

DINHEIRO TRAZ FELICIDADE?

Gusttav Lang – gusttavlang@gmail.com
Universidade Federal de Santa Catarina
Campus Reitor João David Ferreira Lima
88040-900 – Florianópolis – Santa Catarina

Maria Eduarda Chiamulera – mechimulera@gmail.com
Universidade Federal de Santa Catarina
Campus Reitor João David Ferreira Lima
88040-900 – Florianópolis – Santa Catarina

***Resumo:** Possivelmente não há um só adulto na face da Terra que não tenha se perguntado em algum momento se, afinal, dinheiro traz ou não felicidade. É muito difícil viver sem dinheiro, mas nem por isso, ter dinheiro significa ser feliz. Por um lado, o dinheiro facilita a vida e a realização dos mais diversos desejos. No entanto, não é raro ver pessoas que trocaram a prosperidade de uma vida estável para buscar a verdadeira felicidade em outras atividades e profissões. O artigo avaliará a relação entre dinheiro e felicidade através de estudos sobre o tema. Além disso, a felicidade será investigada através da psicologia positiva que explora quais são as raízes da felicidade.*

***Palavras-chave:** Dinheiro, Felicidade, Psicologia Positiva.*

1. INTRODUÇÃO

A relação entre dinheiro e felicidade é um questão amplamente discutida e comentada entre pesquisadores e psicólogos atualmente.

Quase todo o mundo já viu um adesivo que diz: "Quem diz que dinheiro não traz felicidade é porque não sabe onde comprar." A frase é divertida, mas faz pensar: qual é exatamente a relação entre dinheiro e felicidade?

Por um lado, há um elo inquestionável entre uma coisa e outra. É claro que ter dinheiro suficiente para atender às necessidades básicas de todo ser humano — alimentação, vestuário e moradia — é motivo de felicidade, ou pelo menos de alívio do estresse, o que gera um contentamento maior. Quanto mais dinheiro a pessoa tem, mais coisas ela poderá comprar que a deixarão feliz. Por outro lado, esses objetos materiais não costumam dar a mesma alegria, por exemplo, de uma manhã na praia na companhia dos filhos ou de uma longa conversa com um velho amigo.

O artigo mostrará pesquisas que relacionam a quantidade de riqueza que uma pessoa possui com o seu nível de felicidade, explanando assim, o grau de relação entre dinheiro e felicidade.

É necessário definir o conceito felicidade, amplo, complexo, subjetivo, mas que, em geral, pode ser considerado um estado de espírito positivo. O artigo definirá através da psicologia positiva e da famosa pirâmide de Maslow esse conceito.

2. SER RICO AJUDA A SER FELIZ?

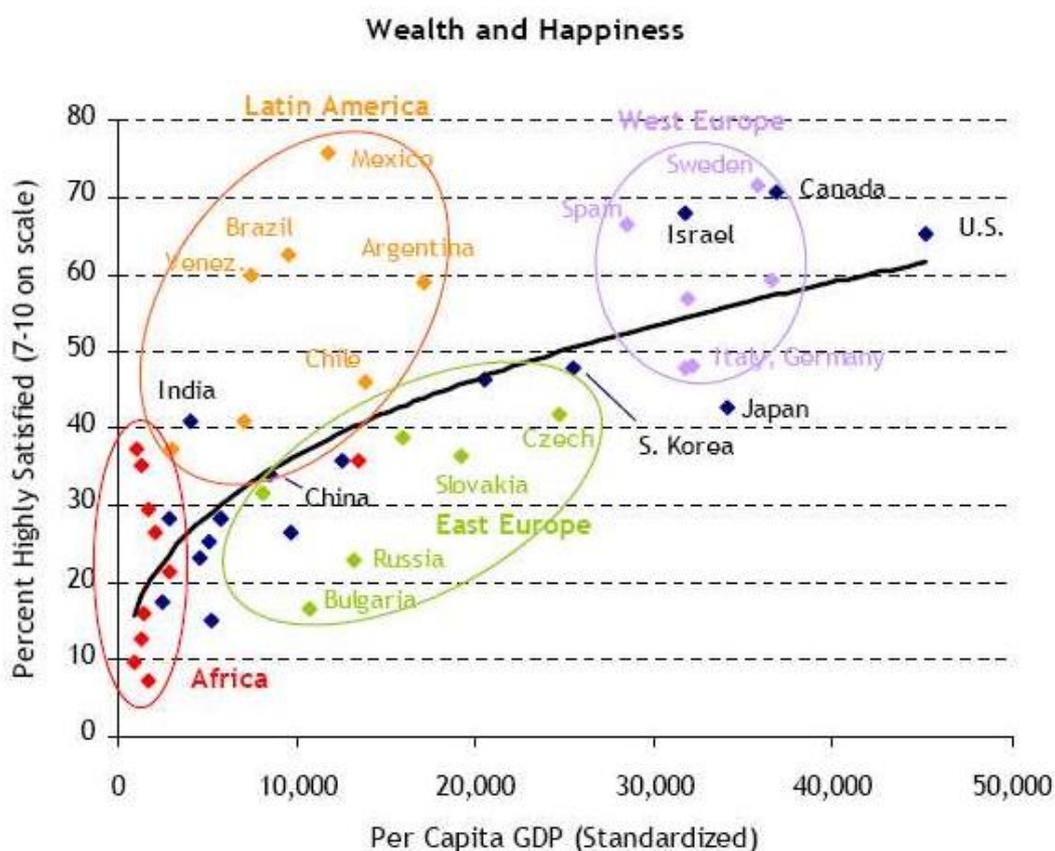
A maioria das pessoas acredita que seria mais feliz se fosse mais rica, mas as evidências da pesquisa sobre o bem-estar subjetivo são largamente incompatíveis com essa crença. O bem-estar subjetivo é mais comumente medido por perguntas para as pessoas: "Considerando tudo, quão satisfeito você está com sua vida como um todo nos dias de hoje?" Ou "Juntando todos os aspectos, você diria que está muito feliz, feliz ou não muito feliz?" Essas questões extraem uma avaliação global da vida de alguém.

Um método alternativo pede às pessoas que relatem seus sentimentos em tempo real, o que produz uma medida experimentada de felicidade. Pesquisas realizadas em muitos países ao longo de décadas indicam que, em média, indicadores globais em relação à satisfação com a vida ou felicidade não tiveram muitas mudanças nas últimas quatro décadas, apesar dos grandes aumentos na renda real per capita. Embora a satisfação com a vida relatada e a renda familiar estejam positivamente correlacionadas em uma seção transversal de pessoas em um determinado momento, os aumentos na renda têm sido principalmente um efeito transitório sobre a satisfação de vida relatada dos indivíduos. Além disso, a correlação entre renda e bem-estar subjetivo é mais fraca quando uma medida experimentada de felicidade é usada em vez de uma medida global.

2.1.Renda familiar e felicidade

Observa-se que muitas pesquisas não corroboram com uma ideia de que a felicidade cresce proporcionalmente ao aumento da riqueza e, por consequência, cabe o questionamento sobre até o ponto ou em que casos essa correlação existe de maneira significativa. Em um campo global, já há uma inconsistência ao relacionar o quanto uma pessoa ganha e seu nível de satisfação pessoal, como podemos notar a partir da Figura 1, que mostra o nível de satisfação com a vida para diferentes países.

Figura 1 – Satisfação com a vida pela renda per capita(1998).

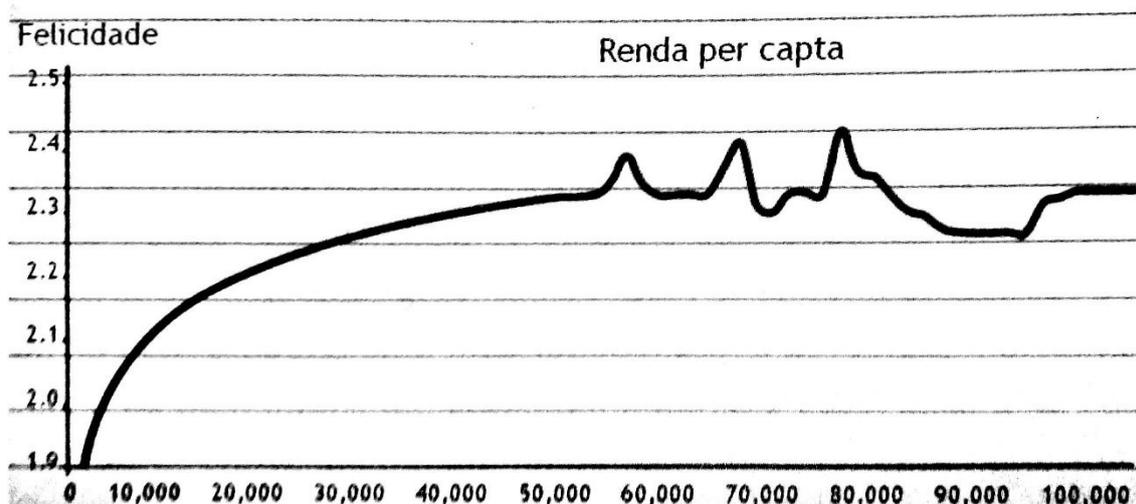


Embora verifique-se, de certa forma, uma predisposição ao aumento no nível de felicidade a partir da renda per capita, este aumento não é proporcional entre diferentes níveis de renda. A curva exposta no gráfico demonstra uma tendência no aumento de satisfação a partir do quanto se ganha. Isso demonstra que, no caso de uma pessoa com uma pior situação econômica, uma melhoria na condição financeira pode acarretar em grande satisfação com a vida. Entretanto, em melhores condições econômicas, a mesma quantidade de dinheiro não proporciona a mesma quantidade de satisfação com a vida.

Como se poderia imaginar, os países miseráveis (renda per capita abaixo de cinco mil dólares por ano) tiveram a maior taxa de pessoas infelizes. Esse fato se deve principalmente a falta de suprição às necessidades básicas, como será discutido na seção 3.

Um segundo estudo feito de forma independente pela universidade de Princeton, pesquisa feita com 450 mil americanos, mostra os níveis de felicidade (escala de 1 a 5) pela renda anual da família.

Figura 2 – Felicidade por renda per capita.



É possível perceber pela figura 2, que o dinheiro tem uma forte relação com a felicidade para rendas de até 50 mil dólares por ano. Valores superiores a este sugerem uma certa estagnação no nível de felicidade. Imagine a seguinte situação: Uma pessoa recebe um grande aumento em seu salário. A sua felicidade instantânea aumenta muito, pois a pessoa pode consumir mais coisas que lhe proporciona prazer, como por exemplo uma casa na praia. Mas, com a promoção em sua empresa, aumentam suas responsabilidades e seu tempo de dedicação, fazendo com que a pessoa não tenha tempo como antes para usufruir da casa na praia. Desta forma, sua felicidade instantânea pode ser reduzida.

2.2. Motivos que trazem felicidade

Uma pesquisa feita pela Revista Times, entrevistou milhares de americanos indagando sobre os motivos que lhes mais trazem felicidade. Os resultados podem ser vistos na Tabela 1.

Tabela 1 – Maiores motivos pra ser feliz

Relacionamento com os filhos ou crianças	77%
Amizades	76%
Caridade	75%
Relaciomento com marido/esposa ou namorado(a)	75%
Grau de controle sobre sua vida e seu futuro	66%
Coisas que você faz em seu tempo livre	64%
Relacionamento com os pais	63%
Religião	62%

Percebe-se que, das atividade mais citadas, a maioria requer pouco ou, em alguns casos, até mesmo nenhum gasto. É evidente que não é possível viver hoje sem dinheiro. Contudo, antes de acreditar cegamente que ser rico e consumir são sempre os melhores caminhos para felicidade, é necessário ter uma visão mais crítica desse senso comum.

A necessidade de produção que a sociedade impõe demanda cada vez mais trabalho dos cidadãos. Indubitavelmente, a sensação de ser útil e frutuoso é componente significativa na construção da felicidade, entretanto o elevado percentual de pessoas estressadas e infelizes com sua qualidade de vida sugere que muitas pessoas foram longe demais.

Ademais, é interessante refletir que existem dúvidas acerca de o dinheiro trazer felicidade. Mas é bastante certo que a falta de dinheiro traz, sim, infelicidade. Preocupações com contas para pagar, dívidas e prestações são capazes de tirar o sono e a qualidade de vida de muitas pessoas.

3. INVESTIGANDO A FELICIDADE

O ditado popular diz “dinheiro não traz felicidade”. E apesar da forma banal como é reproduzido, há um conceito por trás dele que vale a pena ser estudado. Antes de analisar a relação entre dinheiro e felicidade é necessário explicar esse sentimento.

Uma das hipóteses que tenta definir a felicidade afirma que ela seria uma maneira de perpetuar a espécie humana. A lógica desse pensamento é que quando se faz algo que aumente a chance de procriação e de sobrevivência da espécie, o indivíduo sente-se feliz. Exemplo disso é a alegria que as pessoas sentem ao se apaixonarem ou simplesmente quando comem uma bela refeição.

3.1. Psicologia positiva

Os efeitos dos sentimentos negativos como angústia, raiva e tristeza e consequências ao organismo foram amplamente estudados ao longo dos anos. A partir de 1980, surgiu uma corrente que percorre o caminho inverso, investigando as raízes da felicidade, a psicologia positiva.

Um dos principais representantes desse movimento é o Dr. Martin Seligman, professor da Universidade da Pensilvânia, Estados Unidos, que lidou com pacientes deprimidos por quase 30 anos. Através de sua pesquisa com Csikszentmihalyi, os autores citam maneiras de melhorar a qualidade de vida e prevenir patologias que surgem quando chegam os obstáculos na vida.

Uma das bases da psicologia positiva é a divisão da felicidade em cinco grandes grupos com acrônimo de PERMA em inglês. [sublinhados são 3]:

Positive Emotions - Emoções Positivas- sentir-se bem;

Engagement - Engajamento - estar absorvido em atividades;

Relationships - Relacionamentos - estar conectado aos outros;

Meaning - Significado - ter existência proposital;

Achievement - Realização -sentimento de realização e sucesso;

Emoções Positivas está relacionada ao prazer. Este elemento do modelo é o mais óbvio de entender. Aqui estão incluídas atividades como comer, beber, fazer sexo, conversar com um amigo, tomar banho de mar ou uma ducha quente em um dia frio. A relação com o dinheiro é muito poderosa e os gastos que se tem com essas atividades geralmente não são muito elevados e o resultado costuma ser bastante positivo.

Engajamento significa sentir-se absorvido pelo que se faz. Trata-se da capacidade de envolvimento entre a pessoa e a sua vida. Cada um é diferente e encontra prazer em diferentes atividades, seja tocando um instrumento, fazendo esporte, dançando, trabalhando em algum projeto interessante, tendo um hobby. É necessário possuir uma atividade que absorva inteiramente o indivíduo no momento presente, criando um fluxo de imersão na felicidade que aquela tarefa ou atividade produza. Este fluxo aumenta a inteligência e a capacidade emocional. Nesta área o dinheiro não tem tanto valor.

Relacionamento é um dos aspectos mais importantes da vida. Os seres humanos são animais sociais que prosperam em conexão, amor, intimidade e uma forte interação emocional e física com outros humanos. Construir relacionamentos positivos com pais, irmãos, colegas e amigos são importantes para espalhar amor e alegria. Ter relações fortes dá suporte em momentos difíceis. Nesta área o dinheiro perde o seu valor.

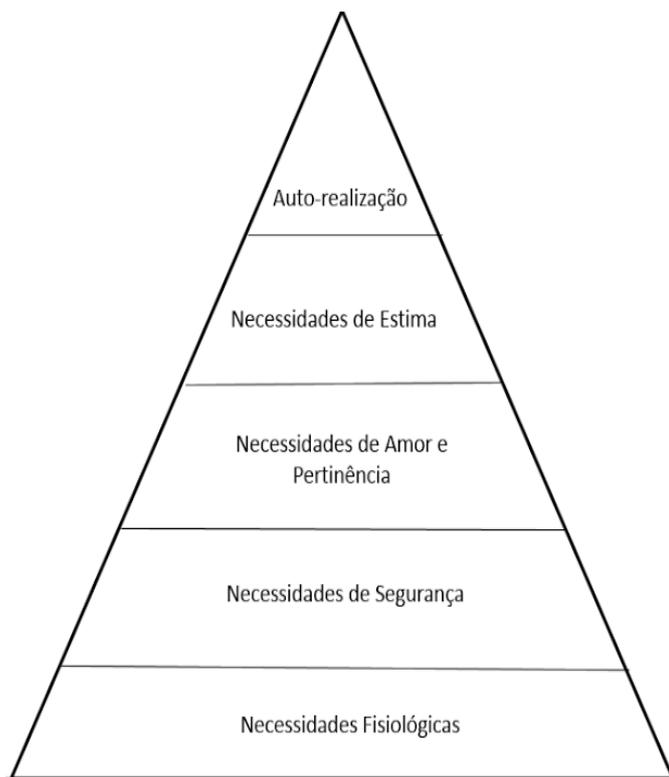
Significado vem de servir uma causa maior do que o próprio indivíduo. Quer se trate de uma deidade ou religião específica, ou uma causa que ajude a humanidade de alguma forma, é necessário possuir significado na vida para ter um senso de bem-estar. Esses atos inspiram as pessoas a viver e cuidar de alguém que não o eu. Viver uma vida significativa é, em essência, relacionado a se anexar a algo maior do que a si mesmo. Instiga a sensação de que existe um propósito maior para a vida, e ser parte dela confere significado.

Realização ajuda a construir auto-estima e proporciona uma sensação de sucesso, além de fortalecer a auto-crença. Ter metas e ambições na vida ajuda a alcançar coisas que podem dar um senso de realização. Ter realizações na vida é importante para forçar o indivíduo a prosperar e tornar-se melhor de alguma forma, quer se trate de dominar uma habilidade, alcançar um objetivo valioso ou vencer em algum evento competitivo.

3.2. Psicologia positiva

Muito antes de Seligman, o psicólogo Abraham Maslow sugeriu que os motivos humanos para a conquista da felicidade podem ser organizados segundo uma hierarquia, que ficou conhecida como a pirâmide de Maslow. A figura 3 apresenta uma representação da pirâmide de Maslow.

Figura 3 – Pirâmide de Maslow.



De acordo com a ideia de Maslow, os seres humanos vivem para satisfazer as suas necessidades, com o objetivo de conquistar a sonhada auto-realização plena. O esquema descrito na Pirâmide de Maslow trata justamente da hierarquização dessas necessidades ao longo da vida do ser humano.

A Pirâmide de Maslow é dividida em cinco níveis hierárquicos, cada um formado por um conjunto de necessidades. Na base da pirâmide estão os elementos que são considerados primordiais para a sobrevivência de uma pessoa, como a fome, a sede, o sexo e a respiração.

Para progredir na hierarquia é necessária a conquista das condições elementares da Pirâmide, passando para os próximos níveis, um a um, até alcançar o topo.

As etapas da hierarquia das necessidades de Maslow são:

Necessidade fisiológicas: esta é a base da pirâmide, onde estão as necessidades básicas de qualquer ser humano, como a fome, a sede, a respiração, a excreção, o abrigo e o sexo, por exemplo.

Necessidades de segurança: é o segundo nível da hierarquia, onde estão os elementos que fazem os indivíduos se sentirem seguros, desde a segurança em casa até meios mais complexos, como a segurança no trabalho, segurança com a saúde e a higiene pessoal.

Necessidades sociais: é o terceiro nível da pirâmide. Neste grupo estão as necessidades de se sentir parte de um grupo social, como ter amigos, constituir família, receber carinho de parceiros sexuais. Nada mais é que as necessidades de troca afetiva, associações, aceitação, intimidade sexual, as amizades.

Necessidades de status ou estima: é a quarta etapa da pirâmide de Maslow, que agrupa duas principais necessidades - a de reconhecer as próprias capacidades e de ser reconhecido por outras pessoas, devido a capacidade de adequação do indivíduo. Ou seja, é a necessidade que uma pessoa tem de se orgulhar de si própria, sentir a admiração e orgulho de outros indivíduos, ser respeitada por si e pelos outros, entre outras características que envolvam o poder, o reconhecimento e o orgulho, por exemplo.

Necessidades de auto-realização: este é o topo da Pirâmide, quando o indivíduo consegue aproveitar todo o potencial de si próprio, com autocontrole de suas ações, independência, a capacidade de fazer aquilo que gosta e que é apto a fazer, com satisfação.

Existem algumas peculiaridades a respeito da pirâmide que devem ser levadas em consideração:

- Uma etapa deve ser saciada para que o indivíduo passe para o próximo nível da hierarquia.
- As necessidades da auto-realização nunca são saciadas, sempre que uma necessidade se sacia, surgem novas ânsias e objetivos.
- As necessidades fisiológicas nascem com os seres humanos e são as mais fáceis de serem saciadas, ao contrário das outras etapas.
- Quando se conquista determinados elementos de um grupo de necessidades, o indivíduo sempre se motiva em conseguir atingir mais objetivos.
- As necessidades insatisfeitas, ou seja, que não conseguirem ser cumpridas, implicam reações negativas no comportamento do indivíduo, como frustrações, medos, angústias, inseguranças, entre outras.

Maslow é criticado por alguns pesquisadores pois sabe-se que mesmo um indivíduo que não pode saciar a própria fome tem necessidade de autorrespeito e auto-realização, bem como todos os outros seres humanos.

As teorias de Seligman e de Maslow guardam semelhanças entre si e podem ser relacionadas. O prazer é obtido ao saciar as necessidades fisiológicas e de segurança. Neste nível, ter dinheiro ajuda muito, pode-se conseguir prazer e segurança em troca de dinheiro. Outros pontos geradores de felicidade apontados por Seligman é o engajamento e relacionamento. Eles estão relacionados com as necessidades de amor e de pertinência citadas por Maslow. É inegável a indispensabilidade do sentimento de pertencer a um grupo, sentir-se amado, respeitado e admirado. O dinheiro é pouco eficiente na busca por essas necessidades, não que ele não ajude, mas geralmente em uma proporção muito menor do que o esforço para satisfazê-las.

Dessa forma, o dinheiro ajuda na busca da felicidade mas não garante nada. Muitas pessoas gastam tempo na busca do dinheiro e acabam perdendo tempo para aproveitar o que

realmente as fazem felizes. Ter dinheiro ajuda a atender os prazeres fisiológicos e as necessidades de segurança, mas será que ter prazer sem atender às demais necessidades, traz felicidade? Provavelmente não, pois dificilmente o dinheiro implicará em significado ou realização à vida de alguém.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O dinheiro é um meio para viver e não deve ser confundido com a razão da vida. Ele é muito poderoso ao proporcionar prazer, um dos componentes da felicidade. No entanto, a felicidade não é só resultado do prazer. A riqueza não faz com que uma pessoa seja verdadeiramente amada, não garante autoestima e nem realização.

A lição mais importante é saber se que dinheiro não traz felicidade, mas a falta dele é capaz de trazer infelicidade. O segredo encontra-se no equilíbrio.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BORRERO, S; ESCOBAR, A; CORTÉS, A; MAYA, L. Poor and distressed, but happy: situational and cultural moderators of the relationship between wealth and happiness. *Estudios Gerenciales* (2013).

CSIKSZENTMIHALYI, M. *Flow: the psychology of optimal experience*. New York: Harper & Row, 1990,

EASTERLIN, R. *Journal of Economic Behavior and Organization* 27, 35 (1995).

EASTERLIN, R. Building a better theory of well-being. Discussion Paper No. 742 (IZA, Bonn, Germany, 2003).

KAHNEMAN, D; DEATON, A. High income improves evaluation of life but not emotional well-being. *PNAS*, 2010

LAYARD, R. *Happiness: Lessons from a new science* (Penguin Press, London, 2005).

MACEDO, JURANDIR SEL. *A árvore do dinheiro*. 1. ed. Florianópolis: Editora Insular, 2013.

MASLOW, A. H. *A theory of human motivation*, 2 ed., New York: Wilder publication, 2013.

MASLOW, A. H. *Motivation and personality*, 2 ed., New York: Harper and Row, 1970.

SELIGMAN, M. E. *Flourish, A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being*. 1 ed. London: Nicholas Brealy, 2011.

SHELDON, K. M.; KING, L. Why positive psychology is necessary. *American Psychologist*, v.56, n.3, p. 216-217,2011.

SLAVIN, S.J.; SCHINDLER, D.; Chibnall, J. T.; Fendell, G.; SHOSS, M. PERMA: a model for institutional leadership and culture change. *Academic Medicine*, v. 87, n.11.

STEPTOE, A.; DIEZ ROUX, A. V.; Happiness, social networks, and health. *British Medical Journal*, 2008.