

UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI ROMA TRE

DIPARTIMENTO DI STUDI URBANI

DOTTORATO DI RICERCA IN POLITICHE TERRITORIALI E PROGETTO LOCALE – XIX CICLO

RACCOLTA DI TESTI SU ALCUNE PAROLE CHIAVE

Ottobre 2004

BENESSERE SOGGETTIVO

di Romina Peritore

INDICE

INTRODUZIONE

1. CORRELAZIONI TRA BENESSERE SOGGETTIVO E REDDITO

2. LE COMPONENTI OGGETTIVE E SOGGETTIVE DEL BENESSERE INDIVIDUALE

3. CONCLUSIONI

4. BIBLIOGRAFIA

1. INTRODUZIONE

Il concetto di “benessere (*well-being*)” è strettamente connesso con quello di “qualità della vita”¹ e può assumere vari significati a seconda del contesto in cui viene utilizzato, si parla infatti di benessere soggettivo, economico, psicologico, di benessere o salute sociale. La felicità e l’ottimismo sono anch’essi elementi fondamentali per la creazione e la definizione di benessere ed, in particolare, il benessere soggettivo è stato usato in maniera diffusa sia nel campo della psicologia sia della sociologia. Nel 1971 gli psicologi Brickman e Campbell², dopo aver fatto degli studi sulla felicità soggettiva e collettiva usando la teoria dell’adattamento, affermavano che i miglioramenti dei fattori oggettivi di vita come il reddito e la ricchezza non influenzavano e determinavano il benessere delle persone. In ambito sociologico si è data molta importanza alla valutazione delle condizioni di vita della popolazione, all’individuazione di *indicatori oggettivi* di tipo economico e sociale della qualità della vita e, negli anni settanta, sono comparsi *indicatori soggettivi* sulla *qualità della vita percepita* quali giudizi di felicità e soddisfazione.

Secondo Heady, B. & Wearing, A. (1991) il benessere soggettivo si riferisce al modo in cui le persone valutano la propria vita in rapporto alle proprie aspettative, all’insieme degli stati d’animo riconosciuti come positivi e come negativi, esso sarà alto se la componente affettiva ed emozionale che il soggetto sperimenta nella quotidianità e nei diversi ambienti prevale sul senso di rabbia, nervosismo, ecc³.

I fattori che influenzano il benessere soggettivo sono di natura interna e riguardano il temperamento e la personalità, ma anche di natura esterna e riguardano l’influenza esercitata dalle variabili socio ambientali, dalle condizioni di vita oggettive, dalla qualità della vita percepita, dalla salute, dalle amicizie, dalle relazioni affettive, dalla religione, dal lavoro, dal giudizio sociale.

¹ “Secondo Sartorius (1993) non vi è sempre unanimità nel definire la Qualità della Vita (QdV): alcuni pensano che essa sia un sinonimo della capacità di esercitare ruoli personali e sociali analoghi a quelli degli altri, qualcuno la valuta in base a indicatori oggettivi come la disponibilità di cibo, di casa, di lavoro o di diritti umani, per altri è solo la percezione del proprio benessere o, come egli sostiene, la percezione della propria posizione nella vita in relazione ai propri obiettivi e al proprio sistema di valori. Parole come “buona salute”, “benessere”, “soddisfazione” e “felicità”, egli dice, suonano spesso come sinonimi di QdV. Anche Glatzer (1991) ritiene che in senso ampio la QdV sia una costellazione individuale di componenti oggettive e soggettive del benessere (Welfare), mentre in senso stretto si debba porre maggior enfasi sulla percezione e valutazione della vita e sul benessere soggettivo generale (Wellbeing)” definizioni tratte dall’articolo: *Apprendere la “felicità” per migliorare la qualità della vita: una questione aperta* di Gian Franco Goldwurrn (ASIPSE-Milano) pubblicato sulla rivista “Psicoterapia Cognitiva e Comportamentale”, vol. 1, n. 3, 1995, UPSEL editore.

² Brickman, P. e Campbell, D.T. (1971), *Hedonic relativism and planning the good society*, in M.H. Appley (ed.), *Adaptation-level-theory*, New York, Academic Press.

³ Heady, B. & Wearing, A. (1991), *Subjective well-being: a stock and flows framework*, in Strack, F., Argyle, M. & Schwarz N. (Eds), *Subjective well-Being* (pp. 49-73). Oxford: Pergamon Press.

2. CORRELAZIONI TRA BENESSERE SOGGETTIVO E REDDITO

Descrivere o cercare di analizzare il rapporto tra benessere soggettivo e reddito e riflettere sui motivi per i quali una persona avverte una sensazione di soddisfazione rispetto ad un determinato tenore di vita, si rivela una questione ampia e piena di possibilità di interpretazione. Per chiarire la complessità dell'argomento sembra utile fare una premessa sul concetto di felicità e riportarne alcune definizioni. Il concetto di felicità ha avuto vari significati nel tempo, i greci per definire la felicità utilizzavano il termine *eudaimonia* ossia "il buon demone" e "la buona sorte" ed i latini vedevano nella felicità la capacità di accrescimento, di arricchimento, di sviluppo, di potenziamento dell'essere. Anche Aristotele si è espresso sulla felicità affermando che "essere felici non è una scommessa con la buona sorte, ma il risultato che si ottiene dalla buona amministrazione delle proprie passioni, dall'uso della volontà e dal senso del limite che misura i desideri" ed ancora che "è certo assurdo fare dell'uomo felice un solitario: nessuno, infatti, sceglierebbe di possedere tutti i beni a costo di goderne da solo: l'uomo, infatti, è un essere sociale e portato per natura a vivere insieme con gli altri. Questa caratteristica, quindi, appartiene anche all'uomo felice...L'uomo felice, dunque ha bisogno di amici"⁴.

Nel campo della psicologia Argyle e Martin (1991) definiscono la felicità come uno stato di gioia (emozione) e uno stato di soddisfazione (cognizione), ossia come il risultato di riflessione e di giudizi di valore⁵; Veenhoven (1991) usa il termine felicità nel senso di soddisfazione della vita, descrivendola come "il grado in cui un individuo giudica favorevolmente la qualità complessiva della sua vita come un tutto" e sottolineando i due aspetti di questa valutazione, quello affettivo e quello cognitivo (giudizio soggettivo sul raggiungimento di obiettivi, desideri)⁶.

La Felicità o soddisfazione della vita o benessere soggettivo, è uno stato psichico soggettivo emotivo e cognitivo ad un tempo, relativamente stabile e che caratterizza la Qualità della Vita⁷.

Ed, infine, citando Amartya Sen:

"Vi sono molti modi fondamentalmente diversi di considerare la qualità della vita e un certo numero di essi possiede una certa plausibilità immediata. Si potrebbe essere *agiati* senza stare *bene*. Si potrebbe stare bene senza essere in grado di condurre la vita *che si era desiderata*. Si potrebbe avere la vita che *si era desiderata* senza essere *felici*. Si potrebbe essere *felici* senza avere molta *libertà*. Si potrebbe avere molta *libertà* senza avere molto. E così via"⁸.

A questo proposito una ricerca su "cosa rende felici le persone" pubblicata nel settembre 2003 sulla rivista inglese *New Scientist* ha dimostrato che la ricchezza è una condizione necessaria ma non sufficiente per essere felici, tanti ricchi non sono affatto felici, infatti è emerso che la Nigeria è il paese più felice (sette persone felici su dieci), a fronte di un reddito pro capite che nel 2000 era di 270 dollari all'anno, poiché per essere felici non bastano i soldi, il potere, il prestigio, ma "avere un buon carattere" e "invecchiare con grazia".

Il fatto che l'aumento del Prodotto Interno Lordo di una nazione sia stato ritenuto in passato dalla visione economica un fattore positivo da associare al concetto di "benessere" pone, oggi, molte questioni aperte.

Fu Richard Easterlin che nel 1974 aprì il dibattito sul "paradosso della felicità"⁹ dando alcune spiegazioni e qualche anno dopo si occupò dello stesso argomento Tibor Scitovsky¹⁰.

⁴ Salvatore Natoli, *L'attimo fuggente o della felicità*, Edizioni dell'Università popolare, Roma, 2001.

⁵ Argyle, M. & Martin, M. (1991), *The psychological causes of happiness.*, in F. Strack, M. Argyle & N. Schwarz (Eds). *Subjective well-being* (pp. 77-100). Oxford: Pergamon Press.

⁶ Veenhoven, R. (1991), *Questions on happiness: classical topics, modern answers, blind spots*, in F. Strack, M. Argyle & N. Schwarz (Eds). *Subjective Well-Being* (pp. 7-26). Oxford: Pergamon Press.

⁷ Gian Franco Goldwurm (ASIPSE-Milano), *Apprendere la "felicità" per migliorare la qualità della vita: una questione aperta*, in "Psicoterapia Cognitiva e Comportamentale", vol. 1, n. 3, 1995, UPSEL editore.

⁸ Laura Piatti (a cura di), *Sen A., Il tenore di vita, tra benessere e libertà*, Marsilio, 2002, pag.29.

⁹ Il "Paradosso della felicità in economia" è il nullo o minimo legame tra reddito e benessere delle persone.

¹⁰ Scitovsky T., *The Joyless Economy: an inquiry into human satisfaction and consumer dissatisfaction*, O.U.P., Oxford 1976.

Easterlin affermò che in uno stesso Paese, in un dato momento nel tempo, la correlazione tra reddito e felicità esiste ed è forte, che nel confrontare Paesi diversi non vi era necessariamente una correlazione significativa tra reddito e felicità, anzi alcuni Paesi poveri risultavano essere più felici di altri più ricchi e che, a lungo termine, la felicità delle persone sembra essere molto poco influenzata dalle variazioni di reddito.

Il legame tra PIL di un paese e grado di felicità media dei suoi cittadini è stato studiato da Robert Wright che ha dimostrato che una volta raggiunto il tenore di vita confortevole equivalente nei paesi avanzati ad un livello di reddito pro capite pari a circa 10.000 dollari all'anno, ogni successivo aumento di reddito apporta una soddisfazione aggiuntiva decrescente. Pertanto, la felicità non deriva esclusivamente da beni e servizi che il denaro permette di acquisire, ma vi sono fattori che creano benessere come l'alto livello di fiducia reciproca dei cittadini¹¹.

In definitiva, la corrente equivalenza tra benessere e reddito è quindi posta in crisi dal fatto che diversi studi hanno evidenziato che in molti paesi economicamente avanzati l'aumento del reddito pro capite può rendere felici, in media, in un dato momento nel tempo, ma se si considera il ciclo di vita in generale, il benessere di un gruppo così come le persone dichiarano di percepirlo a livello soggettivo¹² (Frey e Stutzer, 2001) rimane costante (Easterlin 2001) e talvolta decresce.

Nell'ambito dei beni si verificano effetti di *treadmill* (*tappeto rullante* dove si corre ma ci si ritrova sempre nello stesso punto), ossia l'aumento del reddito produce l'aumento di altro e Kahneman¹³ distingue due tipi di *treadmill effect*:

- *l'hedonic treadmill*
- *il satisfaction treadmill*.

Il primo deriva dalla teoria del livello di adattamento che si esplica in questo modo: quando abbiamo un reddito minore ci accontentiamo di alcuni beni, in una situazione di reddito maggiore la nostra possibilità di godere di altri beni più costosi cresce e con questa cresce un miglioramento di benessere; questo si verifica però solo nel primo periodo, ma poi questo stato di cose ci causerà lo stesso benessere di prima perché si è messo in moto un meccanismo psicologico di adattamento edonico.

Il secondo invece dipende dal livello di aspirazione di un soggetto che consiste nella valutazione di ciò che si è raggiunto e ciò che non si è raggiunto rispetto ad obiettivi precedentemente da lui fissati. Col miglioramento del reddito, le persone desiderano beni che permettano loro di conservare lo stesso livello di soddisfazione; si crea, quindi, una situazione tale che la felicità *soggettiva* (l'autovalutazione della propria felicità) rimanga costante nonostante la felicità *oggettiva* migliori¹⁴.

I risultati di questi studi dimostrano che non ha senso tradurre una misura quantitativa come il PIL in termini di benessere soggettivo oppure che le persone non sono in grado di valutare correttamente il proprio livello soggettivo di benessere. Allora, perché le persone vogliono sempre di più e come potrebbero valutare ciò che è opportuno fare se non sono in grado di capire le conseguenze di tali scelte sul loro livello di benessere? Una possibile risposta potrebbe essere che gli individui non sono sempre in grado di pervenire a valutazioni *assolute* del proprio livello di benessere, infatti, le valutazioni soggettive del benessere sono generate spesso da giudizi personali condizionati dal contesto ambientale esterno, dalle circostanze, dal confronto con altre persone, dall'esperienza passata e dalle aspettative del futuro.

¹¹ Luigino Bruni e Stefano Zamagni, *Un'economia civile per città felici*, in *L'uomo e la città*, a cura di Fusco Girard L., Forte B., Cerreta M., De Toro P., Forte F., Napoli 2001.

¹² Il livello soggettivo di benessere è dato dalla valutazione che una persona attribuisce alla sua personale esperienza di affetti, felicità e soddisfazione rispetto alla vita.

¹³ Kahneman D., *Felicità oggettiva*, in Bruni L., Porta P. L. (a cura di), *Felicità ed economia*, Guerini & Associati, Milano 2004.

¹⁴ Bruni L., *L'economia la felicità e gli altri*, Città Nuova, Roma 2004.

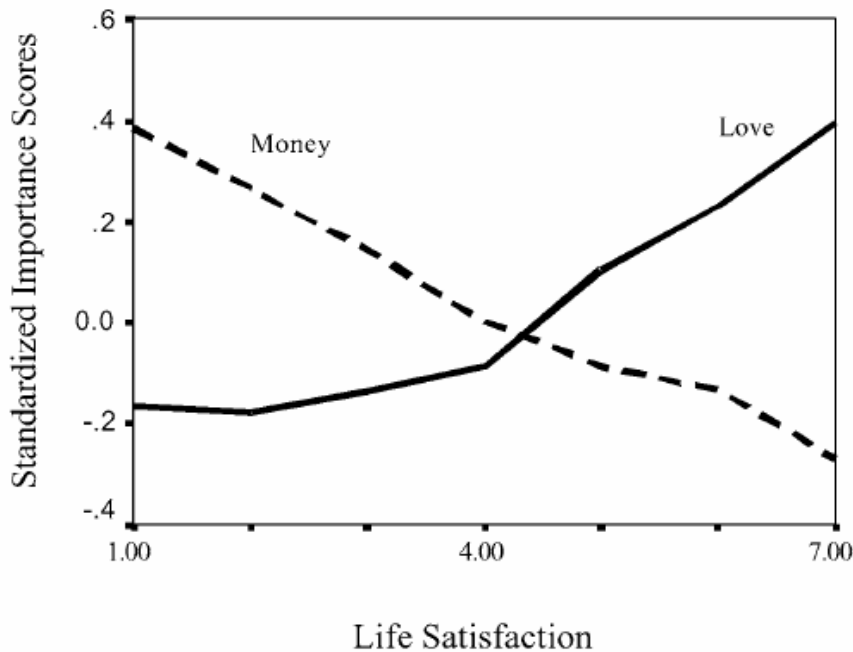
Se facciamo riferimento alla nozione di “bene posizionale” proposta da Hirsch diventa del tutto possibile che un aumento continuo della quantità di beni materiali favorito dal processo di crescita non si accompagni ad un parallelo aumento di utilità; sotto certe condizioni è anche possibile che si determini una riduzione del livello di benessere associato ad una data dotazione di beni materiali (che può essere ancora più netto se le persone impiegano risorse e lavoro a scopi “difensivi”, ovvero semplicemente per mantenere invariata una data posizione relativa).

Nel 1996 la rivista statunitense *Challenge* ha pubblicato uno studio nel quale il livello della “salute sociale” degli Stati Uniti veniva posto in relazione con il livello del PIL pro capite in termini reali.¹⁵ L’indicatore, costruito a partire dal 1959, combinava una serie di ingredienti elementari tra i quali: il grado di disuguaglianza tra poveri e ricchi, i guadagni medi settimanali dei lavoratori dipendenti, la mortalità infantile, la povertà dei bambini, il tasso di suicidio, il tasso di omicidio, la disoccupazione, la povertà della popolazione anziana, il costo delle medicine non rimborsato dal sistema sanitario. Dal 1959 all’inizio degli anni ’70 l’aumento del PIL pro capite appare positivamente correlato con l’indice sintetico di “salute sociale”. Dalla fine degli anni ’70 l’aumento del PIL pro capite è continuato, ma l’indice sintetico di “salute sociale” si è sganciato dall’andamento del PIL tendendo a diminuire piuttosto nettamente.

Anche gli studiosi Diener E. e Biswas-Diener R. dopo aver svolto e confrontato varie analisi realizzate in tutto il mondo sulla correlazione tra reddito e benessere soggettivo, mettono in rilievo la tesi che ad un aumento di reddito non debba necessariamente corrispondere un livello di benessere e di soddisfazione di vita alto.

Ciò è sinteticamente illustrato nelle seguenti figure 1 e 2 tratte da:

Diener E. & Biswas-Diener R., *Will money increase subjective well-being? A literature review and guide to needed research*, Social Indicators Research, 57, 119-169, 2002.



Importance values are standardized within nations, and thus societal differences are controlled.

Fig.1. L’importanza dell’amore, del denaro e del benessere soggettivo.

¹⁵ M. Miringoff, “The Growing Gap Between Standard Economic Indicators and the Nation’s Social Health”, *Challenge*, luglio 1996.

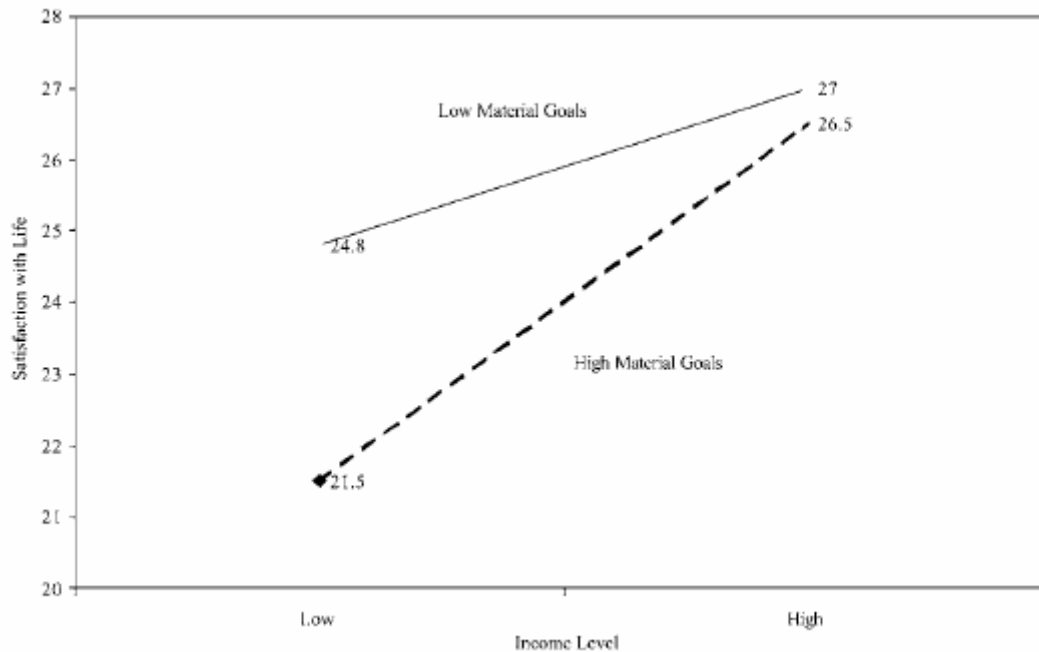


Fig. 2. Reddito, materialismo e soddisfazione di vita

2. LE COMPONENTI OGGETTIVE E SOGGETTIVE DEL BENESSERE INDIVIDUALE

Il benessere individuale o livello di soddisfazione di vita è determinato in misura diversa e con connessioni precipe sia da fattori oggettivi sia da fattori soggettivi, i primi sono per esempio quelli economici, abitativi e ambientali, il sistema educativo e sanitario di un Paese, il livello di istruzione e la qualità della salute degli individui, i secondi sono costituiti dalla soddisfazione per la propria vita in generale e nei diversi ambienti e contesti come quello familiare, lavorativo, sportivo, amicale, sessuale, sanitario, pensionistico, socio-culturale ecc. Il giusto equilibrio tra componenti oggettive e soggettive del benessere individuale crea una percezione soggettiva positiva della propria vita, del proprio benessere soggettivo, del proprio funzionamento fisico e sociale, della propria qualità della vita. L'individuo prova soddisfazione o meno in relazione alla valutazione soggettiva della propria realizzazione nel contesto del suo sistema di valori, in relazione al soddisfacimento delle proprie aspirazioni e in definitiva alla stima globale che ha di se stesso e che gli altri hanno di lui.

Gli indicatori soggettivi sono sicuramente meno misurabili degli indicatori oggettivi, poiché le informazioni circa l'esperienza degli individui che vivono in una determinata società non sono direttamente osservabili e misurabili. Alcuni indicatori oggettivi, come per esempio la disoccupazione e l'inflazione, presentano una forte correlazione con gli indicatori soggettivi, infatti, una proporzione maggiore di individui passa a sentirsi mediamente felice o infelice, quando aumentano queste variabili oggettive. Altri indicatori, come il reddito non presentano una correlazione così forte con tali variabili. Può esserci persino un'assenza totale di correlazione o una correlazione negativa.

Per quale motivo, a partire da un certo livello di reddito, cessa una correlazione tra reddito pro-capite e felicità? A partire da un certo livello di vita e di reddito, le persone passano a preoccuparsi non solo del loro benessere assoluto, ma anche della loro posizione relativa nella società e nella corsa al consumo esse competono per reddito per non restare indietro rispetto agli altri, ma questo non accresce la loro soddisfazione o il loro benessere.

Un economista americano, Robert Frank, suggerisce un esperimento mentale per illustrare questo gioco competitivo perverso. Supponete che vi siano due società, A e B, identiche in tutto, eccetto per il fatto che gli abitanti di A abitano in case di duemila metri quadri, mentre

quelli di B abitano in case di mille metri quadri. La domanda è: chi vive meglio, chi sfrutta al meglio quello che la vita può offrire? I residenti della società A con le loro case enormi e una sera al mese da passare con gli amici, o quelli della società B con le loro case più piccole, ma quattro serate al mese da passare con gli amici, o con più tempo per leggere i classici o giocare a calcio? I residenti di B potrebbero possedere case più grandi, ma preferiscono sprecare meno tempo lavorando e generando rendite monetarie, al fine di preservare altri valori”¹⁶.

Infine, gli elementi oggettivi includono le condizioni di vita *accertabili*, come gli *standard* di vita, le condizioni lavorative e lo stato di salute, mentre il benessere soggettivo riguarderebbe invece la valutazione specifica delle condizioni di vita individuali e le componenti affettive. La seguente tabella illustra la tipologia proposta da Zapf (1984) che distingue tra componenti oggettive e soggettive del benessere individuale.

Tabella 1 - Tipologia di Zapf¹⁷

Valutazione oggettiva della qualità della vita	Benessere soggettivo	
	<i>Alto</i>	<i>Basso</i>
<i>Alta</i>	Benessere	Dissonanza
<i>Bassa</i>	Adattamento	Deprivazione

¹⁶ Edoardo Giannetti De Fonseca, *Economia e felicità*, Next n. 13, 2001.

¹⁷ Ornello Vitali, *Qualità della Vita e Sviluppo Sostenibile*, Sesta conferenza nazionale di statistica, Roma, 6-8 novembre 2002.

3. CONCLUSIONI

Il fatto che non siano solo gli indicatori oggettivi a dare un quadro completo del benessere delle persone è dimostrato da vari studi svolti in tutto il mondo ed è anche ripreso nel Rapporto ONU del 2003 sullo “Sviluppo umano e la povertà” nel quale fattori come la qualità della vita, una vita lunga e sana, la conoscenza, uno *standard* di vita dignitoso, l'esclusione sociale, la partecipazione politica ed il potere decisionale, il potere sulle risorse economiche sono stati importanti per la costruzione di cinque indici per l'analisi dello sviluppo umano, ossia l'indice di sviluppo umano, l'indice di povertà umana, l'indice di povertà umana per i paesi OCSE selezionati, l'indice di sviluppo di genere, la misura dell'*empowerment* di genere.

A supporto delle considerazioni finora esposte e come spunto di riflessione per trarre delle conclusioni sul benessere soggettivo e sulla soddisfazione di un soggetto in correlazione con il valore del reddito e del tenore di vita è importante anche tener conto del punto di vista di un economista innovativo come Amartya Sen che con la sua “Teoria dei funzionamenti”¹⁸ pone una chiave di lettura diversa del benessere contrapponendosi alle tradizionali concezioni del *well-being* economico visto come appagamento dei desideri, felicità o soddisfazione delle preferenze.

Le teorie benessereiste hanno trascurato totalmente, secondo Sen, nella loro visione del *well-being* la condizione fisica degli individui, “infatti niente impedisce che un barbone, vecchio, malato, senza casa e malnutrito sia a modo suo felice e veda appagati i propri modesti desideri o soddisfatte le proprie preferenze; quindi le concezioni benessereiste attribuirebbero a un tale individuo un livello adeguato di *well-being*”¹⁹, ma ciò non è del tutto vero perché se avessimo valutato lo stato del barbone considerando il suo livello di salute, nutrizione, istruzione, ecc. avremmo formulato un giudizio di scarso *well-being* che è molto più verosimile. Le teorie *welfariste* hanno spesso identificato il reddito con il benessere tuttavia, a parità di reddito, “una persona che soffre di malattie croniche godrà di un *well-being* minore di altre che hanno lo stesso reddito; oppure, una donna che vive in una zona affetta dalla malaria e deve sopportare tutto l'onere dei lavori domestici avrà un *well-being* inferiore di un'altra con lo stesso reddito che vive in una zona epidemiologicamente sana e che collabora con il marito nella conduzione della vita familiare. Quindi, conclude Sen, è più opportuno utilizzare misure come i funzionamenti, che rappresentano il *well-being* in quanto tale, piuttosto che il reddito, il quale è solo uno strumento per raggiungere il *well-being*”²⁰. A mio avviso, la strada da percorrere per una comprensione maggiore dei fattori che influenzano il benessere soggettivo degli individui è quella descritta da molti studiosi contemporanei che auspicano un approccio allo stesso che tenga conto non solo ed esclusivamente delle componenti oggettive della soddisfazione di vita, quali il reddito e la ricchezza, ma che consideri anche altri elementi che influenzano maggiormente il benessere delle persone, quali i giudizi di felicità e la soddisfazione in relazione ai legami affettivi, allo stato di salute, alla sfera socio-ambientale. Ogni individuo ha le *capacità*, ossia le potenzialità di raggiungere degli obiettivi e di migliorare il proprio livello di felicità, benessere e qualità della vita. Questa infine, si configura come una caratteristica strutturante della libertà di agire e di essere, libertà fondamentale per il *benessere* degli individui.

¹⁸ Sen nell'ambito della valutazione del tenore di vita fa una distinzione tra i ruoli che hanno i funzionamenti e le capacità: “un funzionamento è un conseguimento, mentre una capacità è l'abilità di conseguire. I funzionamenti sono, in un certo senso, più direttamente collegati alle condizioni di vita, dal momento che essi costituiscono diversi aspetti delle condizioni di vita. Le capacità invece sono nozioni di libertà, nel senso positivo del termine: quali opportunità reali si hanno per quanto riguarda la vita che si può condurre” in Laura Piatti a cura di, *Sen A., Il tenore di vita, tra benessere e libertà*, Marsilio, 2002, pagg. 86, 87.

¹⁹ Alessandro Balestrino, *Amartya Sen: teoria dei funzionamenti e politiche pubbliche*, in *Impresa e Stato* n.33, <http://impresa-stato.mi.camcom.it/im_33/balestrino.htm>.

²⁰ Alessandro Balestrino, *Amartya Sen: teoria dei funzionamenti e politiche pubbliche*, in *Impresa e Stato* n.33, <http://impresa-stato.mi.camcom.it/im_33/balestrino.htm>.

3. BIBLIOGRAFIA

- AA.VV., *Economics and Happiness*, in "The Economic Journal", dicembre 1997
- Argyle, M. & Marrin, M. (1991), *The psychological causes of happiness*, in F. Strack, M. Argyle & N. Schwartz (Eds). *Subjective well-being* (pp. 77-100). Oxford: Pergamon Press
- Balestrino Alessandro, *Amartya Sen: teoria dei funzionamenti e politiche pubbliche*, in *Impresa & Stato* n.33, <http://impresa-stato.mi.camcom.it/im_33/balestrino.htm>
- Brickman, P. e Campbell, D.T. (1971), *Hedonic relativism and planning the good society*, in M.H. Appley (ed.). *Adaptation-level-theory*, New York, Academic Press
- Bruni L. e Zamagni S., *Un'economia civile per città felici*, in *L'uomo e la città*, a cura di Fusco Girard L., Forte B., Cerreta M., De Toro P., Forte F. , Napoli 2001
- Bruni L., *L'economia la felicità e gli altri*, Città Nuova, Roma 2004
- Diener E. & Biswas-Diener R., *Will money increase subjective well-being? A literature review and guide to needed research*, *Social Indicators Research*, 57, 119-169, 2002
- Diener E. & Suh E. M., *Culture and subjective well-being*. Cambridge, MA:MIT Press, 2000.
- Diener E., Oishi S. & Lucas R. E., *Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life*. *Annual Review of Psychology*, 2003
- Diener E., *Subjective well-being*, *Psychological Bulletin*, 95, 542-575, 1984.
- Diener E., Suh E. M., Lucas R. E. & Smith H. E., *Subjective well-being: Three decades of progress*, *Psychological Bulletin*, 125, 276-302, 1999
- Easterlin, R.A. (2001), *Income and Happiness: Towards a Unified Theory*, *The Economic Journal*, 111/2001, pp. 465-484
- Frey B. S., Stutzer A., *What Can Economists Learn from Happiness Research?*, Working Paper of the Institute of Empirical Research in Economics, Università di Zurigo, 30 ottobre 2001
- Frey, B. S., & Stutzer, A., *Happiness and economics*, Princeton, NJ: Princeton University Press, 2002
- Giannetti De Fonseca Edoardo, *Economia e felicità*, *Next* n. 13, 2001
- Glatzer, w. (1991), *Quality of life in advanced industrialized countries: the case of west Germany*, in E. Strack, M. Argyle & N. Schwarz (Eds). *Subjective well-being* (pp. 261-279). Oxford: Pergamon Press
- Goldwurrn Gian Franco, (ASIPSE-Milano) *Apprendere la "felicità" per migliorare la qualità della vita: una questione aperta* in "Psicoterapia Cognitiva e Comportamentale", vol. 1, n. 3, 1995, UPSEL editore
- Heady, B. & Wearing, A. (1991), *Subjective well-being: a stock and flows framework*, in Strack, F., Argyle, M. & Schwarz N. (Eds), *Subjective well-Being* (pp. 49-73). Oxford: Pergamon Press
- Hirsch F., *Social Limits to Growth*, 1976, trad. it. *I limiti sociali allo sviluppo*, Bompiani, Milano, 1981
- Kahneman D., *Felicità oggettiva*, in Bruni L., Porta P. L. (a cura di), *Felicità ed economia*, Guerini & Associati, Milano 2004
- Kahneman, D., Diener, E., & Schwarz, N. (Eds.). (1999), *Well-being: The foundations of hedonic psychology*, New York: Russell Sage Foundation
- Kasser, T., & Kanner, A. D. (Eds.), *Psychology and the culture of consumption*, Washington, D.C.: American Psychological Association
- Miringoff M., "The Growing Gap Between Standard Economic Indicators and the Nation's Social Health", *Challenge*, luglio 1996
- Natoli S. , *L'attimo fuggente o della felicità*, Edizioni dell'Università popolare, Roma, 2001
- Piatti Laura (a cura di), *Amartya Sen, Il tenore di vita, tra benessere e libertà*, Marsilio, 2002.
- Roncaglia Sylos Labini, *Il pensiero economico*, Edizioni Laterza, 2002
- Sartorius, N. (1993), *A WHO method for the assessment of health-related quality of life (WHOQOL)*, in S.R.

Scitovsky T., *The Joyless Economy: an inquiry into human satisfaction and consumer dissatisfaction*, O.U.P., Oxford 1976

Sen A. e Williams B., *Utilitarismo e oltre*, NET, 2002

Sen A., *Etica ed economia*, Laterza, 2002

Veenhoven, R. (1991), *Questions on happiness: classical topics, modern answers, blind spots*, in F. Strack, M. Argyle & N. Schwarz (Eds). *Subjective Well-Being* (pp. 7-26). Oxford: Pergamon Press

Vitali Ornello, *Qualità della Vita e Sviluppo Sostenibile*, Sesta conferenza nazionale di statistica, Roma, 6-8 novembre 2002

Von Hayek F. A., *Legge, legislazione e libertà*, EST, 2000