

Szczęście po duńsku

W międzynarodowych rankingach szczęścia Duńczycy plasują się zwykle na najwyższych pozycjach. Jakie są powody takiego stanu rzeczy w Danii? Instytut Badawczy Szczęścia w Kopenhadze podjął próbę odpowiedzi na to pytanie w raporcie „*The happy Danes: Exploring the reasons behind the high levels of happiness in Denmark*” (2014). Think-tank przeprowadził szeroką analizę tego zagadnienia - zapytano 10 000 Duńczyków o ich szczęście, przeprowadzono w tym zakresie wywiady z ekspertami oraz wykorzystano wyniki badań prezentowanych na łamach literatury akademickiej i dane statystyczne w obszarze dobrostanu.

Definicja szczęścia

Instytut Badawczy Szczęścia wprowadził rozróżnienie pomiędzy krótkotrwałym i długotrwałym szczęściem. Krótkotrwałe szczęście to stan, jakiego doświadczamy w wyjątkowych sytuacjach – jest on uwarunkowany pozytywnymi emocjami. Długotrwałe szczęście to głębsze uczucie, fundamentalna satysfakcja z życia – nie podlega ona zmianom uwarunkowanym zmiennymi nastrojami. W raporcie poddano analizie drugą formę szczęścia, biorąc w szczególności pod uwagę osiem poniższych kryteriów .

Przyczyny szczęścia Duńczyków

ZAUFANIE

Wysoki poziom zaufania jest bardzo istotnym czynnikiem warunkującym duńskie szczęście. ¾ Duńczyków deklaruje obdarzanie zaufaniem większości ludzi. W innym państwach jedynie ¼ osób podziela takie stanowisko. Duńczycy ufają sobie – nie ograniczając się jedynie do członków rodzin i przyjaciół. Tak otwarte podejście do innych (nawet obcych) ludzi czyni ich życie prostszym i szczęśliwszym.

Dania zajmuje pierwsze miejsce w obszarze zaufania w rankingu European Social Survey (2010).

BEZPIECZEŃSTWO

Duńskie państwo dobrobytu gwarantuje wysoki poziom bezpieczeństwa. W praktyce bezpieczeństwo realizowane jest w wielu wymiarach – bezpieczeństwa fizycznego oraz socjalnego związanego z wystąpieniem poszczególnych ryzyk socjalnych (choroby, starości czy bezrobocia). Gwarancja wysokiego poziomu bezpieczeństwa w porównaniu z innymi państwami (np. USA) jest w Danii szczególnie widoczna w grupach społecznych otrzymujących najniższe dochody. Proporcja bardzo nieszczęśliwych osób wśród tej grupy jest stosunkowo mała w Danii.

DOBROBYT

Kolejnym czynnikiem warunkującym szczęście Duńczyków jest wysoki poziom duńskiego dobrobytu. Według autorów raportu brak pieniędzy ma istotny wpływ na uczucie braku szczęścia. Wśród 40 badanych państw państwa bogate okazały się szczęśliwsze niż biedne. Co ważne, dobrobyt nie wyjaśnia przyczyny szczęśliwości w państwach, ale wyjaśnia uczucie szczęścia poszczególnych osób. Korelacja pomiędzy dobrostanem a szczęściem została udowodniona przez autorów European Social Survey.

WOLNOŚĆ

Duńska wolność przejawia się w wielu obszarach. Jej znaczenie podkreślane jest zarówno w regulacjach prawnych, jak i w praktycznych działaniach. Wolność jest jednym z podstawowych praw konstytucyjnych Danii. Zgodnie z jej założeniami nikt nie może być uwięziony ze względu

na wyznawane poglądy polityczne czy religijne. Kluczowym aspektem duńskiej wolności jest również możliwość organizowania się i zrzeszania w różnego rodzaju grupach, demonstrowania oraz propagowania swoich poglądów. Szerokie spektrum możliwości działania warunkuje dużą odpowiedzialność. Wolność to również możliwość korzystania w równym stopniu i na równych zasadach z wszelkich usług działań państwa dobrobytu. Duńczycy mogą korzystać z bardzo szerokiej oferty systemu edukacji, mogą swobodnie podróżować i myśleć w sposób otwarty i niekonwencjonalny. Autorzy raportu podkreślają również ciemną stronę szerokiej wolności, która oferując wiele opcji zwiększa ryzyko podejmowania złych wyborów.

Dania zajmuje szóste miejsce w rankingu wolności prasy i dziewiąte miejsce w rankingu wolności ekonomicznej (Index of Economic Freedom 2013 and Press Freedom Index 2013).

PRACA

Praca stanowi dużą i ważną część życia Duńczyków. Zapewnia możliwość kreowania relacji społecznych i możliwość korzystania z pozafinansowych korzyści. Duńskie miejsca pracy charakteryzują się dużą autonomią działania i wysoką jakością. Wysoka jakość pracy oferowanej pracownikom wpływa na ich lepsze samopoczucie. Najszczęśliwymi osobami są samozatrudnieni, na drugim miejscu plasują się pracownicy, a na ostatnim osoby bezrobotne. Bezrobocie przyczynia się do powstawania stresu, samotności i depresji. Utrata relacji społecznych, stałego harmonogramu dnia i poczucia „bycia potrzebnym” w wielu przypadkach prowadzi do nieszczęścia. Według European Social Survey 2010 7 z 10 Duńczyków chciałoby kontynuować swoją obecną pracę nawet w przypadku bycia niezależnym ekonomicznie. Dużą rolę w zakresie wysokiej jakości pracy odgrywa duża autonomia pracowników oraz zaufanie i partnerskie relacje występujące pomiędzy kadrą zarządzającą a jej podwładnymi. Pracownicy biorą aktywny udział w wielu procesach decyzyjnych firmy.

DEMOKRACJA

Demokracja charakteryzująca się wysokim poziomem politycznej partycypacji oraz lokalnego zarządzania wpływa na szczęście Duńczyków. Deklarują oni duże zaufanie i wiarę w rzetelność pracy wykonywanej przez państwowe instytucje oraz polityków i urzędników. Transparentność działań sektora publicznego wpływa na niski poziom korupcji w Danii. Innym ważnym czynnikiem determinującym wysoki poziom zadowolenia z duńskiej demokracji jest decentralizacja działań i sprawne lokalne zarządzanie. Możliwość rozwiązywania problemów jak najbliższej obywateli jest w opinii Duńczyków najefektywniejszym instrumentem zarządzania.

SPOŁECZEŃSTWO OBYWATELSKIE

Wielu Duńczyków angażuje się w pracę wolontariacką. Według danych Danica Pension's happiness survey relacje społeczne mają niezwykle istotny wpływ na samopoczucie obywateli. Duńczycy realizują się zarówno w nieformalnych, jak i formalnych strukturach. European Social Survey pokazuje, że 60% Europejczyków w 2010 roku wchodziło w interakcje społeczne z przyjaciółmi, znajomymi czy rodziną minimum raz w tygodniu. W Danii taką częstotliwość kontaktów zadeklarowało 78% respondentów.

RÓWNOWAGA

Równowaga pomiędzy pracą i czasem wolnym jest istotnym elementem funkcjonowania duńskiego rynku pracy. Duńskie miejsca pracy gwarantują dużą elastyczność działania pracownikom. Zgodnie ze Statistics Denmark, co czwarty pracownik ma wpływ na swoje godziny pracy. Dania zajmuje pierwsze miejsce w rankingu dziennego czasu wolnego „Leisure time per day” (16,06 h).

Dania w międzynarodowych rankingach szczęścia

Numer 1: World Happiness Report 2013

Numer 1: Eurobarometer 2012

Numer 1: European Social Survey 2008

Numer 2: World Database of Happiness (average 2000-2009)

Numer 5: OECD Your Better Life Index 2013

Wysoki poziom zaufania, dobrobytu, równowagi pomiędzy pracą i życiem prywatnym oraz duża wolność czynią większość Duńczyków szczęśliwymi. Wydaje się zatem, iż Dania może pod tym względem stanowić inspirację dla wielu innych państw i społeczeństw.