

**Percepción de bienestar y felicidad  
(Febrero 2022)  
Nota de prensa**

## **INTRODUCCIÓN**

Este Estudio se ha centrado en analizar la percepción de la población vasca sobre el bienestar propio, junto con un intento de identificar las variables explicativas del bienestar y la felicidad. El contexto viene dado por varias investigaciones sociológicas internacionales realizadas en 2021 sobre esta materia. El trabajo de campo en Euskadi se realizó entre los días 13 y 20 de diciembre de 2021.

## **BIENESTAR**

### **Alto nivel de bienestar entre la población vasca**

La satisfacción de la población vasca con respecto a su vida es bastante alta, de forma que nueve de cada diez personas (90%) se muestran muy o bastante satisfechas con la vida que llevan. La satisfacción con la propia vida es algo mayor ahora que en los años precedentes. Además, es también mayor en Euskadi que la media europea.

En la escala de bienestar, teniendo en cuenta que 0 es la “peor vida posible” y 10 “la mejor”, la ciudadanía vasca se coloca en un 7,1 sobre 10. Comparando estos datos con los del Informe sobre la felicidad publicado por Naciones Unidas, World Happiness Report, Euskadi se colocaría en el puesto 13, tras países como Finlandia (7,9), Islandia (7,6), Dinamarca, Suiza y Países Bajos (7,5). España estaría en el puesto 24 y Francia en el 20.

Además, la población vasca tiene una percepción positiva en relación al futuro (7,6 sobre 10, esto es, cinco décimas por encima de la percepción sobre la situación actual). Combinando la percepción actual con las expectativas de futuro, el 45% cree que su situación va a mejorar a cinco años vista, el 29% cree que se va a mantener en el nivel actual y el 19% que su situación puede empeorar.

El 71% de la población vasca tiene confianza en el futuro.

## **FACTORES QUE EXPLICAN EL BIENESTAR**

### **Las sensaciones emocionales positivas se relacionan con el nivel de bienestar**

Sentirse bien emocionalmente la mayor parte del día está íntimamente relacionado con la sensación de bienestar de la población. Así, se observa un aumento de un punto en la media de bienestar entre las personas que afirman que se sintieron bien la víspera (se sintieron respetadas, a gusto o se rieron mucho). La correlación directa entre el bienestar y la sensación de felicidad también es muy elevada (0,6 sobre 1).

Queda patente que la sensación de bienestar está íntimamente ligada con una situación emocional positiva.

Del mismo modo, haber tenido la víspera emociones negativas se correlaciona significativamente con un menor nivel de bienestar (en torno a un punto menos); haberse sentido preocupado, triste, solo o enfadado influye de forma negativa en nuestro nivel de bienestar.

También la “confianza en el futuro” se relaciona directamente con el bienestar de la población, de forma que la diferencia en bienestar entre quienes muestran total confianza en el futuro (7,8) y quienes no muestran ninguna confianza (6,0) es de casi dos puntos.

### **La percepción de la salud está íntimamente relacionada con el nivel de bienestar**

La población vasca valora su estado de salud con un 7,3 sobre 10. El nivel de satisfacción con el estado de salud de la población sigue siendo notable, del 7,5 sobre 10, si bien ha bajado unas décimas desde 2013 (era del 8,2).

Además, la salud es otro factor determinante en la sensación de bienestar de la población. Tanto la valoración del propio estado de salud como la satisfacción con la misma correlacionan de forma positiva con la auto ubicación en la escalera de bienestar de la población; a mejor valoración de la salud mayor sensación de bienestar.

### **La relación entre el control que se tiene de la propia vida con el bienestar es muy estrecha**

La población vasca cree que controla su propia vida en un 7,5 sobre 10. Entre quienes piensan que no controlan su propia vida la sensación de bienestar es solo de un 5,3, mientras que entre quienes piensan que la controlan totalmente es de 7,8; dos puntos y medio más.

Los datos muestran la misma tendencia en cuanto a la satisfacción que se tiene con la libertad para elegir lo que se hace con la propia vida. Así, a más sensación de libertad mayor es el bienestar, desde el 7,7 de quienes se sienten muy satisfechos y satisfechas con su libertad hasta solo el 4,4 entre quienes se sienten muy insatisfechos/as.

### **El apoyo de la familia o las amistades es importante a la hora de medir el bienestar**

Desde 2013 ha bajado en cierta medida la satisfacción con la vida familiar y relacional de la población vasca. Así, la satisfacción con la familia ha pasado de 9 a 8,5; con las amistades de 8,3 a 8,1; con el tiempo libre de 7,7 a 7,3; y con las relaciones sentimentales y/o sexuales de 7,9 a 7,2. La satisfacción con estos aspectos de la vida correlacionan directamente con el nivel de bienestar de la población.

También el hecho de tener con quien contar en caso de necesidad o con quien compartir las cosas buenas o malas de la vida es una variable a tener en cuenta a la hora de medir el bienestar de una sociedad; la diferencia en el nivel de bienestar es alrededor de un punto.

Además, existen diferencias significativas entre las personas que están casadas o tienen pareja y las personas separadas o divorciadas o sin pareja, de forma que estas últimas se ubican en un nivel inferior en la escalera de bienestar.

### **Otro factor relacionado con el bienestar es la valoración de la situación económica personal**

La valoración de la situación económica del hogar de la población vasca es bastante alta y el 87% la considera muy o bastante buena, bastante por encima de la media europea.

Esta valoración se relaciona directamente con el nivel de bienestar percibido; de forma que quienes consideran la situación económica de su hogar como muy buena reportan un bienestar de 7,7; mientras que quienes la consideran muy mala es solo de 5,2.

### **La valoración de la situación del entorno se relaciona en menor medida con el bienestar**

En caso de poder elegir, una gran mayoría de las y los vascos decidiría quedarse a vivir en Euskadi (87%), porcentaje que apenas ha variado desde hace 20 años. Quienes preferirían vivir fuera reportan un nivel de bienestar menor (6,5) que quienes prefieren vivir aquí (7,2).

Además, Euskadi es percibido como un lugar seguro para vivir también para la gran mayoría (86%), aunque un 11% afirman que no creen que su municipio o zona sea segura para vivir. También quienes perciben su zona como segura para vivir reportan un nivel de bienestar mayor (7,2), frente al 6,8 de quienes no sienten esa seguridad.

Por otra parte, el 76% de la población califica de muy o bastante grandes las desigualdades entre ricos y pobres. Pero esta percepción de desigualdad entre ricos y pobres no correlaciona de forma significativa con la sensación de bienestar.

Por último, la mayoría percibe el medio ambiente de Euskadi como bueno o muy bueno (78%). No obstante, pese a que es ligeramente mayor la percepción de bienestar entre quienes valoran mejor la situación medioambiental de Euskadi, tampoco parece que sea esta una variable que contribuya significativamente a explicar la sensación de bienestar.

### **Las variables que más explican el bienestar son la salud, la situación económica y el control de la propia vida**

Un análisis estadístico multivariante del conjunto de los datos permite seleccionar las variables que explican en mayor medida el bienestar. Estas variables son la valoración de la propia salud, la satisfacción con el trabajo y con el dinero del que se dispone a fin de mes y el control de la propia vida. Son variables de carácter personal. También es una variable importante la confianza que se tiene en el futuro y los sentimientos positivos o negativos. En cambio, han quedado fuera del modelo de explicación final las variables de carácter más contextual o social.

En definitiva, podríamos concluir que el bienestar personal se explica más por factores personales que contextuales, y que en gran medida están ligados a la salud, el trabajo/dinero disponible, la familia/pareja y las cuestiones emocionales.

La **ficha técnica** de este estudio puede consultarse en el informe distribuido. La muestra dirigida a la población mayor de 18 años y supone un total de 1.505 entrevistas telefónicas para el conjunto de la CAPV. El error muestral se cifra en un +2,58% para el conjunto de la CAPV con un nivel de confianza de 95,5% y  $p=q=0,5$ . La recogida de información se realizó entre los días 13 y 20 de diciembre de 2021.

NOTA: El informe completo se puede encontrar en la página Web del Gabinete de Prospección Sociológica:

[http://www.euskadi.eus/estudios\\_sociologicos](http://www.euskadi.eus/estudios_sociologicos)

Vitoria-Gasteiz, a 24 de febrero de 2022