

# I soldi fanno la felicità?

Maria Cattini | 21/06/2023 | Modus vivendi

---

## La scienza spiega la relazione tra reddito e benessere

I soldi fanno la felicità? Secondo uno studio condotto da **Daniel Kahneman**, premio Nobel per l'economia, e **Matt Killingsworth**, esperto di studi sulla felicità, il reddito annuale è legato alla felicità, ma solo in certe situazioni.

**La ricerca, pubblicata sulla rivista della [National Academy of sciences](#) nel 2023, ha evidenziato tre fattori che influenzano la relazione tra reddito e felicità.**

Innanzitutto, il 15% della popolazione più infelice ha un tetto limite di 100.000 euro di reddito annuale, oltre il quale la felicità non cresce più. Ciò suggerisce che, per alcune persone, una volta che si raggiunge un certo livello di reddito, il denaro non fa più la differenza in termini di benessere mentale.

**Tuttavia, per il 60% della popolazione, che ha un livello di felicità medio-alto, il tetto dei 100.000 euro si annulla e maggiori quantità di denaro portano a livelli più alti di felicità.**

Infine, per il restante 25% della popolazione, c'è una forte correlazione tra crescita del reddito e benessere mentale. In altre parole, per alcune persone, più soldi equivalgono a una maggiore felicità.



Ma come si spiega questa relazione tra reddito e felicità? La risposta potrebbe essere trovata nelle neuroscienze.

*Le neuroscienze sono l'insieme degli studi scientificamente condotti sul sistema nervoso.*

Wikipedia

Uno studio del 2018 ha dimostrato che l'attività della corteccia prefrontale dorsolaterale, una regione del cervello responsabile della presa di decisioni e della motivazione, è direttamente correlata alla felicità e al benessere mentale.

Inoltre, un altro studio del 2019 ha dimostrato che la ricerca dei soldi attiva la stessa regione del cervello della droga e della pornografia. Questo potrebbe spiegare perché alcune persone possono sperimentare una "dipendenza" dai soldi e percepire un maggiore benessere mentale con un reddito più alto.

Tuttavia, ci sono ovviamente delle eccezioni.

**Ad esempio, persone con disturbi mentali come la depressione o l'ansia possono avere difficoltà a provare piacere e felicità, indipendentemente dalla quantità di denaro che guadagnano.**

Inoltre, è stato dimostrato che le relazioni sociali e l'essere parte di una comunità hanno un impatto significativo sulla felicità e sul benessere mentale. In queste circostanze, la ricchezza materiale può non avere lo stesso peso.

I risultati della ricerca scientifica indicano che l'impatto delle relazioni sociali sulla felicità è molto significativo. La felicità e il benessere personale sono influenzati dalla quantità e dalla qualità delle relazioni interpersonali che una persona ha nella sua vita.

## **I soldi fanno la felicità? L'impatto delle relazioni sociali positive**

In particolare, la ricerca ha dimostrato che le persone che hanno relazioni sociali positive, soddisfacenti e significative, tendono ad avere una maggiore felicità e un miglior benessere mentale in generale.

Ci sono diversi fattori che possono influenzare la qualità delle relazioni sociali di una persona e, di conseguenza, il loro impatto sulla felicità e sul benessere mentale. Ad esempio, la presenza di persone significative come amici e familiari può fornire un supporto emotivo e pratico durante i momenti difficili della vita, aiutando a ridurre lo stress e la pressione.

Inoltre, le relazioni sociali positive sono spesso associate alla capacità di costruire una rete di sostegno sociale, che può aiutare le persone a superare situazioni difficili, migliorare la loro autostima e favorire la salute mentale e fisica.

**Le relazioni sociali positive possono anche influenzare positivamente la salute mentale e fisica attraverso l'attivazione del sistema nervoso parasimpatico, che aiuta a ridurre il livello di stress e di ansia e favorisce il recupero dalle malattie.**

D'altra parte, le [relazioni sociali negative](#) o insufficienti possono avere un impatto negativo sulla felicità e sul benessere mentale delle persone. La mancanza di relazioni sociali significative può portare alla solitudine, alla depressione e all'ansia, e può aumentare il rischio di problemi di salute mentale. Le relazioni sociali problematiche, come quelle caratterizzate dalla mancanza di supporto o presenza di comportamenti aggressivi o violenti, possono avere conseguenze negative sulla salute mentale e fisica.

**Infine, la felicità e il benessere mentale sono influenzati da molti altri fattori, tra cui la salute, l'educazione, l'ambiente e la cultura.**

A volte il denaro può avere un ruolo negativo in questi fattori, ad esempio se viene speso in modo malsano o se porta ad abitudini di vita meno sane.

In sintesi, lo studio di Kahneman e Killingsworth dimostra l'esistenza di una relazione tra reddito e felicità, ma solo in certe situazioni. Tuttavia, la scienza dimostra che la felicità è influenzata da molti altri fattori, tra cui la salute, le relazioni sociali, l'ambiente e la cultura. In ogni caso, il benessere mentale è un obiettivo importante da perseguire, anche se la strada per raggiungerlo può variare in base alle circostanze