

8. Benessere soggettivo¹

Il benessere soggettivo rappresenta una delle dimensioni fondamentali su cui è basato il *framework* del Bes. Esso, infatti, fornisce una valutazione sintetica del benessere, attraverso le valutazioni e le percezioni che gli individui esprimono sulla loro vita in generale e su ambiti più specifici.

In Italia i livelli di soddisfazione per la vita, mediamente inferiori rispetto alla media europea, mostrano un generale miglioramento negli ultimi anni. Nonostante il forte impatto dell'epidemia da *COVID-19* sulla vita di tutti, gli indicatori di soddisfazione nel 2020 non mostrano un peggioramento, probabilmente perché il confronto con il contesto difficile che ci circonda ha portato le persone a relativizzare il giudizio sulla qualità della propria vita, con un effetto tendenzialmente positivo sulla percentuale di chi si ritiene molto soddisfatto della propria vita. L'impatto dell'incertezza della situazione attuale, dal punto di vista sia della salute sia delle condizioni economiche e del mercato del lavoro, emerge invece quando si considerano gli indicatori sulle prospettive future, con quote maggiori di popolazione che esprimono preoccupazione per i prossimi 5 anni. Per una valutazione concreta degli effetti della pandemia sulle componenti del benessere soggettivo occorrerà comunque attendere qualche anno.

L'analisi degli indicatori del dominio esamina i vari aspetti per gruppi di popolazione, per mettere in luce, in un'ottica trasversale, criticità e punti di forza.

In lieve aumento la percentuale di molto soddisfatti per la propria vita, ma cresce la preoccupazione sulle prospettive future

Nel 2020, meno della metà della popolazione (44,5%) traccia un bilancio positivo della propria esistenza, esprimendo un voto tra 8 e 10 sulla soddisfazione della propria vita. Nel confronto europeo, possibile solo fino al 2018, il punteggio medio di soddisfazione per la vita in Italia è tra i più bassi (cfr. Rapporto Bes 2019), con una tendenza al miglioramento dal 2017, non interrottasi nell'anno di pandemia. Anche nel 2020, infatti, si osserva, contrariamente a quanto ci si sarebbe potuto aspettare, un leggero aumento della percentuale di molto soddisfatti per la propria vita (era 43,2% nel 2019).

Al contrario, la situazione critica determinata nel Paese dall'epidemia da *COVID-19* ha avuto un impatto negativo sulle prospettive future. Cala infatti al 28,9%, dopo una crescita costante dal 2016, la percentuale di persone che ritiene che la propria situazione migliorerà nei prossimi 5 anni (era il 30,1% nel 2019). Contemporaneamente, la percentuale di individui che ritiene che la propria situazione peggiorerà nei prossimi 5 anni, dopo anni di riduzione, aumenta nel 2020 nel Centro-Nord.

Questo sembra evidenziare che se da un lato la pandemia ha portato gli individui a relativizzare la propria situazione rispetto al contesto attuale, dall'altro viene percepita come un evento i cui effetti influenzeranno le prospettive future.

Molte possono essere le ipotesi per spiegare questi andamenti. Alcuni fattori, individuati in studi precedenti, che possono attutire l'impatto della percezione della gravità della situa-

¹ Questo capitolo è stato curato da Leonardo Salvatore Alaimo e Alessandra Tinto. Hanno collaborato: Lorena Di Donatantonio e Romina Fraboni.

zione determinata dall'epidemia sul benessere sono l'aumento del senso di appartenenza alla comunità² e la capacità di autocontrollo come fattore di resilienza.³ Un ulteriore aspetto che merita attenzione è il meccanismo di formulazione del giudizio di soddisfazione sulla base delle proprie esperienze di vita e della conoscenza delle esperienze degli altri, con i quali ci si confronta.⁴ Specialmente nel periodo iniziale della pandemia, il confronto con la situazione che ci circonda potrebbe aver portato ad una rivalutazione della propria scala di giudizio, spostandola verso l'alto. Altri elementi che possono aver giocato un ruolo sono gli aspetti soggettivi legati alla soddisfazione per i legami familiari. Il periodo di *lockdown*, che ha costretto le persone a restare nelle proprie abitazioni, è stato anche l'occasione per vivere la quotidianità all'interno delle proprie famiglie, per i genitori l'occasione di passare più tempo coi loro figli, come confermato dai risultati dell'indagine "Diario della giornata e attività ai tempi del coronavirus".⁵ Questa ipotesi spiegherebbe non solo l'aumento generale della soddisfazione per la propria vita, ma fornirebbe anche una giustificazione al calo della percentuale di soddisfatti che si è osservato tra le persone che vivono da sole.

Maggiori criticità percepite tra le persone che vivono da sole e tra i lavoratori in proprio

L'andamento descritto nell'ultimo anno è trasversale tra i gruppi di popolazione; si evidenziano tuttavia alcune criticità. In particolare, la percentuale di molto soddisfatti diminuisce tra le persone che vivono da sole. Infatti, solamente il 35,8% (era 37,3% nel 2019) si dichiara soddisfatto per la propria vita rispetto, ad esempio, a quasi la metà delle persone che vivono in una famiglia di 4 componenti (Figura 1). L'isolamento a causa del *lockdown* ha colpito maggiormente chi vive da solo, e la quota di molto soddisfatti scende, in particolare, tra le persone sole adulte (ad esempio, tra il 2019 e il 2020 la percentuale scende di 9 punti tra le donne e di 10 punti tra gli uomini di 55-59 anni), ma anche tra le giovani donne tra 20 e 34 anni che vivono da sole (-17 p.p. rispetto al 2019) e tra gli uomini di 65 anni e più (-4 p.p.).

All'interno del mondo del lavoro, inoltre, se tra i lavoratori dipendenti si conferma l'aumento nella quota di molto soddisfatti, tra le donne lavoratrici in proprio la quota diminuisce dal 45,1% al 42,9%.

Un ulteriore elemento di criticità per gli occupati emerge con riferimento alla percentuale di quanti ritengono che la propria situazione migliorerà nei prossimi 5 anni, che cala particolarmente in questo gruppo di popolazione, e ancor più tra i lavoratori in proprio (tra i quali passa dal 36,5% del 2019 al 31,2% nel 2020), che probabilmente risentono della percezione di maggiore insicurezza del proprio lavoro.

Restano marcate le differenze per condizione occupazionale: tra i disoccupati la quota di molto soddisfatti per la propria vita è notevolmente più bassa rispetto agli occupati (-20

2 Lau, A.L., I. Chi, R.A. Cummins, T.M. Lee, K.L. Chou, and L.W. Chung. 2008. The SARS (Severe Acute Respiratory Syndrome) pandemic in Hong Kong: Effects on the subjective wellbeing of elderly and younger people. *Aging and Mental Health*, Volume 12, Issue 6: 746-760.

3 Li, J.-B., A. Yang, K. Dou, and R.Y. Cheung. 2020. Self-control moderates the association between perceived severity of the coronavirus disease 2019 (*COVID-19*) and mental health problems among the Chinese public. *PsyArXiv*. <https://doi.org/10.31234/osf.io/2xadq>.

4 Sen, A. 2002. Health: perception versus observation. *BMJ: British Medical Journal*, 324(7342): 860-861. Beegle, K., K. Himelein, and M. Ravallion. 2012. Frame-of-reference bias in subjective welfare. *Journal of Economic Behaviour & Organization*, Volume 81, Issue 2: 556-570.

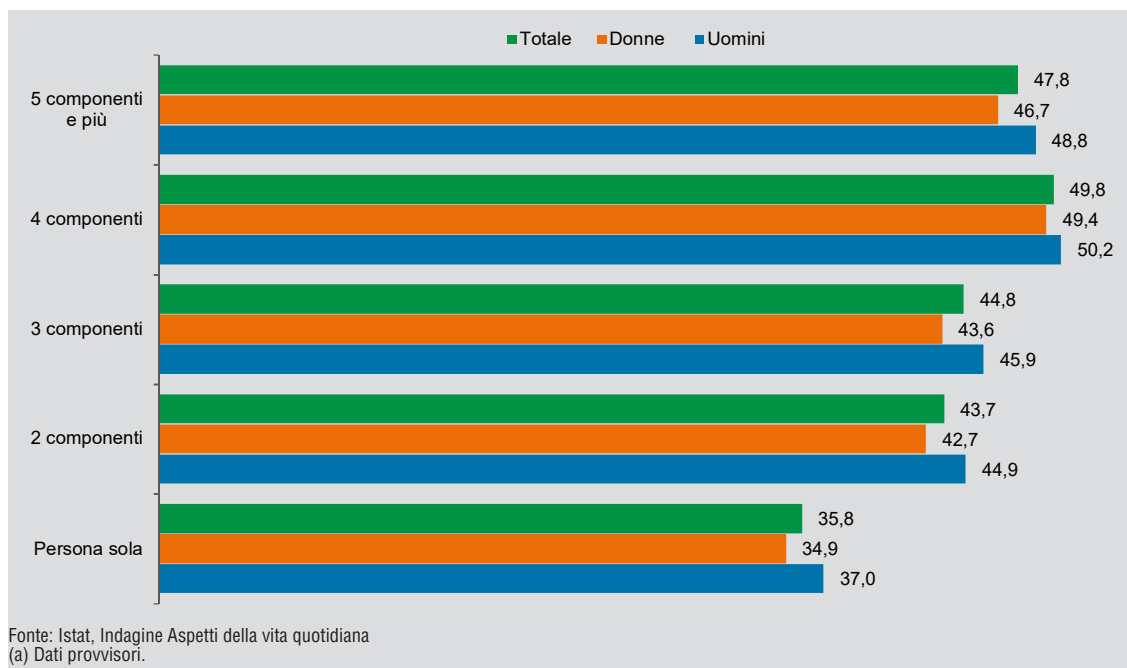
5 <https://www.istat.it/it/archivio/243357>

8. Benessere soggettivo

151

punti tra i maschi, -13 punti tra le femmine). La variazione positiva registrata nel 2020, tuttavia, è trasversale, a ulteriore conferma dell'ipotesi che, anche in questo caso, gli altri aspetti che guidano le valutazioni individuali hanno avuto un peso relativamente più elevato rispetto a variabili oggettive.

Figura 1. Persone di 14 anni e più che hanno espresso un punteggio di soddisfazione per la vita tra 8 e 10 per numero di componenti della famiglia e genere. Anno 2020 (a). Valori percentuali



Ad eccezione di Piemonte e Abruzzo non cala la soddisfazione per la vita ma nel Nord e nel Centro aumenta la percentuale di pessimisti

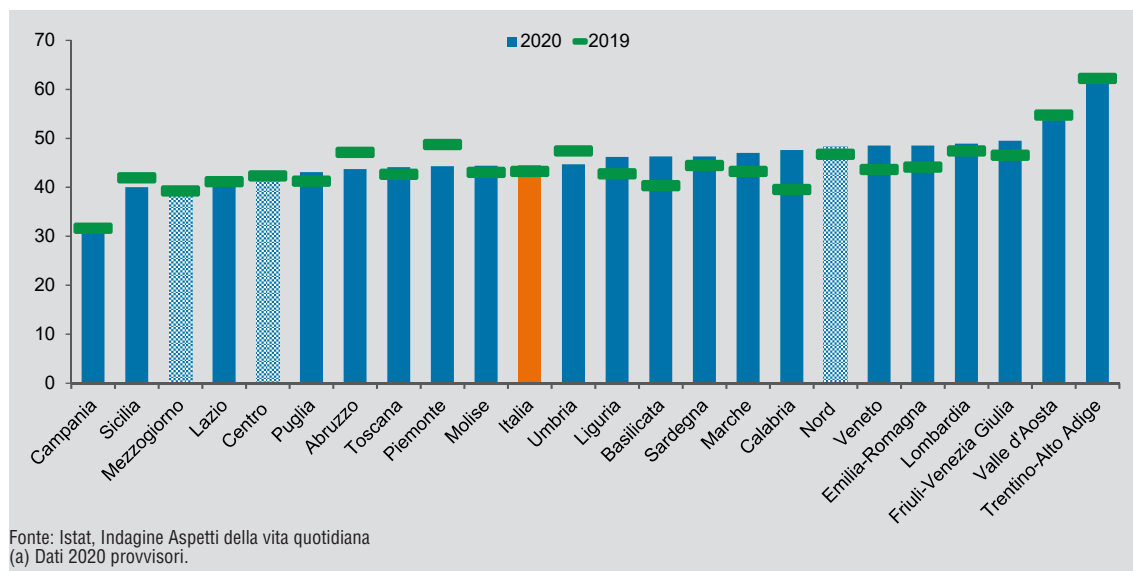
Al di là delle differenze nei livelli, l'aumento della soddisfazione per la vita nel 2020 è comune a tutte le aree del Paese con alcune eccezioni che si evidenziano quando si scende a livello regionale. Anche in questo caso, sembra confermarsi l'assenza di un effetto negativo della pandemia da *COVID-19* sulla valutazione della propria vita. Nonostante siano state soprattutto le regioni del Nord a subire le drammatiche conseguenze della prima ondata, tutte presentano valori nell'indicatore maggiori della media nazionale e quasi tutte registrano un miglioramento rispetto all'anno precedente (ad eccezione del Piemonte che passa dal 48,7% nel 2019 al 44,3% nel 2020).

Oltre al Piemonte, solo in Abruzzo si registra un peggioramento significativo del valore di questo indicatore, che passa dal 47,1% del 2019 al 43,7% (Figura 2).⁶

Si mantengono dunque le differenze note sul territorio, con una maggiore percentuale di soddisfatti per la propria vita al Nord (48,4%), quasi 4 punti percentuali in più della media nazionale, e livelli più bassi al Centro e nel Mezzogiorno (la percentuale è, rispettivamente, del 43% e del 40%).

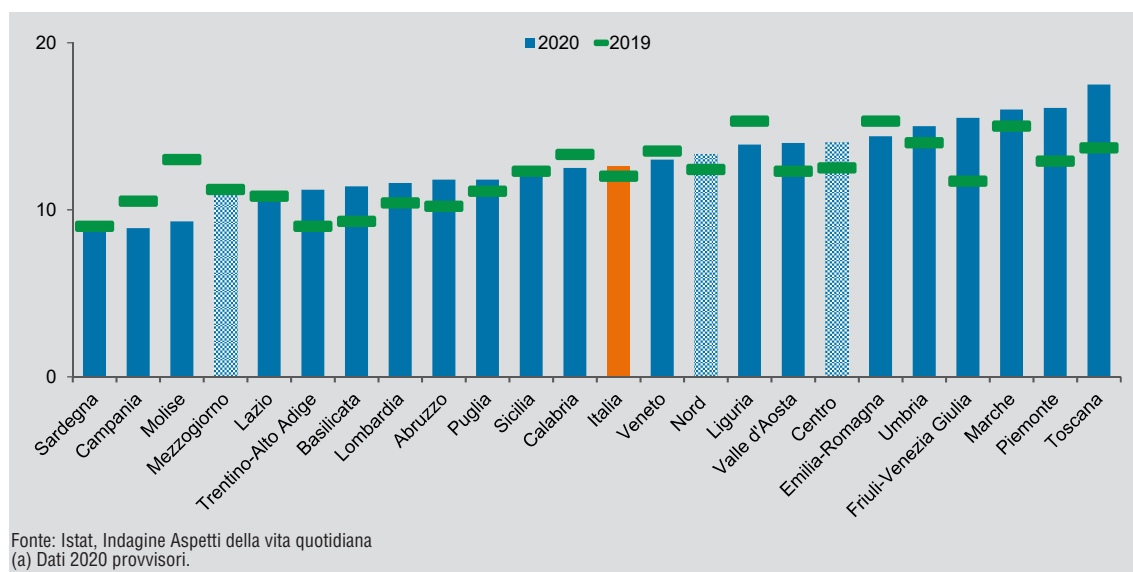
⁶ Differenze al di sotto di 1 punto percentuale non sono da considerarsi statisticamente significative.

Figura 2. Persone di 14 anni e più che hanno espresso un punteggio di soddisfazione per la vita tra 8 e 10 per regione e ripartizione geografica. Anni 2019-2020 (a). Valori percentuali



Mentre non si osservano sostanziali differenze territoriali nella variazione rispetto al 2019 del giudizio positivo sulle prospettive future, la percentuale di persone che le valuta negativamente risulta in aumento al Nord (13,3%, con un incremento di 1 punto percentuale rispetto al 2019) e al Centro (14%, con 1,5 punti percentuali di incremento) (Figura 3). La pandemia da *COVID-19*, che, almeno nella prima fase, ha colpito soprattutto le regioni del Centro-Nord, sembra aver lasciato un segno sulla preoccupazione per le prospettive future degli individui.

Figura 3. Persone di 14 anni e più che ritengono che la loro situazione peggiorerà nei prossimi 5 anni per regione e ripartizione geografica. Anni 2019-2020 (a). Valori percentuali



I dati regionali mostrano gli incrementi più significativi nella quota di pessimisti rispetto al 2019 in Toscana (con 4 punti percentuali in più), Friuli-Venezia Giulia (quasi 4 punti percentuali in più) e in Piemonte (che passa dal 12,9% al 16%). Al contrario, in Molise si registra un calo statisticamente significativo nella quota di pessimisti (passa dal 13% al 9,3%).

Rimane invariato il divario tra benessere soggettivo dei giovani e degli anziani

Per tutte le fasce di età, le percentuali di molto soddisfatti per la vita sono stabili o in lieve miglioramento rispetto all'anno precedente, in particolare tra le persone di 35-54 anni, che registrano un aumento di 3 punti percentuali rispetto all'anno precedente (Figura 4).

Allo stesso tempo, le persone nella fascia d'età 35-44 anni registrano nel biennio il calo più consistente nella quota di ottimisti (meno di 2 punti percentuali rispetto all'anno precedente) (Figura 5).

Rimane pressoché invariato il divario tra la percentuale più alta di soddisfatti, che si registra nella popolazione di età compresa tra i 14 e i 19 anni (56%), e la più bassa tra gli individui di 75 anni e più (36,6%), con una forbice tra le due di quasi 20 punti percentuali. Anche le aspettative di miglioramento rimangono molto più alte tra i giovani, mentre declinano al crescere dell'età: esprimono un giudizio positivo sulle loro prospettive future quasi 2 giovani su 3 di 20-24 anni (63,9%), per poi scendere ad appena il 2,5% tra gli over 75.

Figura 4. Persone di 14 anni e più che hanno espresso un punteggio di soddisfazione per la vita tra 8 e 10 per classi di età. Anni 2019-2020 (a). Valori percentuali

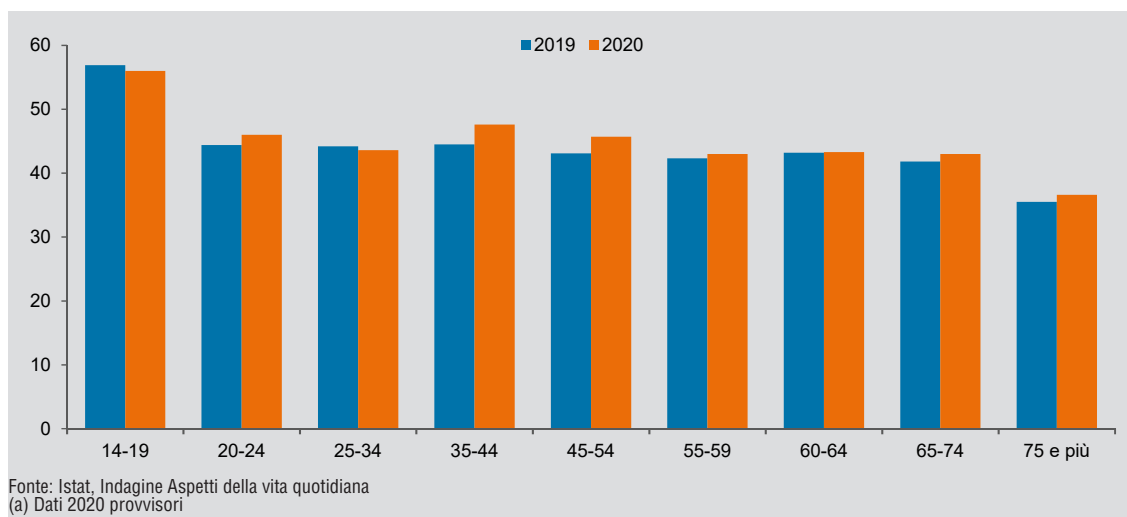
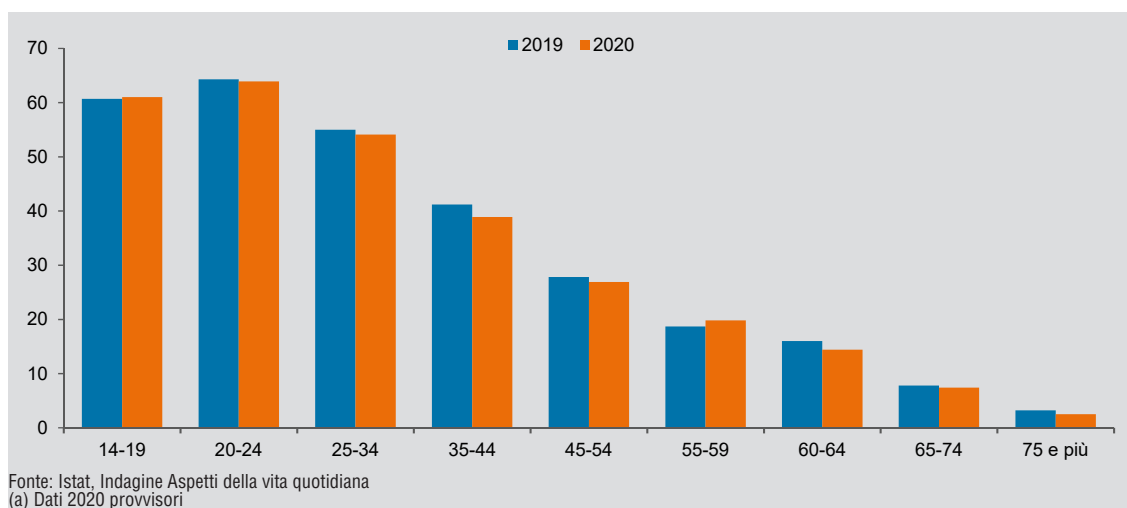


Figura 5. Persone di 14 anni e più che ritengono che la loro situazione migliorerà nei prossimi 5 anni per classe di età. Anni 2019-2020 (a). Valori percentuali



Rimangono ampi i divari per titolo di studio nella soddisfazione per la vita e il giudizio per il futuro

L'andamento di generale incremento nella quota di molto soddisfatti per la vita e di calo nella quota di ottimisti è analogo tra uomini e donne e per titolo di studio.

Si conferma la tendenza delle donne ad avere percentuali più basse di molto soddisfatte e di ottimiste rispetto agli uomini. Nel 2020, il 43,4% delle donne si dichiara soddisfatta per la propria vita rispetto al 45,7% degli uomini, e il 27,3% delle donne si esprime in termini positivi sulle proprie prospettive future, rispetto al 30,7% degli uomini.

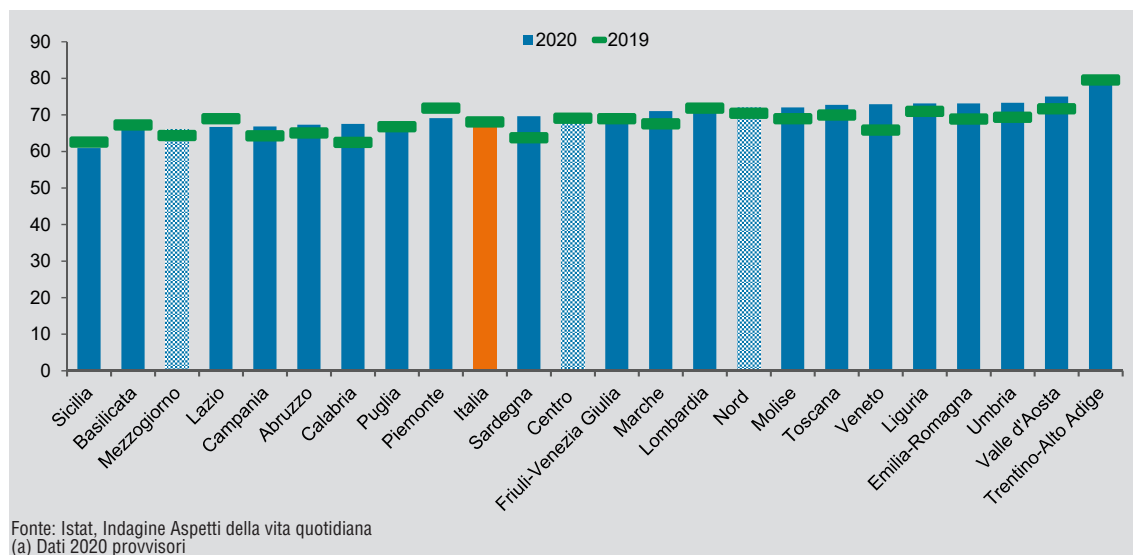
Si mantengono ampi anche i divari per titolo di studio, con la metà degli individui laureati che si giudica molto soddisfatto per la propria vita (rispetto al 41,7% delle persone con al massimo la licenza media) e percentuali di giudizi positivi sulle prospettive future più elevate tra le persone con un titolo di studio alto (39,7%) rispetto a chi ha un titolo di studio basso (20,7%).

Aumenta la soddisfazione per il tempo libero

Una dimensione importante nell'analisi della qualità della vita è quella del tempo libero. Il dato sulla percentuale di individui che dichiarano di essere molto o abbastanza soddisfatti per il loro tempo libero conferma le tendenze esaminate in precedenza rispetto alla soddisfazione per la propria vita. Il 69,4% delle persone di 14 anni e più dichiara di essere soddisfatto per il tempo libero nel 2020, era il 68% del 2019, proseguendo la tendenza all'aumento osservata dal 2017, quando si attestava al 65,6%. Probabilmente la valutazione positiva deriva dalla maggiore disponibilità di tempo libero determinata in molti casi dalla chiusura dovuta alle misure di contrasto alla diffusione del contagio.

Anche questo indicatore segna marcate differenze territoriali: al Nord si riscontrano valori più alti (71,9%) rispetto al Centro (69,6%) e, soprattutto, al Mezzogiorno (65,9%), ma ancora una volta il dato migliora rispetto all'anno precedente in tutte le ripartizioni.

Figura 6. Persone di 14 anni e più che si dichiarano molto o abbastanza soddisfatte per il tempo libero per regione e ripartizione geografica. Anni 2019-2020 (a). Valori percentuali



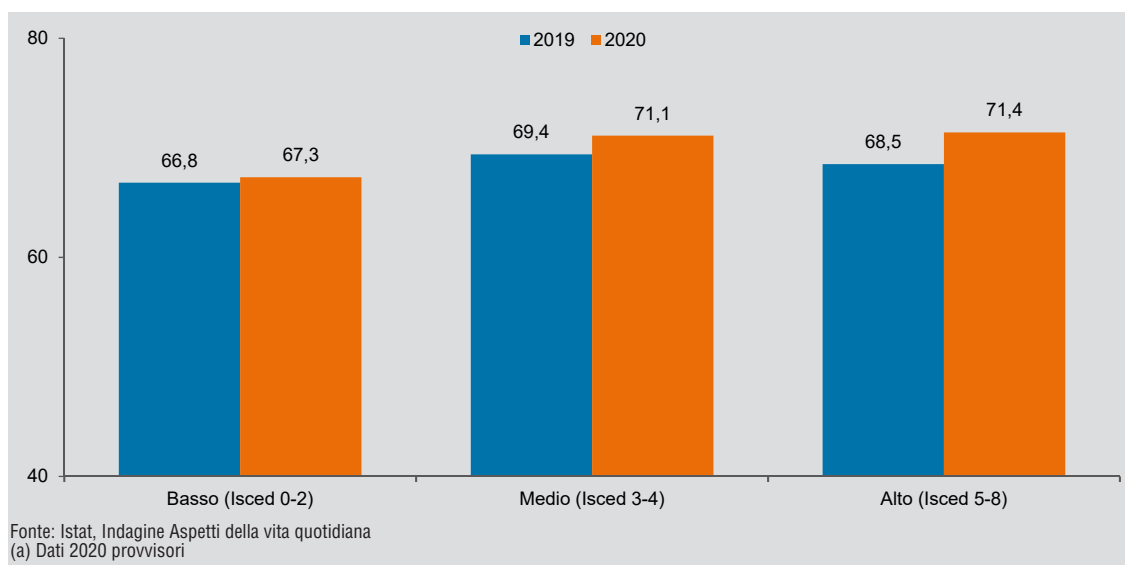
I dati regionali evidenziano come in tutte le regioni si registri un leggero miglioramento o una stabilità rispetto al 2019, ad eccezione del Piemonte dove si osserva un peggioramento significativo nelle percentuali di persone soddisfatte per il loro tempo libero rispetto al 2019 (dal 71,8% al 69,1%) (Figura 6).

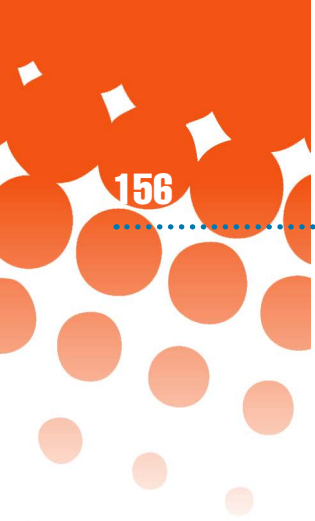
Gli uomini (71,2%) si confermano più soddisfatti per il loro tempo libero rispetto alle donne (67,7%) con una distanza di quasi 5 punti percentuali a livello nazionale; tuttavia la tendenza all'aumento rispetto al 2019 si conferma in entrambi i casi.

La soddisfazione per il tempo libero è massima tra i giovani di età compresa tra i 14 e i 19 anni (85%), mentre è minima per gli individui di età compresa tra 55 e 59 anni (64,2%). Per tutte le fasce di età, le percentuali sono stabili o in lieve miglioramento rispetto all'anno precedente.

Quasi i due terzi degli individui con un titolo di studio elevato o medio (71%) si dichiarano molto o abbastanza soddisfatti per il loro tempo libero, distanziandosi da quanti possiedono un titolo di studio basso (67,3%). L'aumento rispetto all'anno precedente è più marcato tra le persone più istruite (quasi 3 punti percentuali in più) (Figura 7).

Figura 7. Persone di 14 anni e più che si dichiarano molto o abbastanza soddisfatte per il tempo libero per titolo di studio. Anni 2019-2020 (a). Valori percentuali





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 ritengono che la loro 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)
	2020 (*)	2020 (*)
Piemonte	44,3	69,1
Valle d' Aosta/Vallée d' Aoste	53,7	75,0
Liguria	46,2	73,1
Lombardia	48,9	71,4
Trentino-Alto Adige/Südtirol	62,2	78,4
<i>Bolzano/Bozen</i>	<i>62,7</i>	<i>79,3</i>
<i>Trento</i>	<i>61,6</i>	<i>77,4</i>
Veneto	48,5	72,9
Friuli-Venezia Giulia	49,5	70,5
Emilia-Romagna	48,5	73,1
Toscana	44,1	72,7
Umbria	44,7	73,3
Marche	47,0	71,0
Lazio	41,1	66,7
Abruzzo	43,7	67,3
Molise	44,4	72,0
Campania	31,7	66,8
Puglia	43,1	67,7
Basilicata	46,3	65,9
Calabria	47,6	67,5
Sicilia	40,0	60,9
Sardegna	46,3	69,6
Nord	48,4	71,9
Centro	43,0	69,6
Mezzogiorno	40,0	65,9
Italia	44,5	69,4

(a) Per 100 persone di 14 anni e più.

(*) Dati provvisori.

8. Benessere soggettivo

Giudizio positivo sulle prospettive future (a)	Giudizio negativo sulle prospettive future (a)
2020 (*)	2020 (*)
27,0	16,1
30,7	14,0
27,1	13,9
31,8	11,6
28,5	11,2
25,6	13,3
31,3	9,1
30,1	13,0
29,2	15,5
28,8	14,4
26,9	17,5
26,5	15,0
25,5	16,0
30,0	11,1
27,9	11,8
25,5	9,3
31,5	8,9
29,1	11,8
27,7	11,4
24,0	12,5
24,2	12,4
32,6	8,8
29,8	13,3
28,2	14,0
28,2	10,9
28,9	12,6

