui di 14 anni e più che assegnano punteggi elevati di soddisfazione è la più alta: il 61,1% in più rispetto alla media italiana per quanto riguarda la propria vita in generale e il 22,7% in più con riferimento al tempo libero.

I giudizi sulle prospettive future risultano più positivi della media italiana nella provincia autonoma di Trento, dove la quota di persone che ritengono che la propria situazione peggiorerà nei prossimi 5 anni è del 35,1% inferiore rispetto all'Italia, e in Lombardia, dove si registra la più alta quota di persone che ritiene che questa migliorerà. In Molise e in Sicilia risiedono i più pessimisti (-23,1% e -18,3%).

Sebbene il gradiente territoriale a sfavore del Mezzogiorno sembri consolidato rispetto alla soddisfazione per la vita, il quadro risulta più variegato se si analizzano le valutazioni sulle prospettive future: la popolazione appare meno ottimista rispetto al resto del Paese in Sicilia, come già accennato, ma anche in Liguria, Piemonte e Umbria.

<sup>1</sup> Questo capitolo è stato curato da Rita De Carli. Hanno collaborato Daniela Lo Castro e Silvia Montecolle.

Figura 1. Variazione percentuale degli indicatori del dominio Benessere soggettivo rispetto al valore Italia per regione. Ultimo anno disponibile (a)



## Il confronto internazionale

Per questa edizione del Rapporto è stato possibile utilizzare i dati sulla soddisfazione per la vita raccolti nel modulo *ad hoc* dell'indagine Eu-Silc del 2018<sup>2</sup> sugli individui di 16 anni e più. Circa un quarto della popolazione europea (24,7%) attribuisce un punteggio di soddisfazione per la vita estremamente elevato (voto 9 o 10 su una scala da 0 a 10)<sup>3</sup>.

La distribuzione per paese presenta forti eterogeneità, con più di 2 individui su 5 che si definiscono molto o del tutto soddisfatti per la propria vita in Danimarca (41,3%) e in Finlandia (41,1%) e circa 1 individuo su 10 in Bulgaria (9,5%) (Figura 2).

L'Italia (18%) si posiziona a un livello inferiore alla media europea, in linea con i risultati registrati in Francia (18,3%) e Portogallo (18,6%).

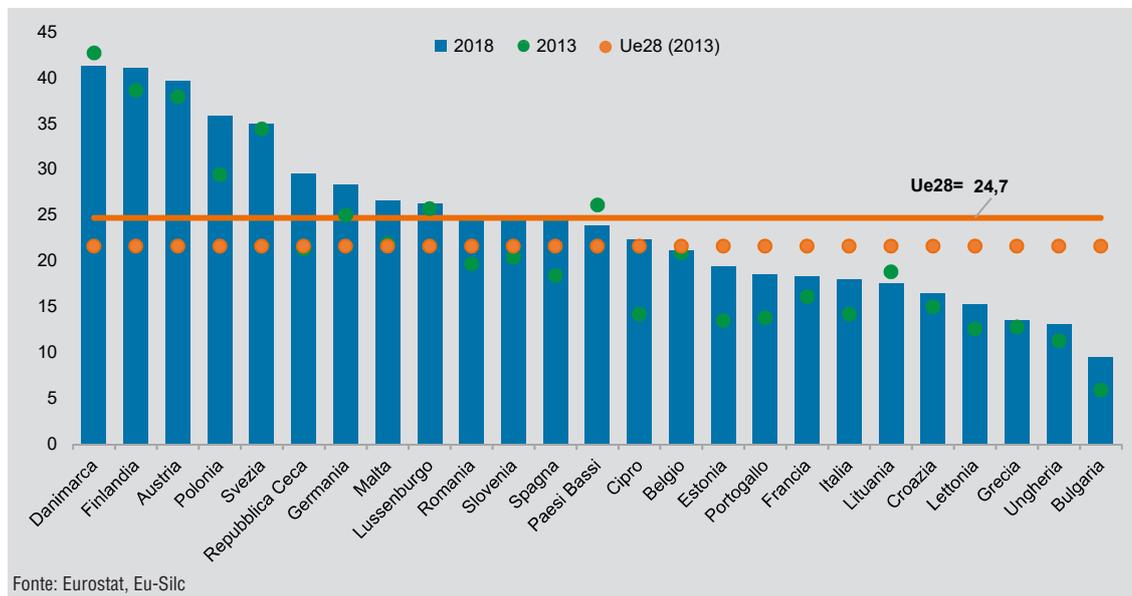
Nel modulo *ad hoc* della rilevazione Eu-silc è stato chiesto agli intervistati di fornire anche un giudizio su alcuni aspetti specifici della propria vita, come ad esempio la frequenza con la quale si siano sentiti felici nelle ultime 4 settimane precedenti l'intervista.

<sup>2</sup> Modulo europeo *ad hoc* su *Material deprivation, well-being and housing difficulties*.

<sup>3</sup> A differenza di quanto avviene per l'indagine Aspetti della vita quotidiana (Avq), la cui popolazione di riferimento è costituita dagli individui di 14 anni e più, i dati dell'indagine Eu-Silc elaborati da Eurostat si riferiscono alla popolazione di 16 anni e più. Inoltre, la quota dei molto soddisfatti diffusa da Eurostat è quella che riferisce punteggi di soddisfazione molto elevati (voto 9-10), mentre per l'indicatore Bes di fonte Avq si utilizza un intervallo più ampio (8-10).

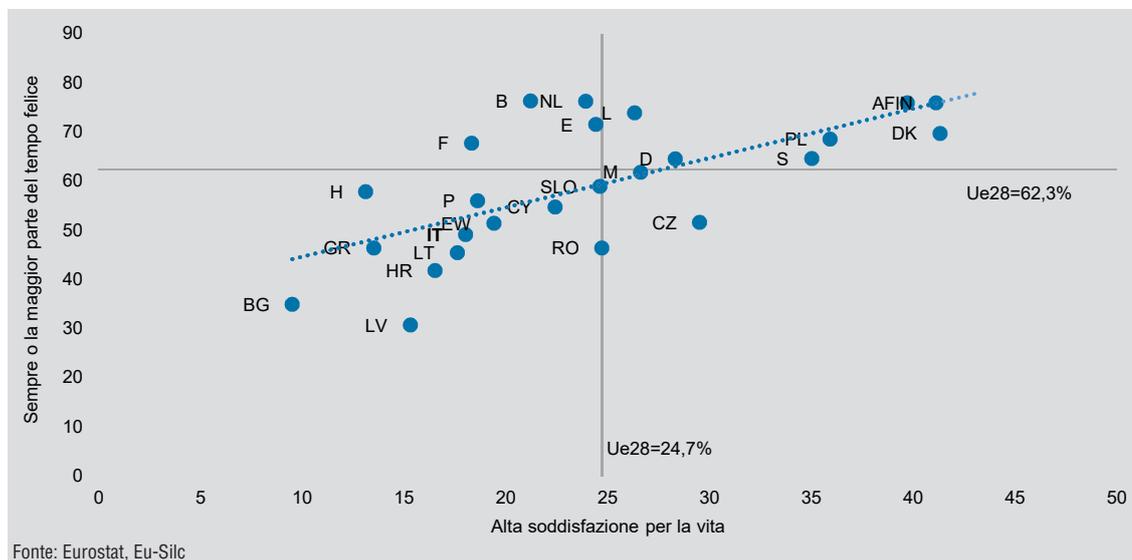
## 8. Benessere soggettivo

**Figura 2. Individui che esprimono un punteggio molto elevato (9-10) di soddisfazione per la vita nei paesi Ue28. Anni 2013 e 2018. Per 100 persone di 16 anni e più**



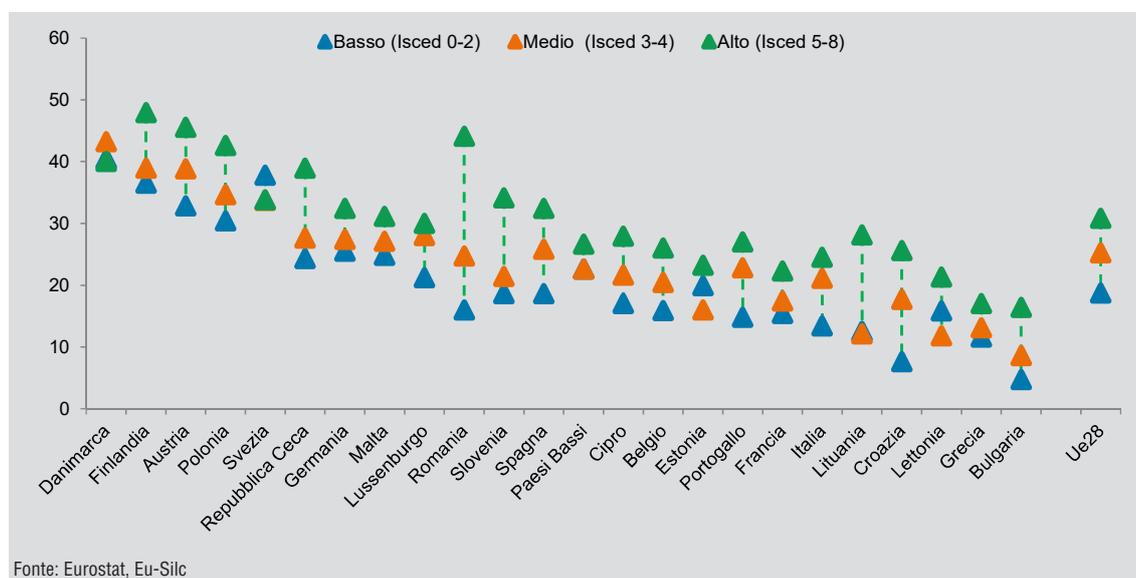
In Europa la maggior parte delle persone ritiene di esser stata sempre o quasi sempre felice nel periodo di riferimento (62,3%), con una relazione di tipo lineare tra questo indicatore e quello di soddisfazione per la vita (Figura 3). L'analisi congiunta dei due indicatori lascia intravedere alcune differenze tra gruppi di paesi: l'Italia (18% e 49,1% rispettivamente per soddisfazione e felicità) si colloca nel quadrante in basso a sinistra della rappresentazione cartesiana, con entrambi gli indicatori al di sotto della media europea (pari a 24,7% e 62,3%). Un numero limitato di paesi presenta valori significativamente superiori alla media per entrambi gli indicatori: Finlandia (41,1% e 75,9%), Austria (39,7% e 75,9%) e Danimarca (41,3% e 69,7%). Un numero più ampio di paesi mostra valori inferiori alla media, tra cui Bulgaria

**Figura 3. Persone di 16 anni e più che esprimono un punteggio molto elevato (9-10) di soddisfazione per la vita e che riferiscono di sentirsi felici la maggior parte del tempo, nei paesi Ue28. Anno 2018. Per 100 persone di 16 anni e più**



(9,5% e 34,9%), Lettonia (15,3% e 30,7%) e Grecia (13,5% e 46,4%). In alcuni paesi i due indicatori appaiono meno concordi rispetto alla media, come in Francia (18,3% e 67,7%), in Belgio (21,2% e 76,3%) e nei Paesi Bassi (23,9% e 76,2%) dove a quote meno elevate di soddisfazione per la vita corrispondono quote più elevate di persone che riferiscono di sentirsi felici la maggior parte del tempo. Nella Repubblica Ceca la quota di soddisfatti per la vita superiore alla media si associa a valori inferiori dell'indicatore di felicità (29,5% e 51,6%). L'andamento della quota di quanti si dichiarano molto soddisfatti della propria vita appare evidentemente legata al livello di istruzione. Considerando il totale Ue28 chi possiede un alto titolo di studio è significativamente più soddisfatto della propria vita rispetto a coloro che hanno un basso titolo di studio (rispettivamente 30,8% e 18,7%) (Figura 4). Questo divario è particolarmente elevato in Romania (44,1% tra i più istruiti contro il 16% tra i meno istruiti) e in Croazia (25,6% contro il 7,6%). Il divario rispetto al titolo di studio risulta invece estremamente ridotto nei paesi del nord Europa (ad esempio, in Estonia e nei Paesi Bassi) o addirittura invertito, come si osserva in Svezia (33,8% contro il 37,8%). In questo quadro l'Italia, con un gap di 11,1 punti nei valori dell'indicatore (24,5% vs 13,4%), si colloca su un livello prossimo alla media europea e un profilo simile a quello di Portogallo (27% vs 14,8%).

**Figura 4. Persone di 16 anni e più che esprimono un punteggio molto elevato (9-10) di soddisfazione per la vita, per titolo di studio nei paesi Ue28. Anno 2018. Per 100 persone di 16 anni e più**



## I dati nazionali

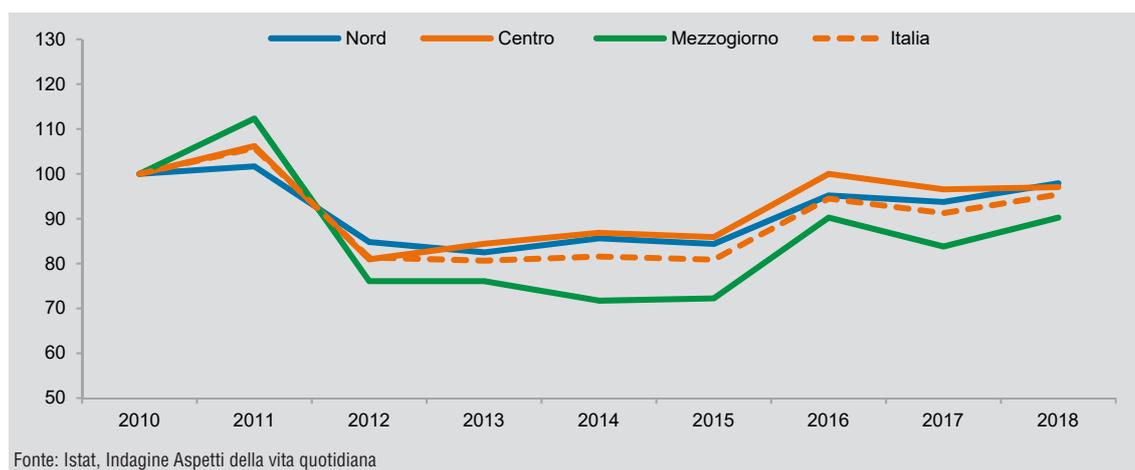
### Migliora la soddisfazione per la vita e per il tempo libero

Secondo i dati dell'indagine Aspetti della vita quotidiana, nel 2018 il 41,4% delle persone di 14 anni e più si dichiara molto soddisfatto (8-10) per la propria vita (era 39,6% nel 2017). Sebbene in aumento, il livello raggiunto è ancora inferiore a quello del 2010 (43,4%). Sostanzialmente stabile rispetto al 2017 la quota di coloro che esprimono soddisfazione per il tempo libero (66,2%), un livello che si conferma superiore a quello del 2010 (+1,8 punti percentuali) ma con variazioni piuttosto contenute nell'arco di tempo considerato.

## 8. Benessere soggettivo

Nell'ultimo anno il miglioramento per la soddisfazione per la vita ha interessato tutte le macro aree del Paese seppure con intensità diverse, più contenute al Centro (Figura 5).

**Figura 5. Andamento degli indicatori di soddisfazione per la vita (numero indice base 2010=100). Anni 2010-2018. Persone di 14 anni e più**

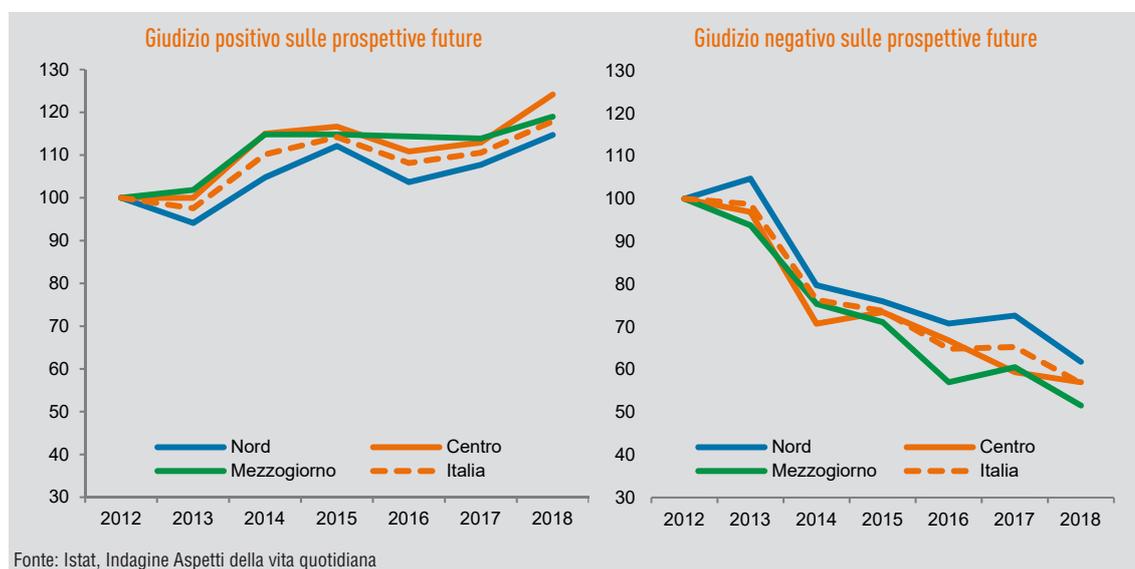


### Migliorano le aspettative per il proprio futuro

Prosegue la crescita di quanti ritengono che la loro situazione personale migliorerà nei prossimi 5 anni. Nel 2018 l'indicatore si attesta al 29%, in aumento di 1,8 punti percentuali rispetto al 2017 e con una variazione particolarmente positiva nel Centro (Figura 6).

Questo fenomeno si accompagna alla progressiva riduzione di quanti ritengono che la loro situazione personale peggiorerà nei prossimi 5 anni, pari al 13,4% nel 2018 (era 15,4% nel 2017) inferiore rispetto al 2012, quando le aspettative per il futuro si attestavano su valori decisamente più pessimistici (23,6%).

**Figura 6. Andamento degli indicatori di giudizio per le prospettive future (numero indice base 2012=100). Anni 2012-2018. Persone di 14 anni e più**



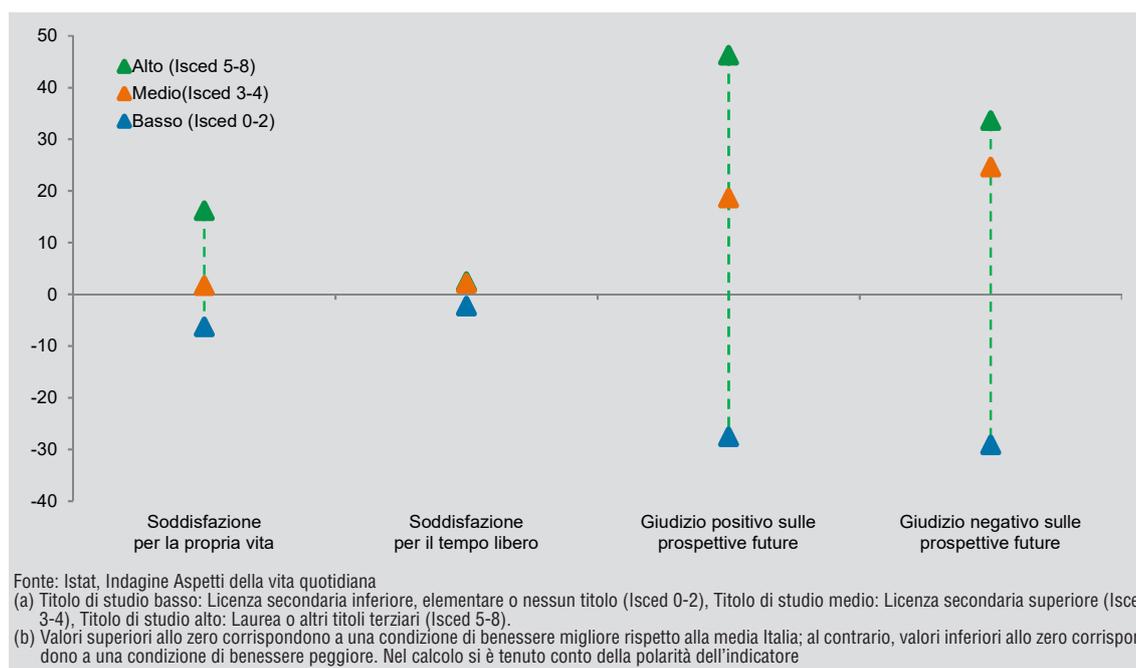
## Aspettative migliori per i più istruiti

Il titolo di studio influenza significativamente sia la soddisfazione per la propria vita sia, con più forte intensità, i giudizi sulle prospettive future. Nel 2018 l'indicatore di soddisfazione per la vita è del 16,2% più alto per gli individui con un livello di istruzione elevato rispetto al valore per l'Italia (Figura 7).

Chi possiede un alto titolo di studio esprime un giudizio positivo sulle prospettive rispetto alla propria condizione nei cinque anni successivi all'intervista con una frequenza di oltre un terzo più elevata rispetto a quella registrata sul complesso della popolazione di riferimento, mentre chi possiede un basso livello di istruzione esprime aspettative positive con una frequenza decisamente inferiore (-27,6%). Analogamente, la percentuale di quanti esprimono un giudizio negativo sulle prospettive future risulta sensibilmente più elevata tra chi è in possesso di un titolo di studio basso (17,3%) piuttosto che elevato (8,9%).

Non si evidenziano variazioni significative dell'indicatore di soddisfazione per il tempo libero in relazione al titolo di studio.

Figura 7. Variazione percentuale degli indicatori del dominio Benessere soggettivo rispetto al valore Italia per titolo di studio. Ultimo anno disponibile (a) (b)



## La soddisfazione per il tempo libero segue il ciclo di vita

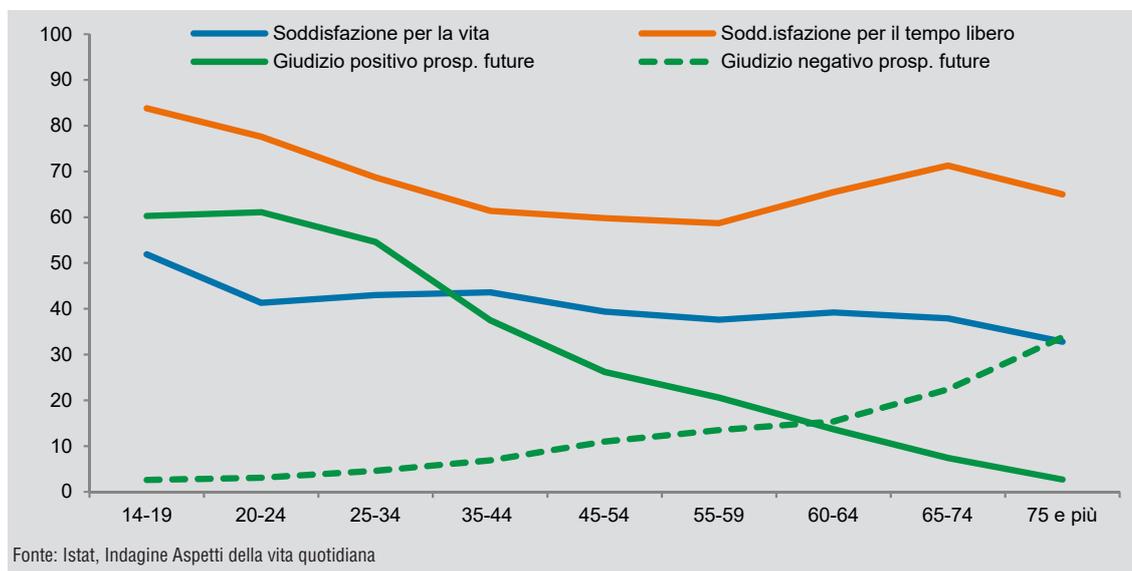
La soddisfazione per il tempo libero è massima in età adolescenziale (83,8% di molto o abbastanza soddisfatti tra i giovani di 14-19 anni), diminuisce via via al crescere dell'età e raggiunge il suo minimo tra i 55 e i 59 anni (58,7%), per poi risalire di 6,8 punti tra i 60 e i 64 anni, e tornare nuovamente a decrescere dopo i 75 anni. L'indicatore di soddisfazione per la vita presenta delle oscillazioni per età molto contenute nella fascia 25-74 anni, per poi decrescere in maniera più decisiva.

La frequenza di chi esprime giudizi positivi sulle prospettive per il proprio futuro scende costantemente dai 20 anni in poi. In particolare, dai 60 anni i valori di queste frequenze

risultano inferiori a quelle sui giudizi negativi. Nel complesso il quadro per età di questi indicatori non è immediatamente sovrapponibile a quello per la soddisfazione per la vita, indicando un generale orientamento negativo per le prospettive future che deteriora con l'avanzare dell'età (Figura 8).

Il miglioramento osservato per le prospettive future rispetto al 2012 è particolarmente accentuato per i più giovani, in particolare per la quota di pessimisti, che cala di oltre il 70% tra le persone di 20-24 anni. Miglioramenti rilevanti si osservano anche tra le persone più mature (l'indicatore si dimezza rispetto al 2012 per le persone di 45-64 anni).

**Figura 8. Indicatori del dominio Benessere soggettivo per classe di età. Anno 2018. Per 100 persone di 14 anni e più della stessa classe di età**



### Più elevato il benessere soggettivo tra gli uomini

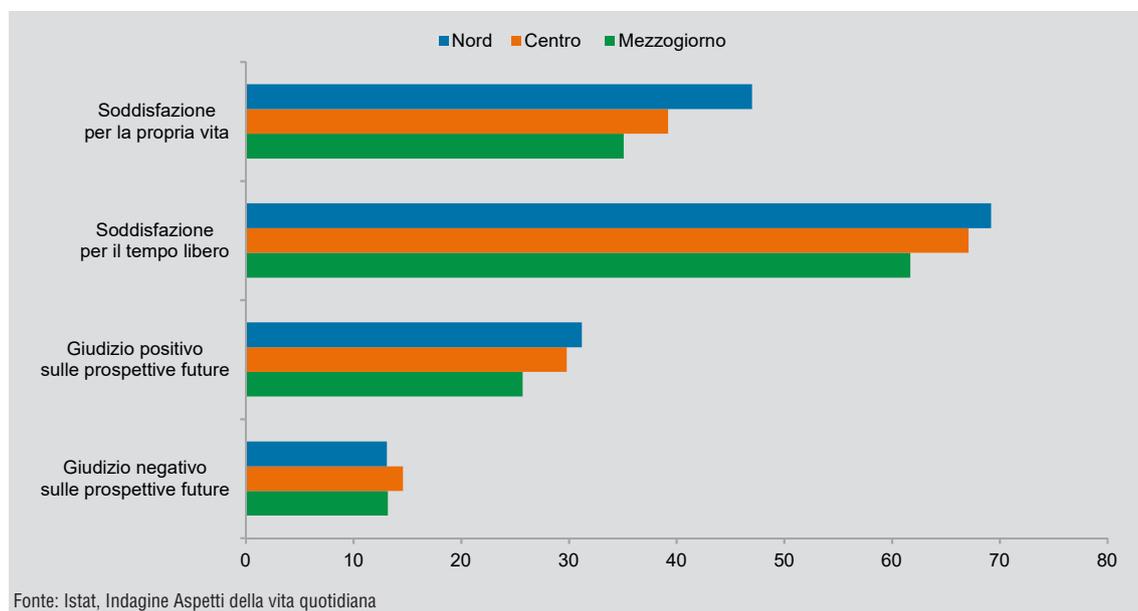
Gli uomini confermano valutazioni più positive in tutti gli indicatori del dominio. In media, la frequenza con cui gli uomini di 14 anni e più dichiarano punteggi elevati di soddisfazione per la vita risulta più alta di 2,7 punti rispetto a quanto rilevato tra le donne. Questa distanza si fa ancora più ampia se si considera la frequenza di soddisfazione per il tempo libero (+3,4 punti) o con cui si esprimono giudizi positivi sul futuro (+3,8). Anche rispetto alla frequenza con cui vengono espressi giudizi negativi, gli uomini mostrano livelli più bassi rispetto alle donne (12,8% vs 14%).

Il quadro delle differenze di genere cambia tuttavia lievemente se si considera l'andamento per età degli indicatori. Tra i 20 e i 34 anni sono le donne a mostrarsi più soddisfatte del proprio tempo libero rispetto agli uomini. In età adulta, dopo i 35 anni, sono sempre le donne a esprimere più frequentemente giudizi positivi per la vita, con un vantaggio di almeno 1 punto rispetto agli uomini, e a mostrarsi meno pessimiste rispetto al futuro, mentre a partire dai 60 anni i giudizi negativi sulle prospettive future prevalgono su quelli positivi in entrambi i sessi.

### Al Nord livelli più elevati di benessere soggettivo

Le regioni del Nord si collocano su livelli più elevati della graduatoria rispetto a quasi tutti gli indicatori del dominio (Figura 9). Le differenze territoriali si fanno più accentuate soprattutto con riferimento alla soddisfazione per la vita, dove lo svantaggio del Mezzogiorno è più evidente (-11,9 punti percentuali nel Mezzogiorno rispetto al Nord). Seguono i divari nella soddisfazione per il tempo libero (-7,5 punti percentuali) e nei giudizi sul futuro, per i quali si registra un differenziale territoriale di -5,5 punti percentuali fra coloro che si dichiarano più ottimisti. Si osserva, infine, una sostanziale omogeneità nella quota di pessimisti.

**Figura 9. Indicatori del dominio Benessere soggettivo per ripartizione. Anno 2018. Per 100 persone di 14 anni e più della stessa ripartizione geografica**



### LE DIMENSIONI DEL BENESSERE SOGGETTIVO

Tra le dimensioni individuate per misurare il benessere, quelle relative alla stima degli indicatori soggettivi hanno da sempre costituito la sfida maggiore, dovendo fare i conti con le difficoltà connesse alla quantificazione di concetti di difficile misurazione. Gli sforzi approntati fin qui nel dibattito teorico hanno portato a una convergenza di posizioni circa la possibilità di definire il Benessere soggettivo come “gli stati mentali favorevoli, che includono tutte le diverse valutazioni, sia positive che negative, che le persone fanno della propria vita, e la risposta affettiva degli individui alla propria esperienza” (Oecd, 2013, Oecd Guidelines on Measuring Subjective Well-being, Oecd Publishing). Questa definizione teorica è stata quindi ricondotta in termini più operativi all’assetto cognitivo (soddisfazione per la vita) ed emotivo (bilanciamento degli affetti) che ciascun individuo esprime rispetto alla possibilità di poter realizzare i propri obiettivi (senso della vita).

L’inserimento nell’indagine europea sui redditi e le condizioni di vita (Eu-Silc) del 2018 di uno specifico modulo *ad hoc* sul benessere, ha consentito di indagare più nel dettaglio il fenomeno, fornendo spunti sull’andamento delle percezioni soggettive e oggettive di benessere al variare delle caratteristiche socio-demografiche della popolazione.

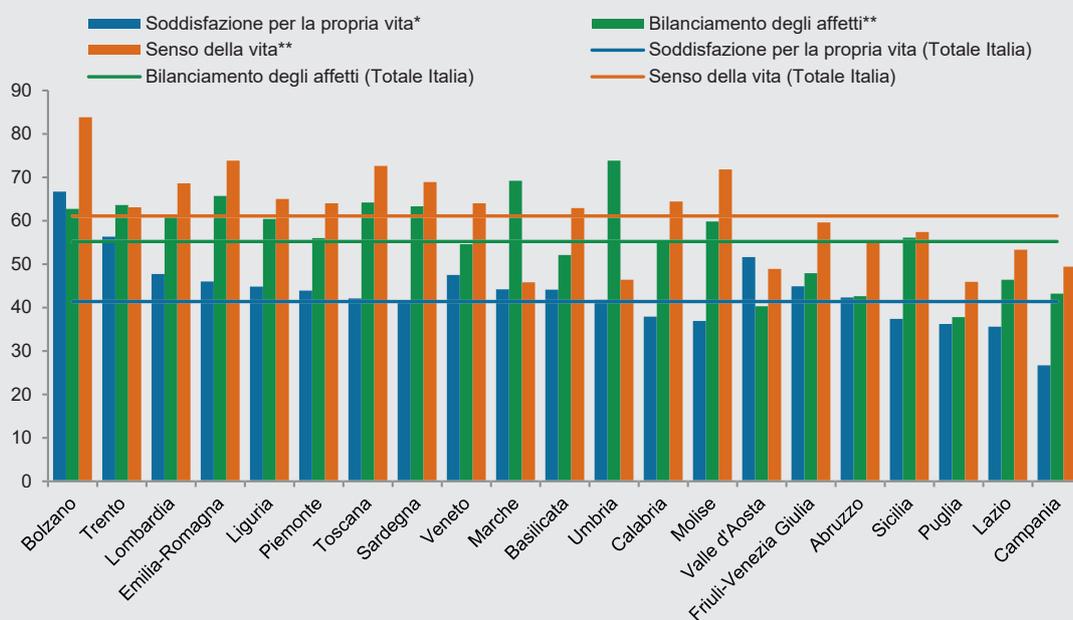
È stato possibile in questo modo integrare le informazioni acquisite dall’indicatore di soddisfazione per la vita, già monitorato dal Bes, con quelle delle altre due dimensioni indicate in letteratura. In particolare, l’indicatore di bilanciamento degli affetti è stato ottenuto come media della frequenza con cui i soggetti intervistati riferiscono di aver sperimentato nelle 4 settimane precedenti l’intervista disposizioni d’animo positive (essersi sentiti calmi e sereni; felici) meno la frequenza con cui riferiscono di aver sperimentato emozioni negative (essersi sentiti molto agitati; giù di morale; scoraggiati o depressi). Il risultato di questo bilanciamento ha portato a raggruppare i soggetti per i quali gli stati d’animo positivi venivano sperimentati con maggiore frequenza (sempre; quasi sempre; una parte del tempo) al netto di quanto riferito per gli stati d’animo negativi (una parte del tempo; quasi mai; mai), e a rapportarli al complesso della popolazione di riferimento.

Oltre a queste informazioni, dall’indagine Eu-Silc è stato possibile derivare l’indicatore di senso per la vita che è stato calcolato come percentuale di individui di 16 anni e più che assegnano un punteggio superiore o uguale a 8, su una scala da 0 a 10, in risposta alla domanda: “in quale misura ritiene che la sua vita attuale abbia un senso?”.

Elaborati secondo questo tipo di impostazione, i dati raccolti riferiscono di una sensibile differenza nei livelli assunti dalle due ulteriori dimensioni di benessere soggettivo, che risentono in maniera diseguale della struttura della popolazione di riferimento. In particolare, più della metà degli individui intervistati (55,2%) riferisce di aver sperimentato con maggiore frequenza stati d’animo positivi, mentre più di 3 individui su 5 (61,1%) attribuiscono un punteggio uguale o superiore a 8 al senso della propria vita. L’indicatore di bilanciamento degli affetti mostra punteggi sfavorevoli soprattutto per le donne (-5,5 punti rispetto agli uomini), mentre l’attribuzione di senso alla vita non varia sensibilmente in funzione del genere (62% negli uomini, 61% nelle donne). Le dimensioni del Benessere soggettivo sembrano risentire in maniera sfavorevole dell’avanzare dell’età: già a partire dai 45 anni l’indicatore di bilanciamento degli affetti si colloca al di sotto della media, mentre a partire dai 55 anni ciò accade rispetto al giudizio che ciascun individuo attribuisce al senso della propria esistenza.

Nel complesso, sono soprattutto le regioni del Nord a mostrare valori elevati su tutte e tre le dimensioni di Benessere soggettivo, assieme alla Toscana per il Centro e la Sardegna per il Mezzogiorno (Figura 1).

Figura 1. Soddisfazione per la propria vita, senso della vita e bilanciamento degli affetti nelle regioni italiane. Anno 2018. Per 100 persone di 16 anni e più



Fonte: Istat, Indagine Aspetti della vita quotidiana (\*); Eu-Silc (\*\*)

## Gli indicatori

- 1. Soddisfazione per la propria vita:** Percentuale di persone di 14 anni e più che hanno espresso un punteggio di soddisfazione per la vita tra 8 e 10 sul totale delle persone di 14 anni e più.  
Fonte: Istat, Indagine Aspetti della vita quotidiana.
- 2. Soddisfazione per il tempo libero:** Percentuale di persone di 14 anni e più che si dichiarano molto o abbastanza soddisfatte per il tempo libero sul totale delle persone di 14 anni e più.  
Fonte: Istat, Indagine Aspetti della vita quotidiana.
- 3. Giudizio positivo sulle prospettive future:** Percentuale di persone di 14 anni e più che ritengono che la loro situazione personale migliorerà nei prossimi 5 anni sul totale delle persone di 14 anni e più.  
Fonte: Istat, Indagine Aspetti della vita quotidiana.
- 4. Giudizio negativo sulle prospettive future:** Percentuale di persone di 14 anni e più che ritiene che la propria situazione personale peggiorerà nei prossimi 5 anni sul totale delle persone di 14 anni e più.  
Fonte: Istat, Indagine Aspetti della vita quotidiana.

## Indicatori per regione e ripartizione geografica

REGIONI RIPARTIZIONI GEOGRAFICHE	Soddisfazione per la propria vita (a)	Soddisfazione per il tempo libero (a)
	2018	2018
Piemonte	43,9	67,6
Valle d' Aosta/Vallée d' Aoste	51,6	67,7
Liguria	44,8	70,4
Lombardia	47,7	71,0
Trentino-Alto Adige/Südtirol	61,4	78,1
<i>Bolzano/Bozen</i>	<i>66,7</i>	<i>81,2</i>
<i>Trento</i>	<i>56,3</i>	<i>75,1</i>
Veneto	47,5	66,1
Friuli-Venezia Giulia	44,9	67,2
Emilia-Romagna	46,0	68,1
Toscana	42,1	67,7
Umbria	41,8	66,3
Marche	44,2	68,7
Lazio	35,6	66,5
Abruzzo	42,3	66,3
Molise	36,9	66,2
Campania	26,7	60,9
Puglia	36,2	61,8
Basilicata	44,1	64,5
Calabria	37,9	61,4
Sicilia	37,4	60,5
Sardegna	41,7	63,6
Nord	47,0	69,2
Centro	39,2	67,1
Mezzogiorno	35,1	61,7
<b>Italia</b>	<b>41,4</b>	<b>66,2</b>

(a) Per 100 persone di 14 anni e più.

## 8. Benessere soggettivo

Giudizio positivo sulle prospettive future (a)	Giudizio negativo sulle prospettive future (a)
<b>2018</b>	<b>2018</b>
27,1	14,7
30,3	13,3
27,3	15,5
32,9	12,8
29,0	9,1
26,6	9,5
31,3	8,7
32,5	12,8
30,0	13,3
32,2	12,7
30,8	13,8
26,7	15,1
28,8	14,7
29,9	15,1
26,8	13,8
25,2	16,5
24,6	12,2
25,5	12,7
27,8	10,6
28,3	11,1
23,7	15,8
31,2	12,5
31,2	13,1
29,8	14,6
25,7	13,2
<b>29,0</b>	<b>13,4</b>

