

# Kaip matuojama laimė?

GIEDRĖ PLEPYTĖ-DAVIDAVIČIENĖ

Lietuvos socialinių tyrimų centras, A. Goštauto g. 9, 01108 Vilnius

El. paštas gjedrepl@gmail.com

---

Straipsnyje analizuojama laimę matuojančių tyrimų metodologija. Nagrinėjami Europos socialinio tyrimo, Europos vertybių tyrimo ir Pasaulio laimės indekso tyrimo duomenys, leidžiantys išmatuoti gyventojų laimės lygį bei suteikiantys galimybę Lietuvą palyginti su kitomis šalimis. Aptariant minėtuose tyrimuose taikomą metodologiją išryškunami pagrindiniai metodologiniai skirtumai. Lyginamoji analizė rodo, kad Lietuvoje laimės indeksas išlieka žemiausias, palyginti su kitomis Europos valstybėmis, nors pasitenkinimas gyvenimu auga. Darytina išvada, kad žemas laimės lygis gali būti nulemtas ne tik individualių psichologinių ar ekonominių gyvenimo sąlygų, bet ir kultūrinio-socialinio šalies konteksto.

**Raktažodžiai:** laimės sociologija, laimės tyrimai, Europos vertybių tyrimas, Europos socialinis tyrimas, Pasaulio laimės indeksas

---

## ĮVADAS

XX a. viduryje ir ypač pastaraisiais metais laimės sąvoka tapo vis dažniau matoma viešajame diskurse. Laimė ir ją lemiantys veiksniai tapo svarbiu psichologijos ir ekonomikos mokslų atstovų tyrimų objektu. Tyrimai grindžiami mintimi, kad laimės matavimai būtini visuomenės gerovės ir pažangos stebėsenai. Tradiciniai gerovę apibrėžiantys veiksniai, tokie kaip bendrasis vidaus produktas (BVP), nebėra tinkami paaiškinti subjektyvią gerovę. Laimės kaip gerovės mato proponentai teigia, kad laimės indikatorius yra „demokratiškiausias gerovės matavimas, kadangi jis parodo ne tai, ką ekspertai ar vyriausybės mano, kas turėtų apibrėžti gerą gyvenimą, tačiau atspindi tiesioginį asmeninį vertinimą“ (Helliwell, Layard, Sachs 2012: 21). Žmonių subjektyviame vertinime atsispindi ir objektyvios gyvenimo sąlygos, ir psichologinė gerovė.

Laimės tyrimai pasižymi tarpdiscipliniškumu. Bene glaudžiausiai laimės tyrimai siejami su psichologijos (Diener, Helliwell, Kahneman 2010), ekonomikos (Helliwell, Layard, Sachs 2012; 2019) ir politikos (Inglehart 2018; Dutt, Radcliff 2009; Pirralha 2017) mokslų atstovais bei jų darbais. Pastaruoju metu vis dažniau laimės tyrimų aktualumas pabrėžiamas ir sociologijoje (Veenhoven 2000; Bartram 2012; Hyman 2014; Cabanas, Illouz 2019). Lietuvoje laimės tyrimai taip pat pasižymi tarpdiscipliniškumu ir įvairove. G. Navaitis ir V. Gaidys (2016) tyrė laimės ekonomikos nuostatų sklaidą, A. Bagdonas ir kt. (2013) atliko išsamią Lietuvos gyventojų psichologinės gerovės ir jos veiksnių analizę. Atlikti subjektyvios gerovės struktūros (Gataūlinas 2012) ir ją lemiančių veiksnių (Degutis, Urbonavičius 2013; Telešienė 2015) tyrimai, analizuoti gyvenimo kokybę lemiantys veiksniai (Servetkienė 2012). Tiek pasaulyje, tiek Lietuvoje laimės sąvoka dažnai vartojama kaip skėtinė, skirta apibūdinti tiek

psichologines, tiek socialines-ekonominės žmonių gyvenimo sąlygas. Ji vartojama sinonimiškai su tokiais terminais kaip gyvenimo kokybė, subjektyvi gerovė, pasitenkinimas gyvenimu ir kita. Kaip pažymi Edas Dieneris, daugumai tyrėjų, autorių, apžvalgininkų gerovės (*well-being*) mokslas yra mokslas apie laimę, o laimės sąvoka tampa puikia rinkodaros priemone (Diener, Helliwell, Kahneman 2010: xi).

Pati laimės sąvoka daugiadimensinė. Lietuvių kalbos žodyne pateikiamos trys žodžio reikšmės: laimė – *gerovės, pasitenkinimo, džiaugsmo būseną; sėkmė, pasisekimas* ir *dalia, likimas*. Taigi, laimė gali reikšti tiek teigiamų patyrimų, emocijų būvį, tiek optimalių sąlygų buvimą, tiek ir neplanuotą sėkmę. Pastaruoju metu visame pasaulyje yra atliekami tyrimai, kai įtraukiamas gyventojų laimės lygio matavimas. Kiekvienas tyrimas naudoja skirtingą tyrimų metodą, klausimų ir atsakymų formuluotes. Tačiau ne visada yra aišku, kaip konkrečiame tyrime yra matuojama laimė, kaip formuluojami klausimai respondentams ir kokie rodikliai naudojami šalies laimės lygiui apibrėžti. Šio tyrimo tikslas – susisteminti ir apžvelgti Lietuvoje bei pasaulyje atliekamus tyrimus, nustatančius šalies gyventojų laimės lygį, pristatyti Lietuvos laimės rodiklių dinamiką ir palyginti ją su kitų Europos šalių tendencijomis.

Nepaisant to, kad laimė tampa gerovės, gyvenimo kokybės, pasitenkinimo gyvenimu sinonimu, yra sutariama, kad vartojamos sąvokos yra skirtingos ir reikalauja preciziškumo jas apibrėžiant. Todėl pirmiausia bus aptarta, kaip laimė konceptualizuojama ir matuojama kitų su gerove susijusių tyrimų kontekste. Toliau bus išsamiau aptarti laimės matavimo metodologiniai aspektai Europos vertybių tyrime (EVT), Europos socialiniame tyrime (EST) ir Pasaulio laimės ataskaitoje (WHR), taip pat pristatyti laimės lygį nurodantys rezultatai.

## LAIMĖS KONCEPTUALIZAVIMAS

Britų mokslininkas Danielis Nettle'as išskiria tris laimės lygmenis. Laimė kaip momentinė emocinė būseną siejama su malonumu, džiaugsmo pasireiškimu (Nettle 2006: 17–18). Tai pirminė universali emocija, kuri vienodai išreiškiamą ir interpretuojamą nepaisant kultūrinių skirtumų (Turner, Stets 2005: 11–13). Momentinė laimė gali būti jaučiama kasdienėje veikloje, pavyzdžiui, leidžiant laiką su draugais, išgirdus pagyrimą ar pamačius besišypsantį kitą žmogų, patiriant malonius jausmus. Apie laimę kaip momentinę patiriamą ar patirtą būseną galima sužinoti paklausus: „Kiek tu jautiesi laimingas dabar?“ arba „Kiek laimingas tu jautiesi vakar?“

Antras laimės lygmuo apibrėžia laimę kaip tam tikrų patyrimų įvertinimą arba viso gyvenimo apibendrinimą. Tokia laimė sietina su savo gyvenimo reflektavimu ir savo gyvenimo kokybės vertinimu (Veenhoven 2000). Ji dažniausiai matuojama užduodant klausimą – „Kiek tu esi laimingas bendrai galvodamas apie visą gyvenimą?“ Ruoto Veenhoveno nuomone, žmogus, subjektyviai vertindamas gyvenimą, kreipia dėmesį į gyvenimo išorines aplinkybes ir galimybes, kurios daro įtaką jo gyvenimui, pavyzdžiui, ekonominės ar socialinės sąlygos, taip pat objektyviai suvokiamą naudingumą, siejamą su moraliniu ir estetiniu gyvenimo vertinimu (Veenhoven 2000). Šis laimės apibrėžimas ir jo matavimas kelia bene daugiausia diskusijų ir kritikos, ypač tarp kultūros ir emocijų sociologijos atstovų (Ahmed 2010; Cabanas, Illouz 2019). Jie teigia, kad nėra iki galo aišku, kaip žmonės supranta laimės apibrėžimą, kuo remdamiesi nusprendžia, kiek jie yra laimingi, kaip reflektuoja savo laimės būseną. Iš emocijų sociologijos perspektyvos, emocijos turi būti suvokiamos kultūrinių repertuarų, socialinių praktikų, ritualų, institucijų ir diskursų kontekste, kurį formuoja medijų kultūra (Illouz et al. 2014: 237). Laimė yra formuojama kultūros ir socialinės aplinkos, kuri apibrėžia, kas yra laimė ir kokia laimė yra siektina. Kultūra, Saros Ahmed teigimu, apibrėžia „laimės objektus“, kurie daro žmogų laimingą ir priimtina arba nepriimtina visuomenei (Ahmed 2010). Nustatyta, kad žodis „laimė“ turi įvairias konotacijas

skirtingose kalbose ir kultūrose (Uchida et al. 2004; Pflug 2009; Delle Fave et al. 2011). Laimės reflektavimas gali kisti skirtingais žmogaus gyvenimo etapais (Carlquist et al. 2017), žmonės suformuoja ir įprasmina savo laimę ne tik per dabartinę patirtį, bet ir per buvusių patirčių prisiminimus (Hyman 2014). Todėl atsakymuose gali atsispindėti ne tik objektyvių žmogaus gyvenimo sąlygų ar subjektyvus afekto būsenos įvertinimas, tačiau kultūriniai, istoriniai ir socialiniai laimingo gyvenimo normatyviniai modeliai, vyraujantys tam tikroje kultūroje.

Galiausiai, trečiasis apibrėžimas siejamas su savo potencialo realizavimu ir gyvenimo įprasminimu, tai yra *Eudaimonia* (Nettle 2006: 19–20). Ši laimės samprata siejasi su tobulėjimu ir savęs aktualizavimu. Savęs tobulinimas vertinamas teigiamai, net jeigu jis ir apsunkena gyvenimą. R. Veenhovenas teigia, kad šią dimensiją išmatuoti yra sudėtinga, kadangi dažniausiai ji siejama su vertybėmis, kurias yra lengviau suvokti, nei išmatuoti (Veenhoven 2000). Laimę bandoma išmatuoti užduodant klausimą, kiek yra prasminga tai, ką žmonės daro gyvenime. Tačiau toks klausimas gana retai naudojamas empiriniuose tyrimuose.

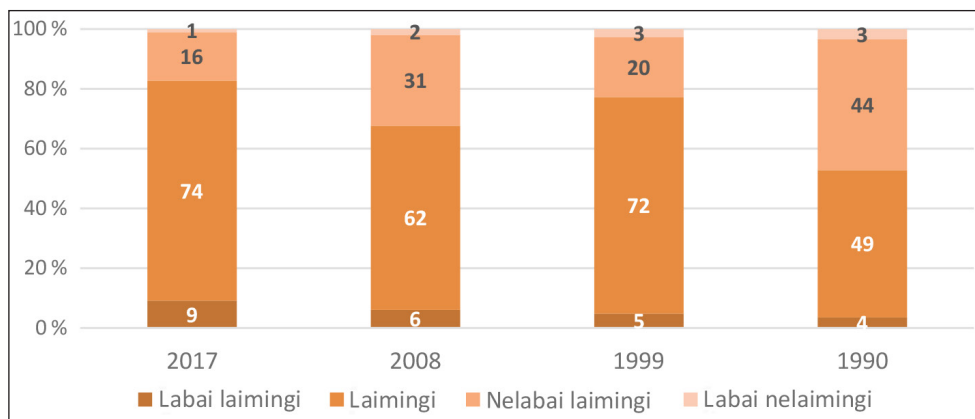
Akivaizdu, kad skiriasi laimės sampratos ir matavimai, tačiau didžiausią terminologinę sumaištį kelia tai, kad gauti laimės rodikliai naudojami ne tik iš aiškiai užduotų klausimų apie laimę. Dažnai laimės sąvoka vartojama subjektyvios gerovės (*subjective well-being*) tyrimuose. E. Dieneris, aiškindamas subjektyvios gerovės ir laimės terminologinius skirtumus, teigė, kad laimė yra tik vienas iš subjektyvios gerovės rodiklių, tačiau ji nereiškia gerovės apskritai (Diener, Helliwell, Kahneman 2010: xi). Kiti subjektyvios gerovės komponentai yra pasitenkinimas gyvenimu ir konkrečiomis gyvenimo sritimis, teigiamas ir neigiamas afektai (Gataūlinas 2012). Richardas Layardas su kolegomis žmonių gerovės indikatoriumi pasirenka klausimą apie pasitenkinimą gyvenimu, kaip aiškiausią ir labiausiai suprantamą žmonėms, tačiau analizėse nevengia vartoti „laimės“ sąvokos (Layard 2005; Helliwell et al. 2012; Clark et al. 2018).

Kadangi laimės, kaip viso gyvenimo įvertinimo, rodiklio matavimas labiausiai kontraversiškas, jis yra vertinamas kartu su pasitenkinimo gyvenimu rodikliu ir naudojamas kaip apibendrintas visos šalies laimės lygio rodiklis. Toliau bus apžvelgta, kaip laimės klausimai yra formuluojami trijuose tarptautiniuose tyrimuose ir ką, remdamiesi jais, galime pasakyti apie lietuvių laimės lygį.

## EUROPOS VERTYBIŲ TYRIMAS (EVT) / PASAULIO VERTYBIŲ TYRIMAS (PVT)

Europos vertybių tyrimas (EVT), iš kurio vėliau išaugo Pasaulio vertybių tyrimas (PVT), – yra du didžiausi ir žinomiausi tarptautiniai tyrimai, skirti žmonių vertybinių nuostatų dinamiškai nustatyti. EVT atliekamas nuo 1981 metų. Jame dalyvavo 10 Vakarų Europos valstybių. 2017 m. EVT tyrime dalyvavo 30 Europos šalių (EVT, 2017), o PVT pastaruoju metu apima 80 pasaulio šalių. Lietuva PVT tyrime dalyvauja nuo 1990 m., yra atliktos keturios EVT bangos (1990, 1999, 2008 ir 2017). Šalia klausimų, apimančių vertybines nuostatas, EVT matuojamas ir laimės rodiklis. Keliamas klausimas – „Ar Jūs galėtumėte apie save pasakyti, kad Jūs esate...“, į kurį atsakymą respondentas turi pasirinkti iš keturių galimų variantų: 4 – labai laimingas, 3 – laimingas, 2 – nelabai laimingas ir 1 – labai nelaimingas.

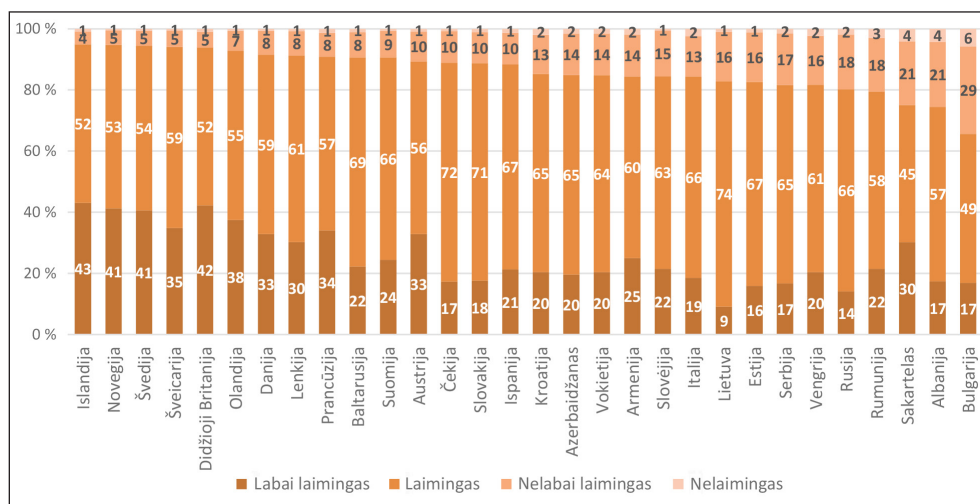
Žemiausias lietuvių laimės lygis EVT fiksuotas 1990 metais. Tik pusė Lietuvos gyventojų laikė save laimingais (1 pav.). Nepaisant tikėtino dvasinio pakilimo tik atgavus nepriklausomybę, žemas laimės lygis rodo psichologinį nesaugumą ir neapibrėžtumą, tvyrojusius visuomenėje. Tuo metu žemas laimės lygis fiksuotas ir kitose pokomunistinėse šalyse. Ronaldas Inglehartas tai aiškina dvasiniu vakuumu, atsiradusiu po komunizmo žlugimo, – sunyko politinės, ekonominės sistemos ir buvusios vertybės, tai lėmė ir subjektyvios gerovės lygio kritimą (Inglehart 2018: 140–172). Žymus lenkų sociologas P. Sztompka tai vadina „kultūrine



1 pav. Lietuvos gyventojų laimės lygio dinamika 1990–2017 m. (European Values Study 2017)

trauma“, kuri lėmė kultūrinę dezorientaciją arba „kultūros dualumą“. Kai visuomenė patiria staigius, radikalius socialinius pokyčius, tai atsispindi ir kultūroje. Joje atsiranda įtampa tarp senų kultūrinių principų (vertybių, normų, taisyklių, simbolių, reikšmių, diskursų) ir naujomis socialinėmis sąlygomis atsirandančios kultūros (Sztompka 2000). Reikia laiko, kol visuomenėje susiformuoja naujos, stabilios vertybinės ir institucinės sistemos, kad visuomenės nariai jaustų psichologinį stabilumą ir būtų laimingi. 1999 m. lietuvių laimės lygis pakilo iki 79 %, o 2017 m. – iki 83 %.

Nors laimės lygis Lietuvoje augo, 2017 m. tyrimo rezultatai rodo, kad jis vis dar yra vienas mažiausių, palyginti su kitomis Europos šalimis (2 pav.).



2 pav. Europos šalių gyventojų laimės lygis 2017 m. (European Values Study 2017)

Įdomu tai, kad pagal bendrą laimės lygį lietuviai panašūs su italais ir estais. Tačiau iš visų Europos šalių Lietuvoje yra mažiausia dalis gyventojų (9 %), kurie priskiria save „labai laimingų“ kategorijai. Palyginimui, Sakartvele, kur bendras laimės lygis yra žemesnis nei Lietuvoje (75 %), labai laimingais save laiko net 30 % gyventojų. Kaip galima paaiškinti tokį skirtumą? Kultūros sociologijos teoretikė Eva Illouz teigia, kad kultūra suteikia galimybę apibrėžti, klasifikuoti, kategorizuoti ir interpretuoti emocijas, o socialinės normos reguliuoja ir formuoja jų išraišką bei patyrimą (Illouz et al. 2014: 221). Galima būtų daryti prielaidą, kad galbūt žemą „labai laimingų“ rodiklį lemia lietuviškas charakteris (pvz., lietuviškas kuklumas arba nedrąsa pripažinti, kad tu esi laimingas). Kita vertus, tai gali būti siejama ir su socialine padėtimi (Layard 2005). Socialinė atskirtis gali turėti įtakos laimės vertinimui – svarbu, su kuo respondentas lygina savo laimę, kiek mato už save laimingesnių žmonių. Norint paaiškinti, tokius atsakymų skirtumus, svarbu suprasti, kokias prasmes, atsakinėdami į pateiktą klausimą, respondentai Lietuvoje suteikė „laimės“ sąvokai, ir kokie kultūriniai, istoriniai, lingvistiniai laimės modeliai ar emocinės būsenos vertinimai atsispindi atsakymuose.

### EUROPOS SOCIALINIS TYRIMAS (EST)

Reguliariai nuo 2002 m. Europos šalyse atliekamas Europos socialinis tyrimas (EST), juo taip pat matuojamas gyventojų laimės lygis. Dabar tyrime dalyvauja 37 Europos šalys, Lietuva jame nuo 2008 m., todėl yra galimybė palyginti penkių bangų duomenis. EST laimės lygis matuojamas užduodant klausimą – „Kalbant apskritai, ar jūs esate laimingas?“ Respondentas atsakymus pateikia 11 balų skalėje: 0 – ypač nelaimingas, 10 – ypač laimingas. Kaip ir EVT, EST respondentų prašoma nurodyti bendrą laimės lygį. Pagrindinis skirtumas lyginant EVT ir EST pateikiamus klausimas yra skalės dydis. EVT naudojama keturių balų skalė, EST pateikiama 11 balų skalė (nuo 0 iki 10). Kadangi dažnai laimės sąvoka vartojama pasitenkinimo gyvenimu rodikliui apibūdinti ir abu kintamieji EST matuojami naudojant tokią pačią skalę, palyginimui pateikiama ir laimės, ir pasitenkinimo gyvenimu vertinimų Lietuvoje dinamika.

Pasitenkinimo gyvenimu ir laimės jausmo dinamika rodo, kad Lietuvos gyventojų pasitenkinimas auga, tačiau laimės jausmas per pastaruosius 20 metų išlieka beveik nepakitęs (lentelė). Aiškinama, kad pasitenkinimas gyvenimu atspindi objektyvias, greičiau kintančias žmonių gyvenimo sąlygas, o bendras laimės jausmas susijęs su vidine būsena ir nusiteikimu, kuris yra mažiau veikiamas išorinių sąlygų (Telešienė 2015: 296). Nors, kaip teigia A. Bagdonas ir kt., toks skyrimas yra supaprastintas, nes „žmogaus vidinio (subjektyvaus) pasaulio reiškiniai taip paprastai nėra atsiskyrę“ (Bagdonas ir kt. 2013: 124).

Lentelė. Bendro laimės jausmo ir pasitenkinimo gyvenimu dinamika (European Social Survey; Telešienė 2015)

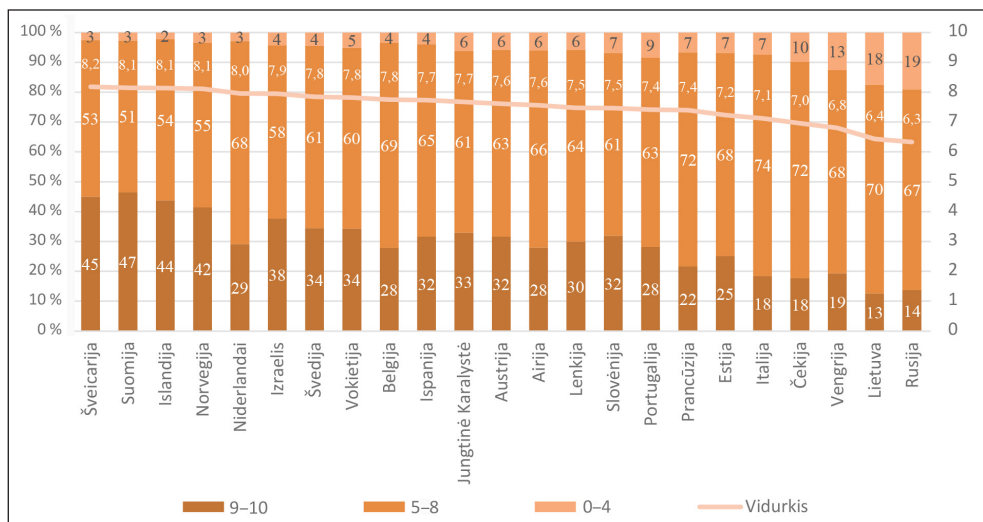
Laimės kintamasis	EST4, 2009	EST5, 2011	EST6, 2013	EST7, 2015	EST8, 2017
Bendras laimės jausmas (vidurkis) [0 – ypač nelaimingas/-a, 10 – ypač laimingas/-a]	6,25	6,16	6,56	6,55	6,44
Bendras pasitenkinimas gyvenimu (vidurkis) [0 – ypač nepatenkintas/-a, o 10 – ypač patenkintas/-a]	5,02	5,07	5,99	6,1	6,12

Remiantis 2017 m. duomenimis, Lietuvos gyventojų laimės lygis yra vienas žemiausių, palyginti su 23 EST dalyvavusių šalių rodikliais. Tik Rusijos gyventojai savo laimės lygį įvertino žemiau nei lietuviai (6,4 balo) (3 pav.). Taigi, EVT ir EST tyrimų rezultatai rodo panašias laimės lygio tendencijas Lietuvoje.

## PASAULIO LAIMĖS INDEKSAS

Nuo 2005 m. „Gallup World Poll“ kompanija daugiau nei 155 pasaulio šalyse atlieka Pasaulinio laimės indekso (angl. *World Happiness Index*) tyrimą. Nuo 2012 m. beveik kiekvienais metais yra išleidžiama nauja Pasaulio laimės ataskaita (angl. *World Happiness Report*), kur šalia bendrų laimės rodiklių yra pristatoma išsami analizė apie pasaulio šalių gerovės lygį ir jos ryšį su kitais pasaulyje vykstančiais socialiniais, ekonominiais ir politiniais procesais, taip pat besikeičiančiomis žmonių nuostatomis (pvz., tvrios visuomenės, nelygybės, pabėgėlių, politinio ir pilietinio aktyvumo, bendruomeniškumo ir kt. klausimais). Lietuva šiame tyrime dalyvauja nuo 2006 metų.

Tyrime remiamasi E. Dienerio subjektyvios gerovės samprata. Matuojami trys pagrindiniai komponentai: subjektyvus žmogaus viso gyvenimo įvertinimas (matuojama pasitenkinimo gyvenimu klausimu), kasdien patiriamos teigiamos ir neigiamos emocijos. Priešingai nei EVT ir EST, šiame tyrime laimės klausimas yra naudojamas ne kaip apibendrintas viso gyvenimo įvertinimas, bet kaip vienas iš pozityvios emocijos nustatymo kintamųjų. Laimės jausmui įvertinti užduodamas binarinis klausimas – „Ar vakar didžiąją dienos dalį jautėtės laimingas?“ Be to, klausiama apie kitų dviejų teigiamų emocijų – džiaugsmo ir malonumo – patyrimą (WHR 2019). Neigiamas afekto matavimas paremtas klausimais apie vakar dieną patirtą nerimą, liūdesį ir pyktį. Trečiasis gerovės komponentas – pasitenkinimas gyvenimu yra nustatomas naudojant vadinamąjį „Cantril kopėčių“ (angl. *Cantril ladder*) klausimą: „Prašu įsivaizduoti kopėčias / laiptus su laipteliais, pažymėtais nuo 0 (apačioje) iki 10 (viršuje). Laiptų viršus atspindi geriausią galimą jūsų gyvenimą, o žemiausias – blogiausią.



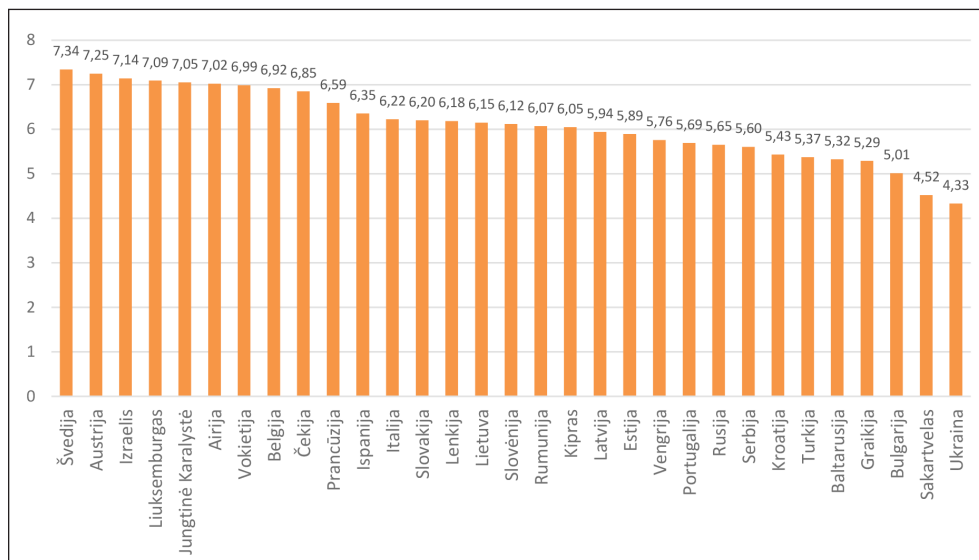
3 pav. Europos šalių gyventojų laimės lygis 2017 m. (European Social Survey Round 8)

Kaip jūs jaučiatės, kurioje laiptelio pakopoje dabar esate?“ (WHR 2019). Šiame tyrime laimės klausimas yra aiškiai apibrėžiamas kaip jausmas, patirtas konkrečiu laiku, – vakar. Nepaisant to, bendras pasaulinis laimės indeksas yra apskaičiuojamas pagal atsakymą į klausimą apie pasitenkinimą gyvenimu.

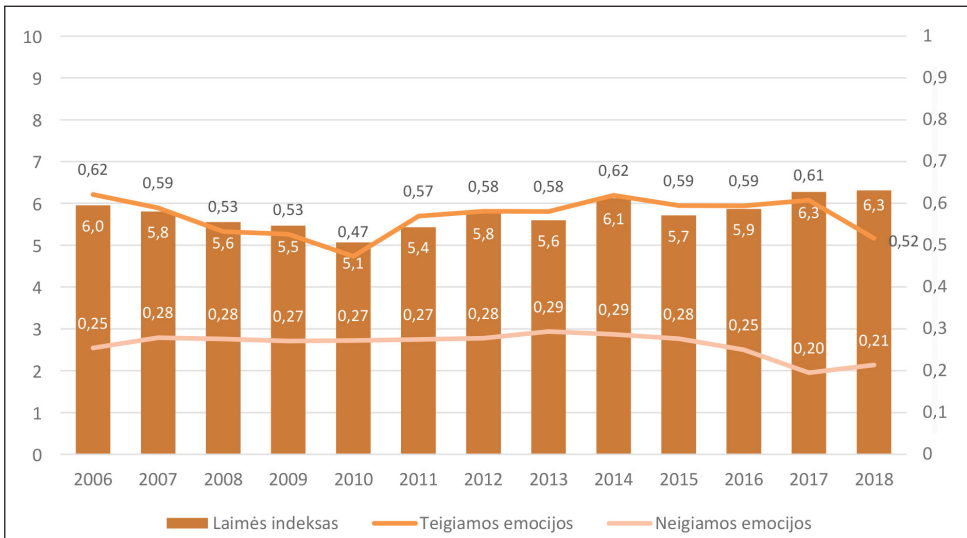
Remiantis 2019 m. Pasaulio laimės ataskaitos duomenimis, Lietuva užima 42 vietą tarp 156 pasaulio šalių, laimės indeksas siekia 6,149. Lyginant Lietuvos duomenis su Europos šalimis, mūsų šalies rodiklis yra žemesnis nei Vakarų Europos ir Skandinavijos šalių, tačiau aukštesnis nei Slovėnijos, Rumunijos, Latvijos, Estijos ir šalių sąrašė yra apie vidurį (4 pav.).

Laimės indekso Lietuvoje dinamika (5 pav.) rodo, kad žemiausias laimės indeksas buvo fiksuotas 2010 metais. Tokį kritimą galima sieti su 2008 m. ekonomine krize ir jos padariniais, lėmusiais ekonominę ir psichologinę nestabilumą, nesaugumą. Kadangi laimė šiame tyrime matuojama kaip viena iš teigiamų emocijų, grafike kartu pateikiama teigiamų ir neigiamų emocijų kreivės.

Nuo 2010 m. matomas nuoseklus Lietuvos gyventojų pasitenkinimo gyvenimu augimas (laimės indeksas), tačiau kaip ir EST matyta tendencija, laimės lygis Lietuvoje nedidėja. Pagal teigiamų emocijų indeksą Lietuva tarp 143 šalių yra 138 vietoje. Mažesnis nei lietuvių teigiamų emocijų indeksas fiksuotas tik Afganistane, Baltarusijoje, Jemene ir Turkijoje. Šių šalių politinis-ekonominis kontekstas paaiškina žemą pozityvių emocijų indeksą, pavyzdžiui, didelis smurto ir skurdo mastas Afganistane, 2018 m. korupcijos skandalas ir jo padariniai Baltarusijoje, pilietinis karas Jemene (Gallup 2019). Lietuva nepatyrė drastiškų permainų, kurios galėtų paaiškinti tokį žemą patiriamų teigiamų emocijų lygį. Reikėtų ieškoti kompleksinio paaiškinimo, kodėl Lietuvos gyventojai yra mažai laimingi, palyginti su kitų pasaulio šalių piliečiais vertinant tiek ekonomines, psichologines, tiek ir struktūrines, kultūrines, socialines, istorines priežastis.



4 pav. Europos šalių gyventojų laimės lygis 2018 m. (World Happiness Report 2019)



**5 pav.** Lietuvos gyventojų laimės indekso, pozityvių ir negatyvių emocijų dinamika 2006–2018 m. (World Happiness Report 2019)

## IŠVADOS

Esant stabiliai šalies ekonominei situacijai vien tik ekonominių rodiklių, pavyzdžiui, BVP, nepakanka vertinant šalies gerovę. Gyventojų laimė suteikia papildomai informacijos apie tai, kokiaje visuomenėje gyvename ir kaip jaučiamės. Laimės vertinimo rezultatai atskleidžia ne tik objektyvias gyvenimo sąlygas, bet ir emocinę būseną. Pozityvi emocinė būsena siejama su socialiniu solidarumu, pasitikėjimu, bendruomeniškumu ir psichologiniu saugumu. Svarbu tai, kad emocinę būseną gali lemti ir socialinė, kultūrinė aplinka. Laimės patyrimai vyksta konkrečiame kultūriname kontekste, kuris apibrėžia ir formuoja mūsų jausmus.

Iki šiol laimės tyrimuose vyrauja pozityvistinė metodologinė prieiga, nors laimės kintamojo matavimai nėra universalūs. Tarptautiniuose palyginamuosiuose Europos vertybių ir Europos socialiniame tyrimuose laimės lygis nustatomas pateikus klausimą, kiek žmogus laiko save laimingu, o kompanijos „World Gallup Poll“ atliekamame tyrime laimė matuojama kaip vakar dieną patirta emocija. Laimės klausimai dažnai pateikiami kartu su pasitenkinimo gyvenimu klausimu, tik kaip viena iš subjektyvios gerovės dimensijų. Analizuojant laimės sąvoką vertinami ne tik tie rodikliai, kurie gaunami aiškiai užduodant klausimą apie laimę, bet ir aptariant pasitenkinimą gyvenimu, subjektyvią gerovę ir gyvenimo kokybę. Tokiu būdu gyventojų laimė, nusakanti emocinę būseną, gali būti aiškinama remiantis objektyviais indikatoriais, kurie labiau tinka pasitenkinimo gyvenimu rodikliui aiškinti.

Straipsnyje aptartų tyrimų duomenys rodo bendrą tendenciją: nepaisant pasitenkinimo gyvenimu nuoseklaus augimo, laimės lygis Lietuvoje per paskutinius 10–15 metų išlieka stabilus. Lietuvoje laimingais save laiko mažai gyventojų, rodiklis yra vienas prasčiausių Europoje. Galima daryti išvadą, kad nors objektyvios gyvenimo sąlygos gerėja, emocinė lietuvių būsena nekinta.



## Literatūra

1. Ahmed, S. 2010. *The Promise of Happiness*. Duke University Press.
2. Bagdonas, A.; Kairys, A.; Liniauskienė, A.; Pakalniškienė, V. 2013. *Lietuvos gyventojų psichologinė gerovė ir jos veiksniai*. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla.
3. Bartram, D. 2012. 'Elements of a Sociological Contribution to Happiness Studies: Sociology and Happiness Studies', *Sociology Compass* 6: 644–656.
4. Cabanas, E.; Illouz, E. 2019. *Manufacturing Happy Citizens*. Polity Press.
5. Carlquist, E.; Ulleberg, P.; Delle Fave, A.; Nafstad, H. E.; Blakar, R. M. 2017. 'Everyday Understandings of Happiness, Good Life, and Satisfaction: Three Different Facets of Well-being', *Applied Research in Quality of Life* 12: 481–505.
6. Clark, A.; Flèche, S.; Layard, R.; Powdthavee, N.; Ward, G. 2018. *The Origins of Happiness: The Science of Well-being over the Life Course*. Princeton, Oxford: Princeton University Press.
7. Degutis, M.; Urbonavičius, S. 2013. 'Determinants of Subjective Wellbeing in Lithuania', *Engineering Economics* 24(11): 9. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.5755/j01.ee.24.2.2024>
8. Delle Fave, A.; Brdar, I.; Freire, T.; Vella-Brodrick, D.; Wissing, M. P. 2011. 'The Eudaimonic and Hedonic Components of Happiness: Qualitative and Quantitative Findings', *Social Indicators Research* 100: 185–207. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1007/s11205-010-9632-5>
9. Diener, E.; Helliwell, J. F.; Kahneman, D. (ed.). 2010. *International Differences in Well-being*. Oxford University Press.
10. Dutt, A. K.; Radcliff, B. (ed.). 2009. *Happiness, Economics and Politics: Towards a Multi-disciplinary Approach*. Cheltenham: Elgar.
11. *European Social Survey Round 8 Data*. 2016. Data File Edition 2.1. NSD – Norwegian Centre for Research Data, Norway – Data Archive and Distributor of ESS Data for ESS ERIC. DOI:10.21338/NSD-ESS8-2016.
12. *European Social Survey*. Cumulative File, ESS 1–8. 2018. Data File Edition 1.0. NSD – Norwegian Centre for Research Data, Norway – Data Archive and Distributor of ESS Data for ESS ERIC. DOI:10.21338/NSD-ESS-CUMULATIVE. EST4.
13. *European Values Study*. 2017. Integrated Dataset (EVS 2017). GESIS Data Archive, Cologne. ZA7500 Data File Version 2.0.0. DOI: 10.4232/1.13314.
14. Gallup. 2019. *Global Emotions Report*. Prieiga per internetą: <https://www.gallup.com/analytics/248906/gallup-global-emotions-report-2019.aspx> (žiūrėta 2020.02.12).
15. Gataūlinas, A. 2012. „Subjektyviosios gerovės sąvokos struktūros taikymo empiriniuose tyrimuose rezultatų nuoseklumas“, *Filosofija. Sociologija* 23(4): 246–255.
16. Glatzer, W. 2000. 'Happiness: Classic Theory in the Light of Current Research', *Journal of Happiness Studies* 1: 501–511.
17. Helliwell, J.; Layard, R.; Sachs, J. (eds.). 2012. *World Happiness Report 2012*. New York: UN Sustainable Development Solutions Network.
18. Helliwell, J.; Layard, R.; Sachs, J. 2019. *World Happiness Report 2019*. New York: Sustainable Development Solutions Network.
19. Hyman, L. 2014. 'Happiness and Memory: Some Sociological Reflections', *Sociological Research Online* 19(2). Prieiga per internetą: <https://www.socresonline.org.uk/19/2/3.html> (žiūrėta 2020.02.20).
20. Illouz, E.; Gilon, D.; Shachak, M. 2014. 'Emotions and Cultural Theory', in *Handbook of the Sociology of Emotions: Volume II, Handbooks of Sociology and Social Research*, eds. J. E. Stets, J. H. Turner. DOI: 10.1007/978-94-017-9130-4\_11.
21. Inglehart, R. 2018. *Cultural Evolution People's Motivations are Changing, and Reshaping the World*. Cambridge University Press.
22. Layard, R. 2005. *Happiness: Lessons from a New Science*. New York: Penguin Books.
23. Navaitis, G.; Gaidys, V. 2016. „Laimės ekonomikos nuostatų sklaida Lietuvos visuomenėje“, *Filosofija. Sociologija* 27(2): 125–131.
24. Nettle, D. 2006. *Happiness: The Science Behind Your Smile*. New York: Oxford University Press.
25. Pflug, J. 2009. 'Folk Theories of Happiness: A Cross-Cultural Comparison of Conceptions of Happiness in Germany and South Africa', *Social Indicators Research* 92: 551–563. DOI: 10.1007/s11205-008-9306-8.
26. Pirralha, A. 2017. 'Political Participation and Wellbeing in the Netherlands: Exploring the Causal Links', *Applied Research Quality Life* 12: 327–341.

27. Servetkienė, V. 2012. „Gyvenimo kokybė Lietuvoje: subjektyvus situacijos vertinimas ir realybė“, *Ekonomika ir vadyba: aktualijos ir perspektyvos* 4(28): 20–35.
28. Sztompka, P. 2000. ‘Cultural Trauma: The Other Face of Social Change’, *European Journal of Social Theory* 3(4): 449–466.
29. Telešienė, A. 2015. „Asmeninė ir socialinė subjektyvi gerovė Lietuvoje“, *Filosofija. Sociologija* 26(4): 293–303.
30. Turner, J. H.; Stets, J. E. 2005. *The Sociology of Emotions*. USA: Cambridge University Press.
31. Uchida, Y.; Norasakkunkit, V.; Kitayama, S. 2004. ‘Cultural Constructions of Happiness: Theory and Empirical Evidence’, *Journal of Happiness Studies* 5: 223–239. Prieiga per internetą: <https://doi.org/10.1007/s10902-004-8785-9>
32. Veenhoven, R. 2000. *The Four Qualities of Life Ordering Concepts and Measures of the Good Life*. Prieiga per internetą: [https://www.researchgate.net/publication/23545417\\_The\\_Four\\_Qualities\\_of\\_Life](https://www.researchgate.net/publication/23545417_The_Four_Qualities_of_Life) (žiūrėta 2020.02.12).
33. *World Happiness Report 2019*. Prieiga per internetą: <https://worldhappiness.report> (žiūrėta 2020.02.12).

GIEDRĖ PLEPYTĖ-DAVIDAVIČIENĖ

## How is Happiness Measured?

### *Summary*

The article deals with the methodology of happiness measurement. Data from the European Social Survey, the European Value Survey and the World Happiness Index, that allow measuring the happiness level of the population and providing an opportunity to evaluate the situation of Lithuania in the context of other countries, are analysed. The discussion of research methodology highlights the main methodological differences applied in the above research. The comparative analysis shows that in Lithuania the happiness level remains the lowest among other European countries, although life satisfaction is growing. The conclusion is drawn that a low level of happiness can be determined not only by the economic level of the country or individual psychological conditions, but also by the cultural-social context of the country.

**Keywords:** the sociology of happiness, happiness measurement, European Value Survey, European Social Survey, World Happiness Index