



REO núm: 1074
Data: 17/01/2024

Estudi Indicador benestar subjectiu. 2023

Informe de resultats



Generalitat de Catalunya
Departament de la Presidència

INDICADOR DE BENESTAR SUBJECTIU

Els factors clau per entendre la satisfacció
amb la vida a Catalunya

16 de gener de 2024

Objectiu

La Generalitat de Catalunya ha impulsat un estudi estratègic d'opinió amb l'objectiu d'analitzar **què explica el benestar subjectiu de les persones** per tal d'impulsar polítiques que busquin millorar-lo. Aquesta anàlisi s'emmarca en un projecte per crear un nou model d'avaluació del benestar i tenir **eines per poder contribuir a la seva millora** mitjançant el **seguiment i monitoratge d'un indicador sobre el benestar percebut i dels paràmetres que el defineixen**.

Metodologia

Aquesta primera fase del projecte ha rebut l'assessorament de la Dra. Ada Ferrer-Carbonell, investigadora titular a l'Institut d'Anàlisi Econòmica (IAE-CSIC). A part, s'ha comptat amb 20 persones del món acadèmic (la majoria externes a la Generalitat de Catalunya) així com amb la col·laboració d'altres departaments i organismes (CEO, IDESCAT) de la Generalitat de Catalunya.

Per dur a terme el projecte, s'ha comptat amb experts i expertes sobre el benestar subjectiu per l'assessorament al llarg de totes les fases que ha implicat l'estudi. Per altra banda, s'han compartit l'objectiu del projecte, la metodologia i determinades decisions que calia prendre tant amb personal acadèmic com amb potencials usuaris dels resultats del projecte (interns de la Generalitat i entitats socials o organitzacions externes).

Haver pogut comptar amb l'opinió i expertesa de professionals de trajectòries diferents ens ha permès oferir un enfocament el més ampli possible a l'anàlisi i metodologia de treball.



Notes prèvies

Informe de resultats

El present document mostra els principals resultats de l'anàlisi descriptiva i qualitativa. Inclou una anàlisi àmplia sobre la satisfacció amb la vida i la identificació dels 12 factors que contribueixen i afecten el benestar de les persones (tant des de l'enfocament estadístic empíric com des de l'anàlisi qualitativa).

A part, l'informe complet de resultats inclou la satisfacció parcial amb determinats àmbits suggerits (no espontanis) tant individuals com col·lectius així com uns blocs temàtics que mostren els resultats de l'enquesta realitzada que incloïa un ampli ventall de preguntes sobre temes variats. S'ha treballat el document per poder ordenar la informació utilitzant ja els factors clau vinculats al benestar subjectiu.

La majoria dels gràfics són interactius i es recomana la seva lectura en tablet o ordinador.

Visor web

S'ha creat un espai web per mostrar els principals resultats d'una forma interactiva i orientada a què qualsevol persona interessada en aquest projecte pugui explorar i entendre els resultats.

Enllaç: indicadorbenestar.gencat.cat

Està previst realitzar un espai de continuació (2024) per poder ampliar la informació amb les fases posteriors del projecte que inclourà el monitoratge regular del benestar subjectiu de les persones així com l'anàlisi dels 12 factors plantejats.

Documentació

A part del present informe de resultats i el visor web, es posa a disposició l'informe acadèmic dut a terme des de l'Institut d'Anàlisi Econòmica (liderat per la Dra. Ada Ferrer i Carbonell), així com el qüestionari i la base de dades amb les respostes recollides.

Més informació: indicadorbenestar.gencat.cat

Contacte | dgap.presidencia@gencat.cat

Sumari executiu .

Compromís, metodologia i evolució del projecte

L'objectiu del projecte és conèixer el nivell de satisfacció amb la vida a la societat catalana, crear un nou model d'avaluació del benestar subjectiu de les persones i disposar d'eines per poder contribuir a la seva millora mitjançant el seguiment i monitoratge del futur indicador així com dels paràmetres que el defineixen.

S'ha dut a terme una primera fase del projecte que ha consistit en un estudi a 4.000 persones per conèixer el seu nivell de satisfacció amb la vida.

- Anàlisi estadística o empírica
- Anàlisi descriptiva i qualitativa utilitzant les respostes espontànies de la societat sobre diversos aspectes vinculats al seu benestar subjectiu.

L'estudi permet saber el nivell de satisfacció amb la vida de les persones i ha permès identificar 12 factors clau que influeixen en el benestar subjectiu d'aquestes.

Aquests factors seran monitorats des del 2024, amb l'objectiu de guiar les polítiques públiques en aquest àmbit.

Principals resultats

Satisfacció amb la vida

Aproximadament el 40% de les persones puntuen la seva satisfacció amb la vida entre 8 i 10, amb una mitjana global de 6,9.

La satisfacció amb la vida incrementa amb l'edat, el nivell d'estudis i d'ingressos.

Hi ha una percepció general que el nivell actual de satisfacció amb la vida (mitjana de 6,9) és millor que fa un any (6,4) i que millorarà en els pròxims 12 mesos (7,1).

Els resultats de Catalunya situen el nivell de satisfacció amb la vida dels catalans i catalanes en uns paràmetres similars als països del nostre entorn, malgrat que per tipologia de mostra i període de realització del treball de camp no siguin estudis directament comparables (mitjana europea de 6,7 segons l'últim informe de l'OCDE Better Life Index, mitjana d'Espanya de 6,4 segons l'últim World Happiness Report o mitjana europea de 7,1 segons l'última l'Enquesta de condicions de vida de 2022).

Els 12 factors clau pel benestar subjectiu

Seguint els dos enfocaments metodològics (empíric i espontani), es determinen 12 factors que impacten el benestar subjectiu de les persones. Aquests són aspectes relacionats amb la **salut** (mencionat pel 38% de les persones), la **família** (38%), la **situació econòmica** (34%), l'**àmbit laboral** (33%), la **vida personal** (28%), el **benestar emocional** (20%), el **malestar** - inclou aspectes com la soledat o les preocupacions- (6%), els **propòsits** (6%), els **usos del temps i lleure** (6%), el **context polític i global** (5%), l'**habitatge** (5%) i la **salut mental** (3%).

Els percentatges no descriuen la importància dels factors sinó la freqüència en què han sigut mencionats per les persones. Hi ha factors que s'associen al benestar subjectiu quan la persona té un alt nivell d'aquest (exemple: benestar emocional) o d'altres que es mencionen quan la persona té un baix nivell de satisfacció amb la vida (exemple: salut mental). D'altres, es mencionen amb més o menys freqüència independentment de valor de satisfacció.

Sumari executiu ..

Principals resultats (continuació)

Anàlisi dels 12 factors

Les persones amb una satisfacció amb la vida **més alta** destaquen en major mesura aspectes relacionats amb la **salut, la família, la vida personal i el benestar emocional**.

Els **menys satisfets** posen més pes en factors **econòmics, malestar i salut mental**.

Destaquen les diferències per edat d'alguns factors a l'hora d'influir en el nivell de satisfacció amb la vida (salut, salut mental, vida personal, propòsits, habitatge).

Alguns factors, com la família, el benestar emocional i els usos del temps i el lleure, estan associats amb nivells més alts de satisfacció amb la vida, mentre que altres, com la situació econòmica, el malestar i la salut mental, es correlacionen amb nivells més baixos de satisfacció. El context polític i global també influeix amb menys representació que la resta. La resta, són factors que es mantenen estables, per la qual cosa s'atribueixen tant a nivells alts com baixos de satisfacció.

Independentment del nivell de satisfacció amb la vida, les persones coincideixen a destacar àmpliament la **situació econòmica** com l'aspecte que podria **incrementar el nivell de satisfacció amb la vida** (citat com aspecte més rellevant pel 48% que es declaren gens o poc satisfets i pel 41% dels que es declaren bastant o molt satisfets).

La **major part de les persones (57%)** considera que el seu nivell de satisfacció amb la vida és **més o menys igual que la gent del seu entorn**; un 25% considera que és més alt o molt més alt.

La principal causa de les persones per sentir-se **més satisfetes** que la gent de l'entorn és l'**actitud positiva** (17%) seguida de l'àmbit laboral i la família (16%); els principals motius per sentir-se **menys satisfetes** són la **situació econòmica** (32%), la salut (17%) i l'àmbit laboral (16%).

Satisfacció parcial en aspectes suggerits (no espontanis)

A part de demanar de forma espontània quins factors contribueixen al nivell de satisfacció amb la vida de les persones, se'ls demanava que valoressin el seu nivell de satisfacció i importància en una sèrie d'àmbits relacionats amb el benestar de les persones.

- Destaca els nivells alts de **satisfacció parcial** en l'**educació rebuda** (7,6) i la **vida familiar** (7,4), mentre el **temps dedicat a l'esport** (5,5), la **situació econòmica pròpia** (5,9) i les **condicions econòmiques de la feina** (6,0), destaquen com els que menys. En relació amb la importància d'aquests aspectes per les persones, l'**estat de salut** (8,8), la **vida familiar** (8,6) i el **temps que disposen per la família** (8,4) són els aspectes que més rellevància tenen per a la satisfacció amb la vida.
- **La satisfacció global amb la vida augmenta a mesura que augmenta la satisfacció parcial en els diferents aspectes de la vida.**
- A Catalunya, el **sistema sanitari** (8,0), la **seguretat ciutadana** (7,4) i el **medi ambient i la sostenibilitat** (7,2) són els aspectes col·lectius que més afecten en la satisfacció amb la vida de la població catalana.

Sumari executiu ...

Principals resultats (continuació)

Anàlisi temàtica sobre aspectes relacionats amb el benestar subjectiu

Salut i salut mental

Un 50% de la població té un estat de salut bo o molt bo. La **satisfacció amb la vida (SV) augmenta a mesura que millora l'estat de salut**. Les persones que tenen molt mala salut, tenen una SV de 4,4; mentre que, entre les que tenen molt bona salut, augmenta al 7,8. Les persones que apunten dificultats en la relació a alguna discapacitat o salut mental, són els que tenen un menor nivell de satisfacció amb la vida (4,8 i 3,6 respectivament).

El nivell de SV es redueix fins a 2,9 punts davant la percepció de **no jugar un paper útil a la vida** o de gaudir del dia a dia. Un 12% de les persones considera que no està jugant un paper útil a la vida. En canvi, augmenta fins a 2,8 punts a mesura que va creixent la percepció de **capacitat de concentració, prendre decisions o d'afrontar els problemes**.

Les persones que sempre s'han sentit **optimistes, útils, relaxades, han afrontat bé els problemes i han tingut energia de sobre**, tenen entorn de 4 punts més de satisfacció amb la vida que no s'hi ha sentit mai en les darreres setmanes.

Benestar emocional i malestar

La SV augmenta gairebé 3 punts entre les persones amb més **capital social** (41%), en comparació amb les que no tenen ningú (4%) amb una SV de 4,5.

Les persones que **s'han sentit sovint soles**, aïllades o mancades de companyia són entre el 7 i 9%, i les que s'han sentit **excloses** representen un 4%. Per aquelles persones que sovint els manca xarxa, la seva SV no arriba al 5.

La **confiança** amb la resta de la gent es troba estretament relacionada amb la SV: la variació entre les persones que no confien pràcticament en ningú i les que confien en la majoria de les persones és de gairebé 3 punts (5,4 vs. 8,1).

Família, vida personal o propòsits

Les tipologies de que tenen un nivell de SV més elevat són les d'una **parella amb un d'ells almenys de 65 anys i sense fills (7,3)**, i les **parelles amb fills menors d'edat (7,1)**. Les persones que viuen en una llar monoparental amb un persona menor a càrrec són les que tenen un nivell de satisfacció amb la vida més baix (6,1).

Les persones que se senten més satisfetes s'autodefineixen com a persones **positives (7,5)**, **alegres (7,4)**, **familiars (7,3)** i **col·laboratives (7,3)**.

En general, la gent que considera que l'influeixen molt les creences religioses (4%), espirituals (3%), els valors ètics o tradicionals (27%), tenen un nivell de SV més elevat (7,0-7,2).

Situació econòmica i habitatge

La SV es redueix a mesura que disminueix el **volum d'ingressos** mensuals en 1,5 punts.

La **dependència econòmica de tercers** disminueix el nivell de satisfacció amb la vida fins a 1,5 punts.

La **vulnerabilitat, econòmica i en matèria d'habitatge**, té molta influència en la satisfacció amb la vida: la diferència és de gairebé 3 punts en la satisfacció amb la vida entre les persones que la pateixen i les que no.

La SV és més alta entre els que viuen en un **pis propi pagat (7,2)**. Disminueix la satisfacció amb la vida entre les persones que tenen un lloguer (6,6) o lloguer compartit (6,4).

Sumari executiu ...

Principals resultats (continuació)

Àmbit laboral

La SV varia en funció de la situació professional: les persones jubilades o pensionistes (7,2) i les que tenen una feina remunerada (6,9) són les que tenen un nivell més elevat. Les persones **aturades** són el col·lectiu amb un valor més baix (un 5,8).

La SV varia entorn de 2 punts entre aquelles persones que tenen **risc de perdre la feina** aviat (5,1), i les que no tenen cap risc (7,2).

Usos del temps i lleure

El **temps dedicat a la realització d'activitats d'oci o lleure augmenta significativament el nivell de SV.**

Les diferències entre les persones que practiquen sovint una activitat de lleure i les que no ho fan mai o molt poc sovint genera unes **diferències en la SV de fins a 1,8** en el cas d'activitats socials o d'1,3 en el cas d'activitats a l'aire lliure.

El 61% de les persones enquestades no participen en cap **entitat o associació**, però les que sí que ho fan tenen un nivell de satisfacció més elevat que les que no hi participen (7,0 vs. 6,8).

Context social i polític

El 47% de les persones considera que la seva **situació socioeconòmica** dels mesos vinents afectarà negativament el seu nivell de satisfacció amb la vida.

El 44% de la població puntua el funcionament de la **democràcia** per sota dels 5 punts: la SV **augmenta gairebé 1 punt** entre aquelles persones que valoren el funcionament de la democràcia molt positivament i aquelles que la puntuen amb un 0.

Tot i que representen una part petita de la població, les persones que no poden o no saben fer **ús de les tecnologies de la informació i internet** tenen un nivell de satisfacció amb la vida més baix (6,1); el **72% té coneixements suficients** per al que necessita i té una SV de 7.

Fase 2: Seguiment i monitoratge (2024)

La planificació per al **2024** inclou **quatre onades** d'enquestes de seguiment del nivell de satisfacció amb la vida i dels 12 factors clau, amb una mostra total de **10.000 persones participants**.

A més, es proporcionarà una **versió resumida del qüestionari a altres departaments i entitats** interessades per ampliar la recopilació de dades i permetre una anàlisi més detallada en àmbits específics. **L'objectiu és que totes les enquestes realitzades pel Govern incorporin un capítol dedicat a la satisfacció amb la vida.**

Aquest estudi representa un punt de partida que obre noves possibilitats d'anàlisi. Es tracta de la fase inicial d'una font d'informació innovadora que millorarà la comprensió de les persones i les seves necessitats, proporcionant una base per poder contribuir a la millora de les polítiques públiques.

Més informació:

indicadorbenestar.gencat.cat

contacte: dgap.presidencia@gencat.cat

BLOC 1

La satisfacció amb la vida

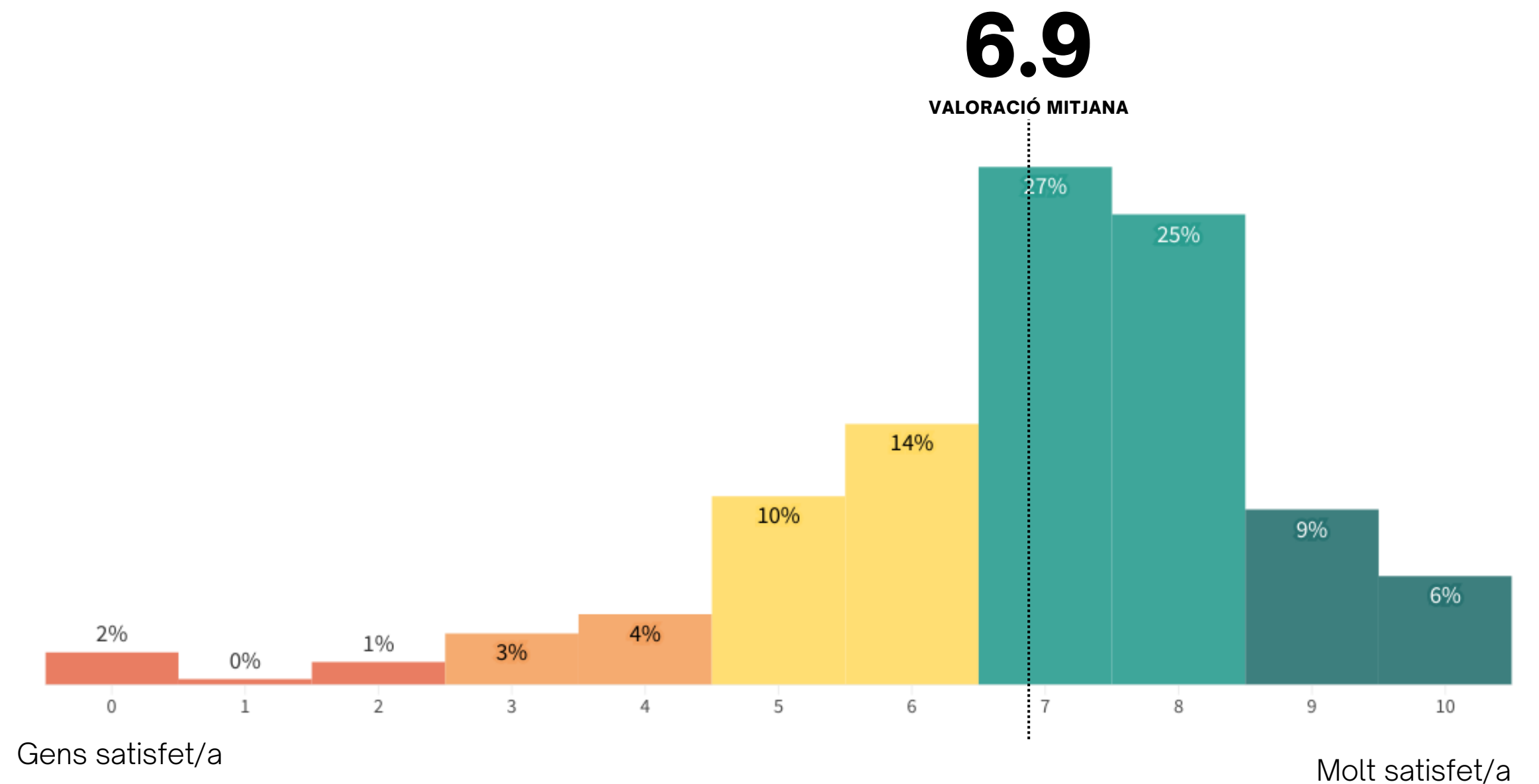
Quin nivell de satisfacció amb la vida tenen les persones de Catalunya? Hi ha diferències entre perfils?

Gairebé el 40% de les persones puntua la seva satisfacció amb la vida entre 8 i 10.

El percentatge de persones que considera que la seva satisfacció amb la vida se situa per sota de 5 és molt minoritari; no arriba al 10%.

Nivell de satisfacció amb la vida

% de persones (N=4.005 | Total mostra)



PREGUNTA: Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

La satisfacció amb la vida incrementa amb l'edat, el nivell d'estudis i d'ingressos. Les persones jubilades són un dels col·lectius amb més satisfacció, amb un 7,2 de mitjana.

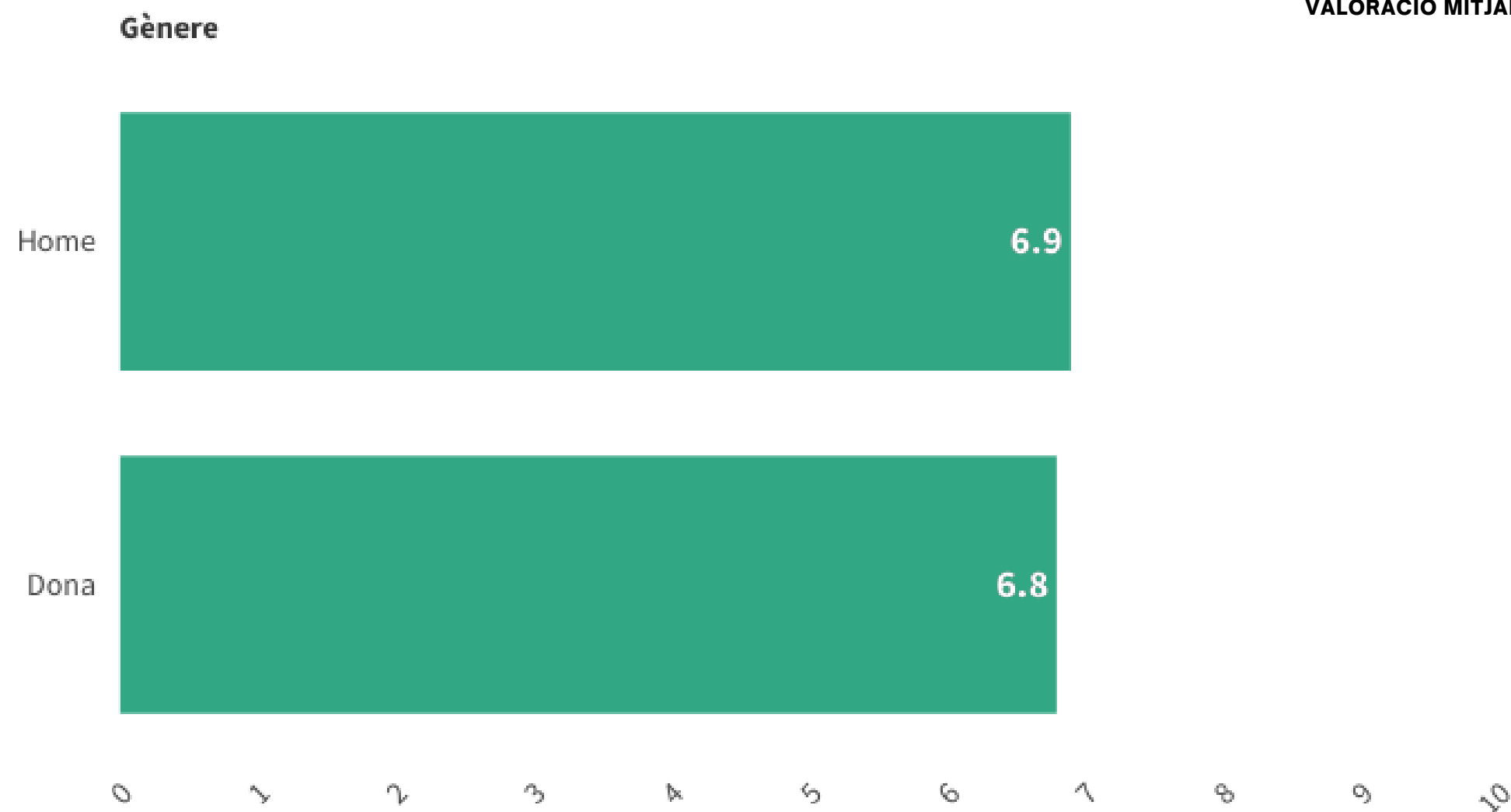
Les menys satisfetes són les persones sense estudis, les aturades i les que cobren menys de 1.000 euros mensuals.

PREGUNTA: Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Nivell de satisfacció amb la vida segons perfil

% de persones (N=4.005 | Total mostra - En algunes categories la mostra pot ser no rellevant)

Gènere	Edat	Situació professional	Nivell d'estudis	Nivell d'ingressos de la llar
--------	------	-----------------------	------------------	-------------------------------



6.9
VALORACIÓ MITJANA

Les persones consideren que el seu nivell de satisfacció amb la vida actual (6,9 de mitjana) és millor que fa un any (6,4), i que en l'any vinent serà millor (7,1).

En relació amb l'any anterior, només el 55% dels catalans i catalanes se situaven per sobre els 7 punts (mitjana), en l'actualitat són el 67% (68% en l'any vinent).

PREGUNTA:

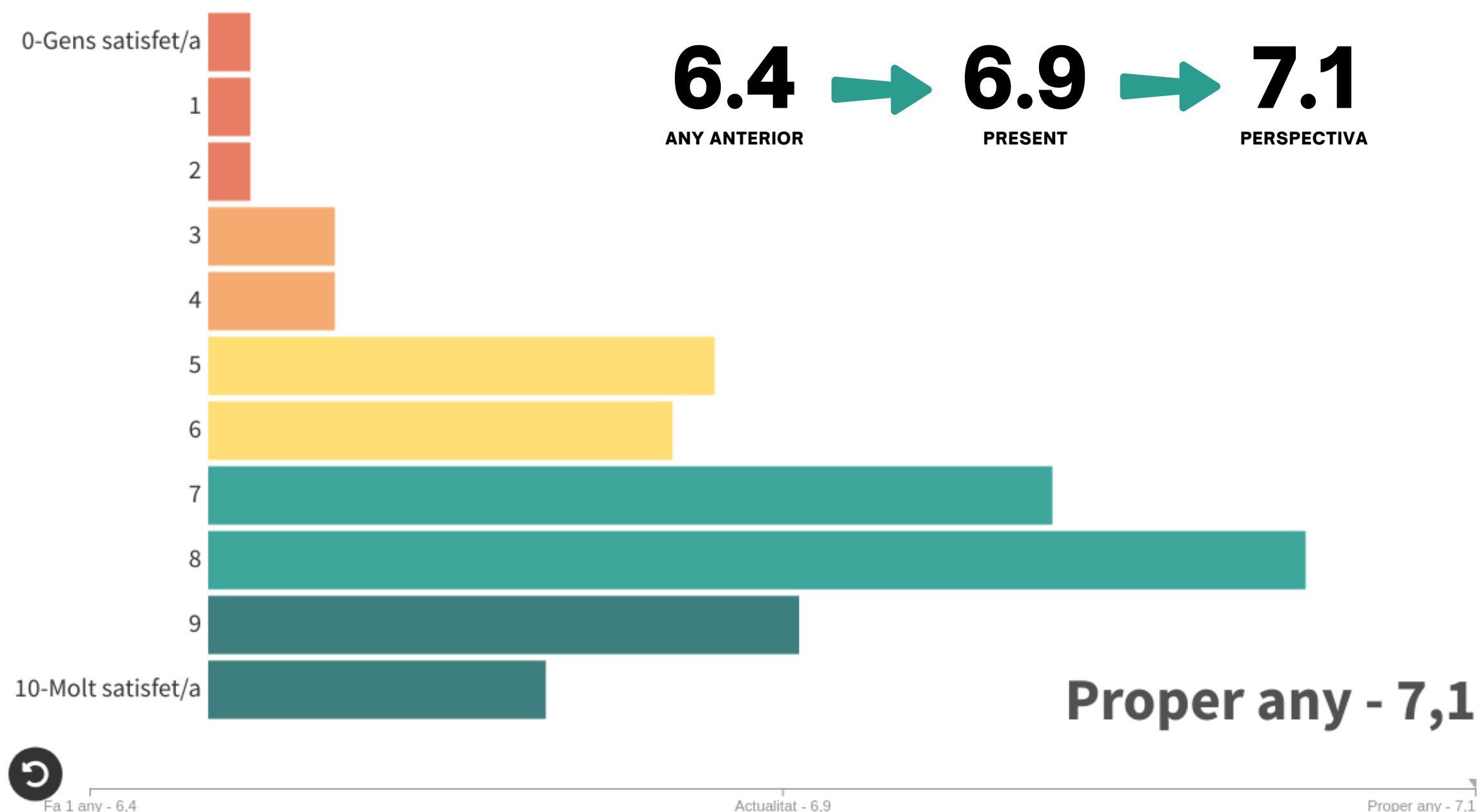
En general, fa un any, quin era el teu nivell de satisfacció amb la vida?

Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Quin creus que serà el teu nivell de satisfacció amb la vida d'aquí a 1 any?

Evolució percebuda del nivell de satisfacció amb la vida

% de persones que ha mencionat quina era la seva SV fa un any, l'actual i quina creuen que serà l'any vinent.



La satisfacció amb la vida (felicitat o sentit de la vida)

La satisfacció amb la vida, el nivell de felicitat i el sentit de la vida se situen al voltant dels 7 punts de mitjana i tenen una distribució pràcticament igual.

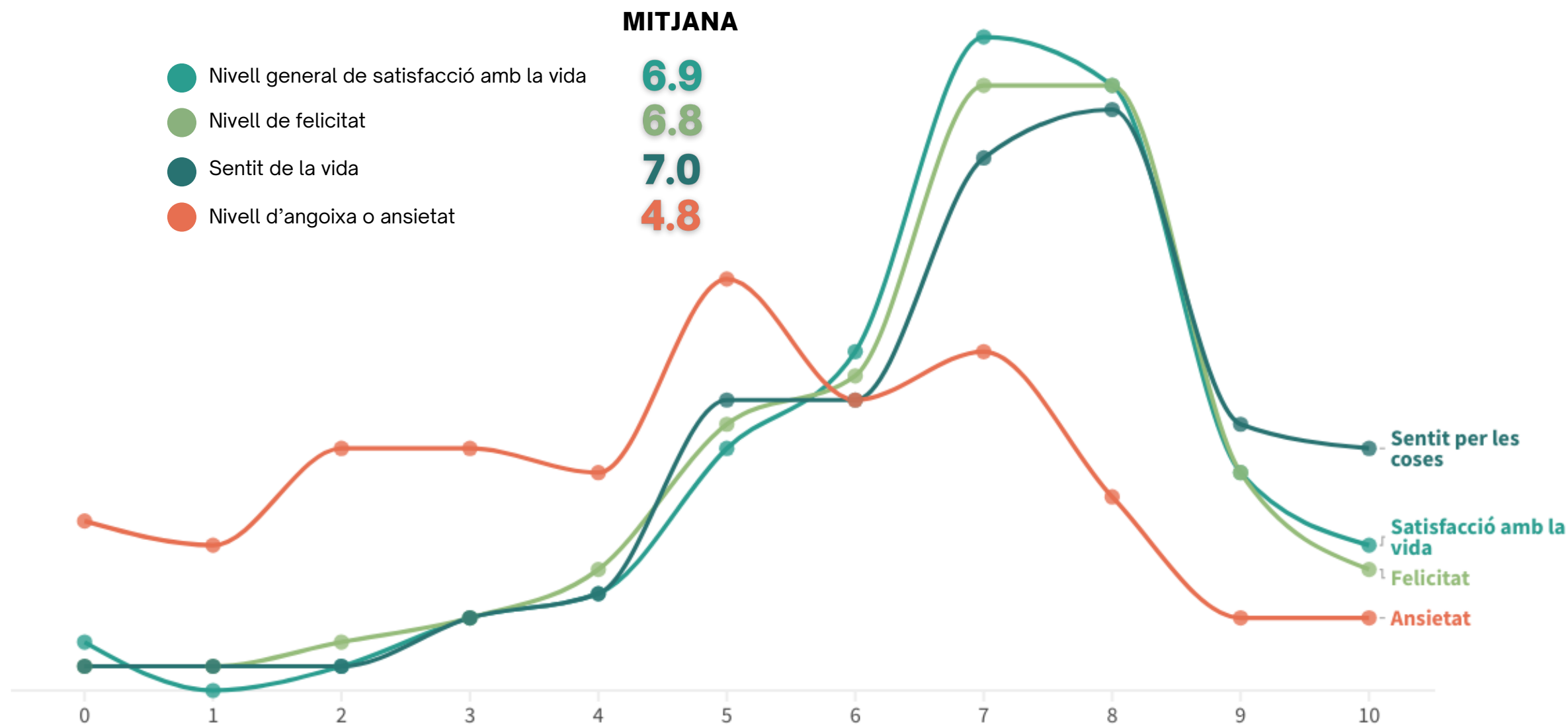
Satisfacció amb la vida, felicitat, sentit per les coses que es fan i nivell d'angoixa són els quatre paràmetres que s'utilitzen en l'àmbit internacional per la mesura del benestar subjectiu.

La mitjana del nivell d'angoixa i ansietat se situa per sota dels 5 punts, però un 29% de la població se sent bastant o molt angoixada.

PREGUNTA: Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?
En termes generals, fins a quin punt et consideres una persona feliç?
En general, fins a quin punt sents que les coses que fas a la vida valen la pena i tenen sentit?
En general, fins a quin punt et sents ansiós/a o angoixat/ada?

Nivell de satisfacció amb la vida, felicitat, sentit de la vida i angoixa o ansietat*

% de persones (N=4.005 | Total mostra)



*4 ítems que fa servir l'Office for National Statistics del Regne Unit per mesurar el benestar subjectiu.

La felicitat i la satisfacció amb la vida estan fortament correlacionades.

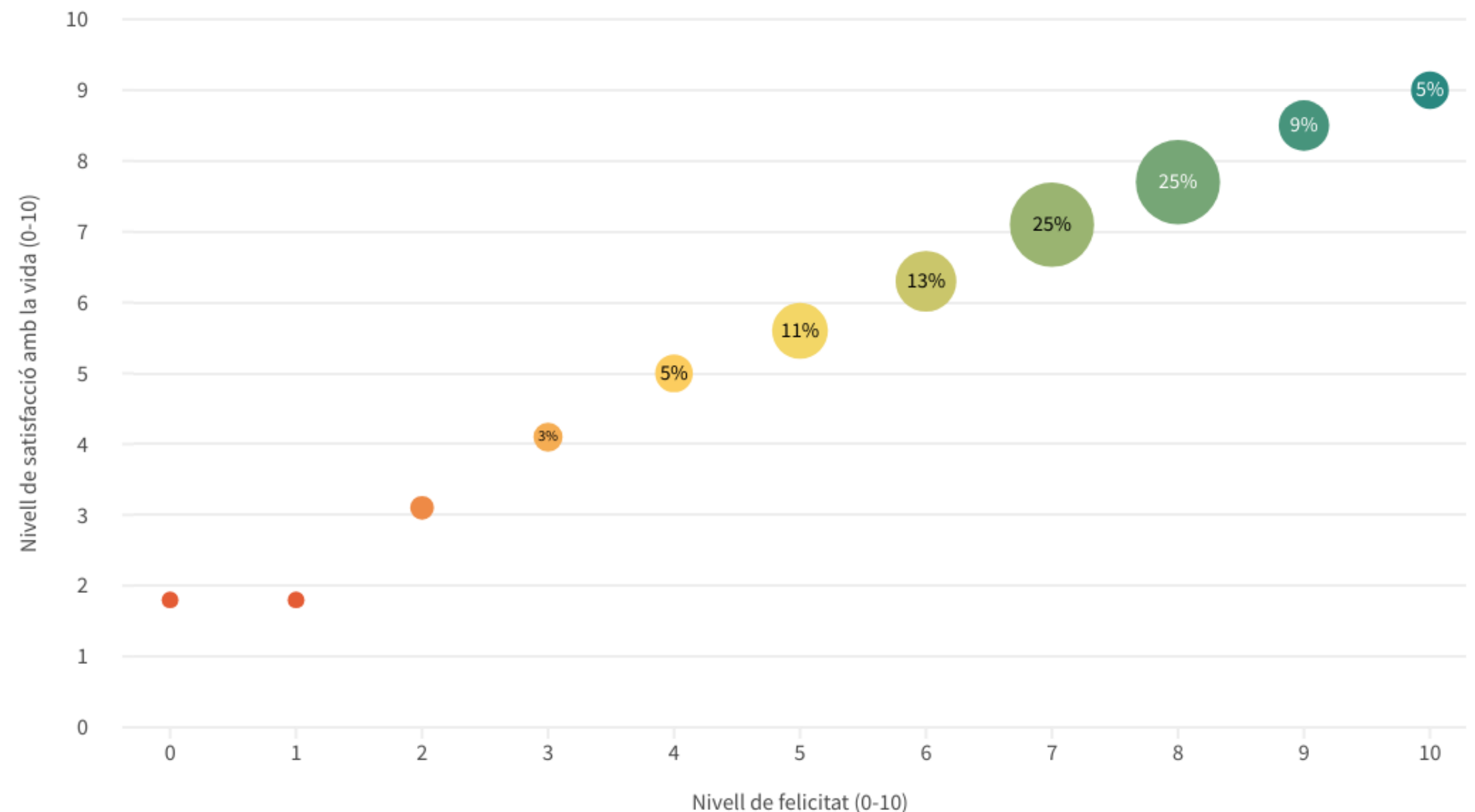
Les persones que es consideren força o molt felices (7 punts o més) representen gairebé el 65% de la població.

Només el 7% de les persones enquestades se situen per sota dels 5 punts.

PREGUNTA: En termes generals, fins a quin punt et consideres una persona feliç?
Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Com afecta la felicitat a la satisfacció general amb la vida

% de persones (N=4.005 | Total mostra)



La satisfacció amb la vida està estretament relacionada amb el sentiment que les coses que fas valen la pena i tenen sentit.

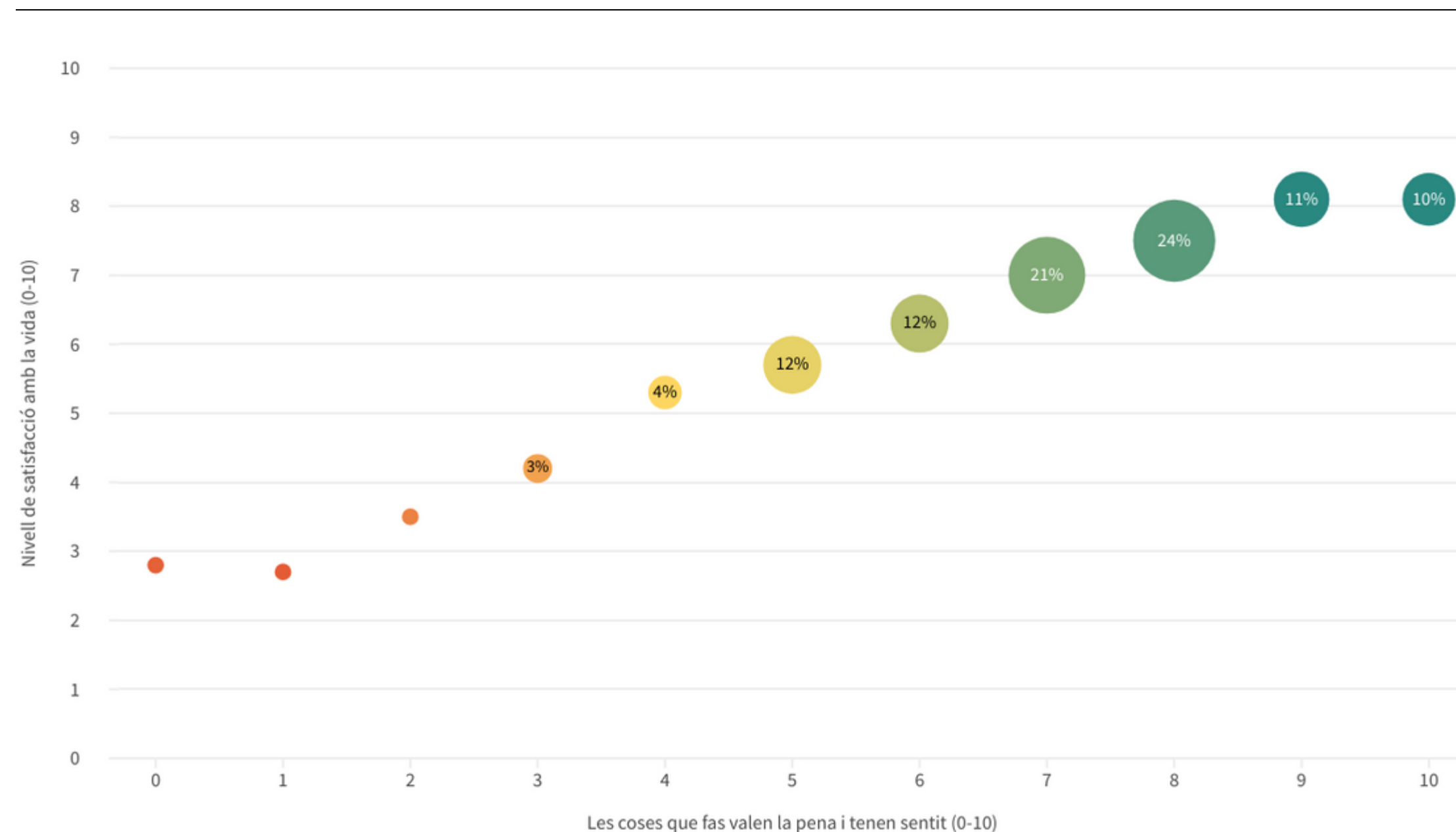
El 65% de la població considera que les coses que fa tenen molt o moltíssim sentit (7 punts o més).

Únicament el 6% de les persones enquestades se situen per sota dels 5 punts.

PREGUNTA: En general, fins a quin punt sents que les coses que fas a la vida valen la pena i tenen sentit?
Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Fins a quin punt les coses que fas valen la pena i tenen sentit

% de persones (N=4.005 | Total mostra)



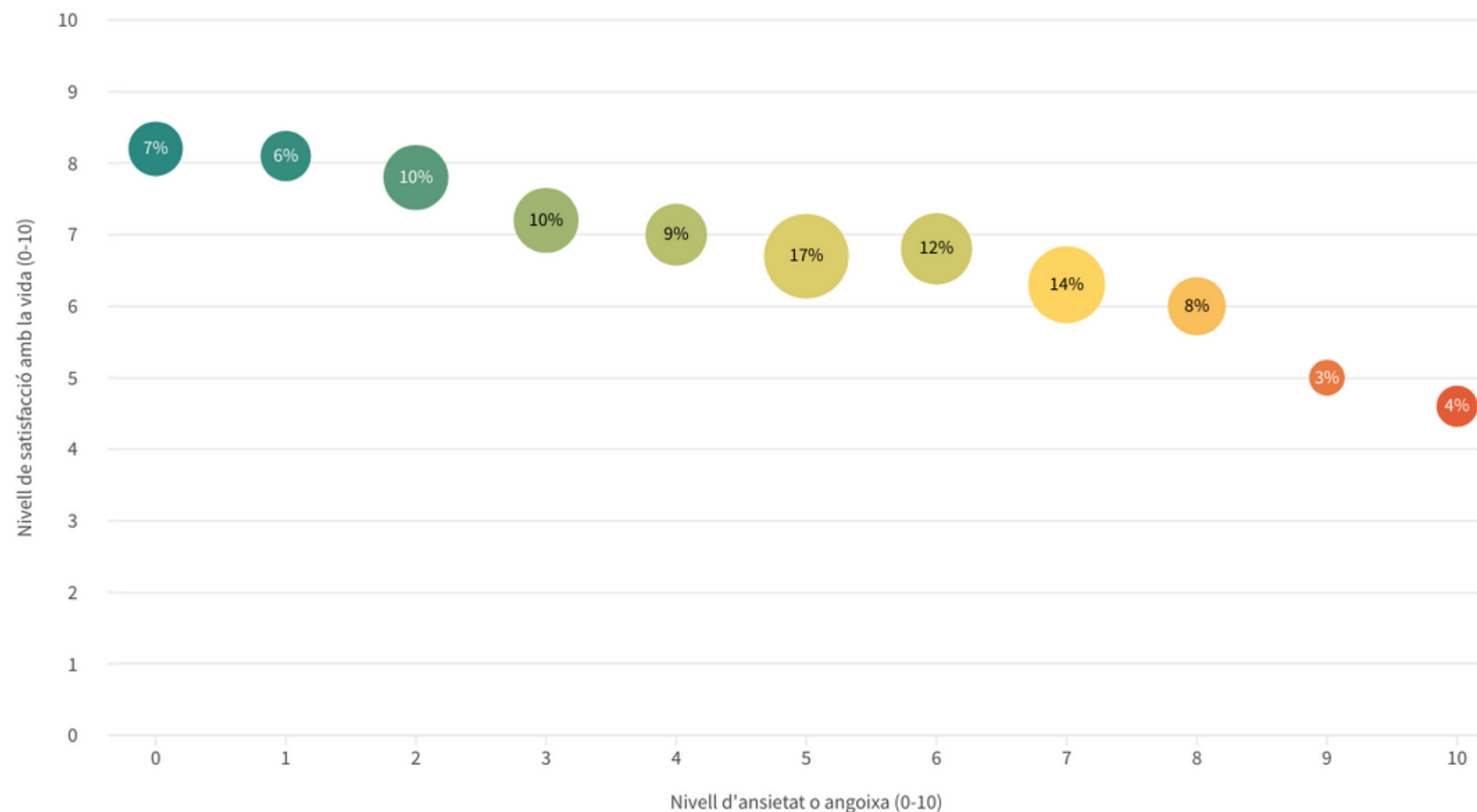
Un 41% de la població té un nivell d'ansietat o angoixa de 6 o més punts.

La satisfacció amb la vida disminueix clarament a mesura que augmenta el nivell d'ansietat o angoixa. Les persones que tenen nivells d'ansietat o angoixa més elevats tenen una satisfacció amb la vida de 4,6, gairebé quatre punts per sota de les que no en pateixen (8,2).

PREGUNTA: En general, fins a quin punt et sents ansiós/a o angoixat/ada?
Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Nivell d'ansietat o angoixa i satisfacció amb la vida

% de persones (N=4.005 | Total mostra)



L'edat, la situació professional i els ingressos de la llar, factors determinants en el sentit de la vida, el nivell d'ansietat i angouxa i la felicitat.

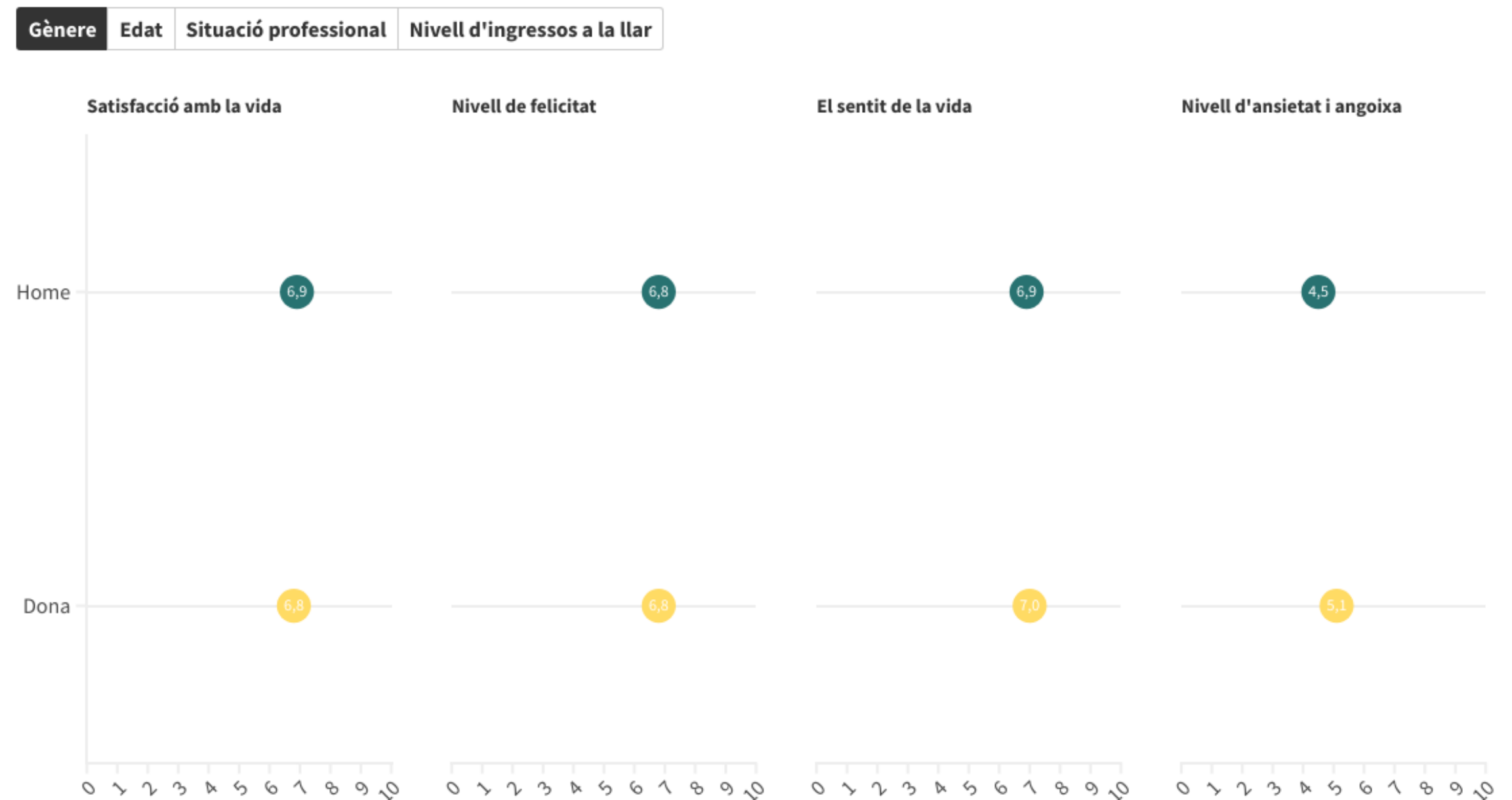
Les dones tenen un nivell d'angoixa i ansietat mitjana de 0,6 punts més que els homes.

Generacionalment, a mesura que augmenta l'edat disminueix el nivell d'ansietat i angouxa i augmenta el nivell de sentit de la vida i felicitat.

PREGUNTA: En general, fins a quin punt sents que les coses que fas a la vida valen la pena i tenen sentit? En general, fins a quin punt et sents ansiós/a o angoujat/ada? En termes generals, fins a quin punt et consideres una persona feliç? Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Satisfacció amb la vida, felicitat, sentit de la vida i nivell d'ansietat segons perfil*

% de persones (N=4.005 | Total mostra)



*4 ítems que fa servir l'Office for National Statistics del Regne Unit per mesurar el benestar subjectiu.

BLOC 2

Factors espontanis vinculats a la satisfacció amb la vida

Quins són els factors que responen al nivell de vida de les persones?



Un cop les persones detallaven el seu nivell de satisfacció amb la vida entre el 0 i el 10, havien de respondre per quins factors se situaven en aquell valor determinat. És a dir, quins eren els aspectes o factors que influïen en aquell nivell de satisfacció amb la vida.

Els milers de respostes espontànies que van citar les persones, es van classificar mitjançant un procés d'homogeneïtzació primer (ortografia, dialectes, gèneres, plurals, derivats...) i de sinonímia per poder agrupar tots aquells factors que estan relacionats entre ells.

els diners

els meus
amics

la meua salut

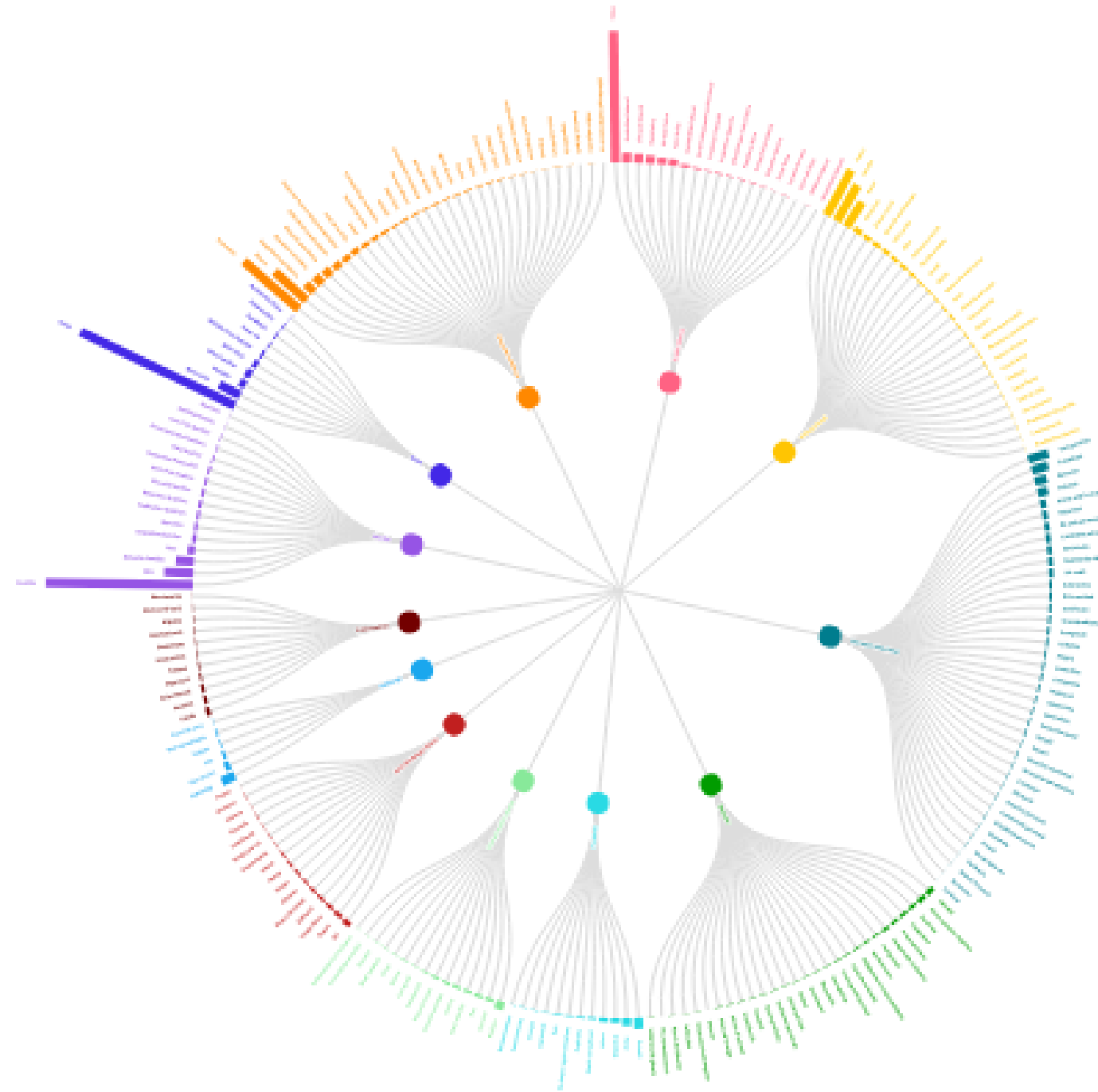
la meua família

la meua feina

no em trobo bé

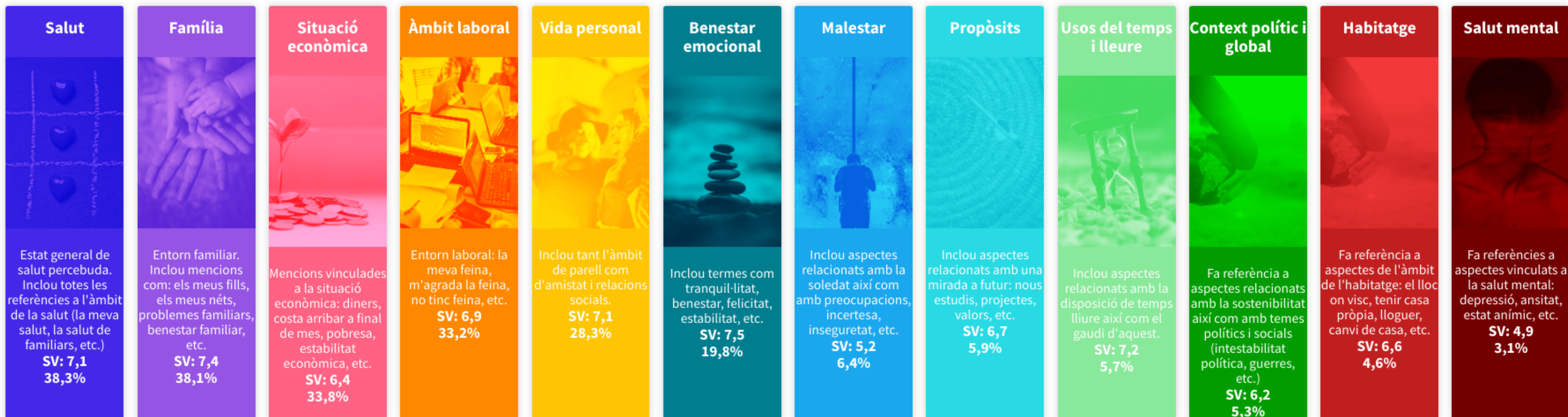


El diccionari creat amb les
respostes espontànies de
les persones



12 FACTORS CLAU

QUE INCIDEIXEN AL BENESTAR SUBJECTIU



Factors vinculats a la satisfacció amb la vida

Es visualitzen a través d'aquest gràfic els 12 factors que afecten el benestar subjectiu segons l'estudi realitzat.

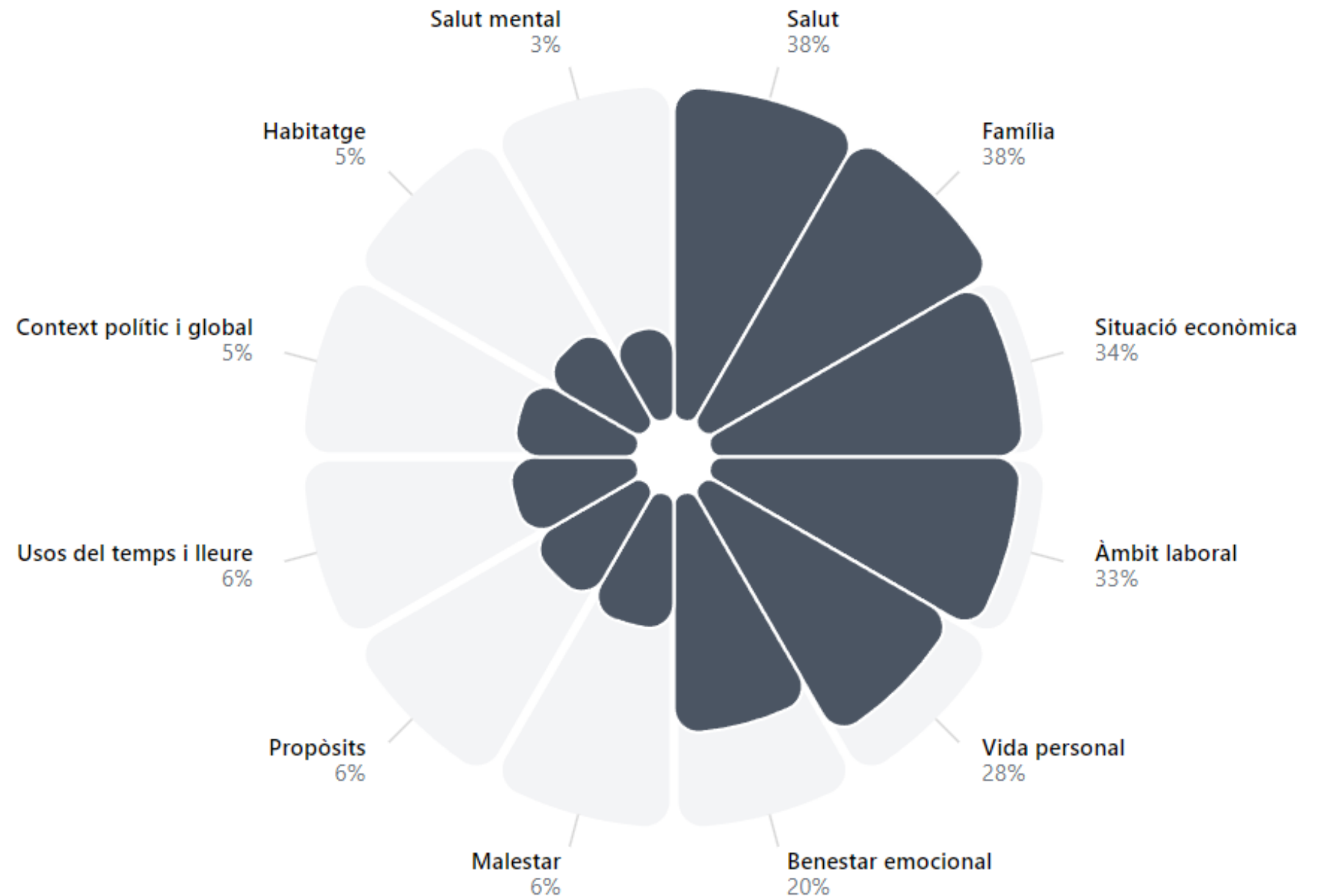
Destaquen les diferències per edat (salut, salut mental, vida personal, propòsits, habitatge).

Per altra banda, les persones amb una satisfacció amb la vida més alta, destaquen en grau més alt aspectes relacionats amb la salut, la família, la vida personal i el benestar emocional.

Per les menys satisfetes, pesen especialment els aspectes econòmics, el malestar i la salut mental.

Factors espontanis vinculats a la satisfacció amb la vida

% de persones que ha mencionat algun aspecte relacionat en aquests factors (N=4.005 | Total mostra)



PREGUNTA: Quins són els aspectes o factors que influeixen en aquest nivell de satisfacció amb la vida?

[Informació interactiva disponible a indicadorbenestar.gencat.cat](https://indicadorbenestar.gencat.cat)

Cal tenir en compte que es tracta de factors vinculats a la satisfacció amb la vida de les persones, sigui quin sigui el seu valor.

Per tant, hi pot haver factors que s'associïn al benestar subjectiu quan la persona té un alt nivell d'aquest (exemple: benestar emocional) o d'altres que es mencionen quan la persona té un baix nivell de satisfacció amb la vida (exemple: salut mental). D'altres però, es mencionen amb més o menys freqüència independentment de valor de satisfacció i cal analitzar-ho en profunditat.

Salut mental i malestar (soledat, preocupacions, incertesa) són factors mencionats per persones amb nivells molt baixos de satisfacció amb la vida (4,9 i 5,2 de mitjana respectivament).

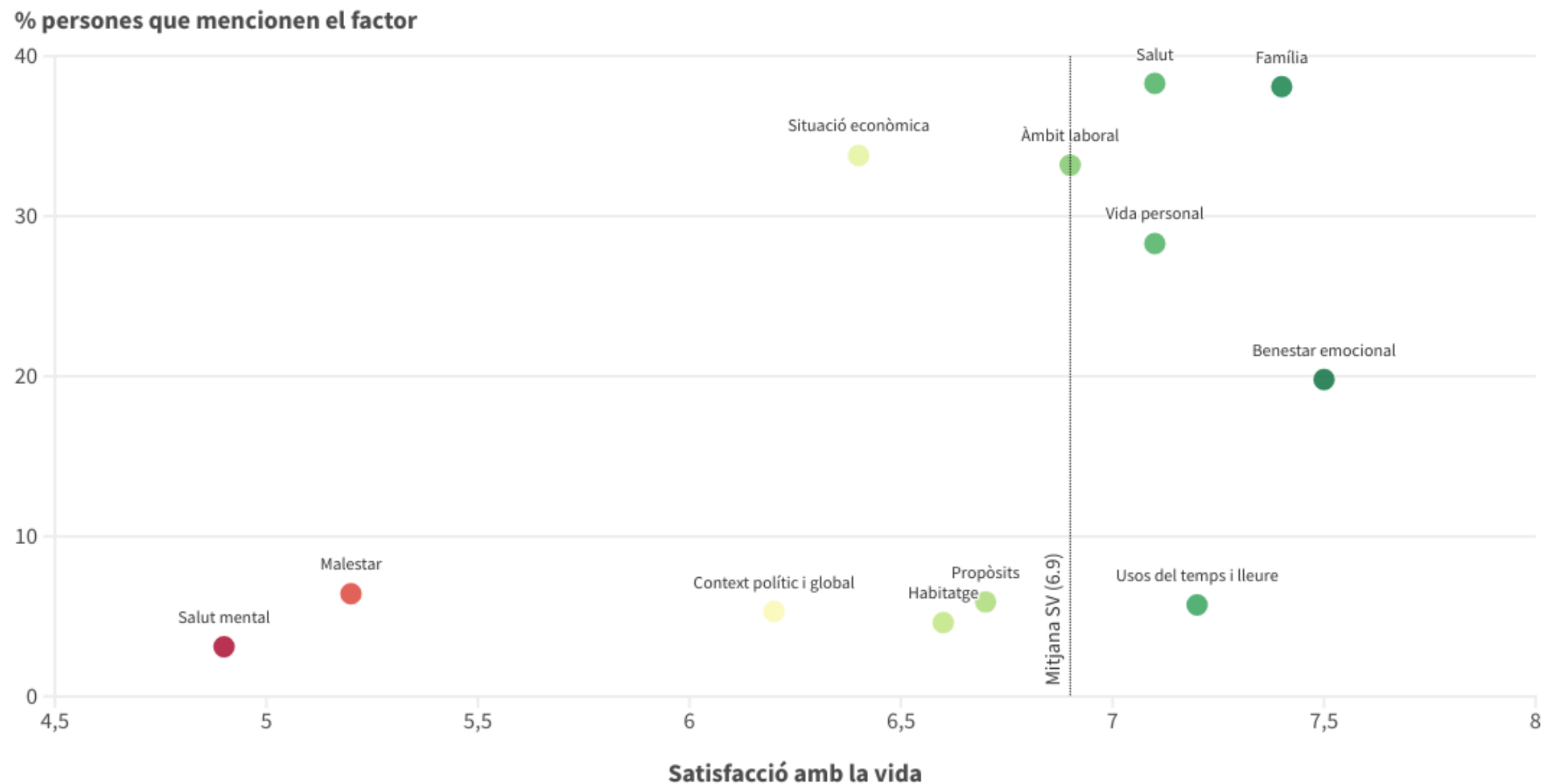
Aspectes relacionats amb l'àmbit de la família, benestar emocional i usos del temps, són factors més citats per aquelles persones amb un alt nivell de satisfacció amb la vida.

Cal tenir en compte que la majoria dels factors contribueixen tant a la millora com a reducció de satisfacció amb la vida en funció de la seva valoració parcial.

PREGUNTA: Quins són els aspectes o factors que influeixen en aquest nivell de satisfacció amb la vida?
Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Pes dels factors segons el nivell de satisfacció amb la vida

% de persones que ha mencionat algun aspecte relacionat en aquests factors i satisfacció amb la vida corresponent (N=4.005 | Total mostra)



Factors clau vinculats a la satisfacció amb la vida

Evolució pes dels factors segons nivell de satisfacció amb la vida

% de persones que ha mencionat algun aspecte relacionat en aquests factors (N=4.005 | Total mostra)

- Significativament per sobre de la mitjana
- Significativament per sota de la mitjana
- Sense significança

PREGUNTA: Quins són els aspectes o factors que influeixen en aquest nivell de satisfacció amb la vida?

Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

SV: 0-2

SV: 3-4

SV: 5-6

SV: 7-8

SV: 9-10



[Informació interactiva disponible a indicadorbenestar.gencat.cat](https://indicadorbenestar.gencat.cat)

L'estudi aprofundeix en la percepció del nivell de satisfacció amb la vida de forma percebuda. L'anàlisi d'aquesta informació permet conèixer millor altres aspectes indirectes que poden incidir en el benestar subjectiu de les persones.

Quins motius podrien
**incrementar el teu nivell de
satisfacció** amb la vida?

Què ha **millorat / empitjorat en
l'últim any** que pugui incidir en
el teu nivell de satisfacció amb
la vida?

Per quins motius et sents
**millor / pitjor que les
persones del teu entorn?**

Quins motius podrien **incrementar el teu nivell de satisfacció** amb la vida?

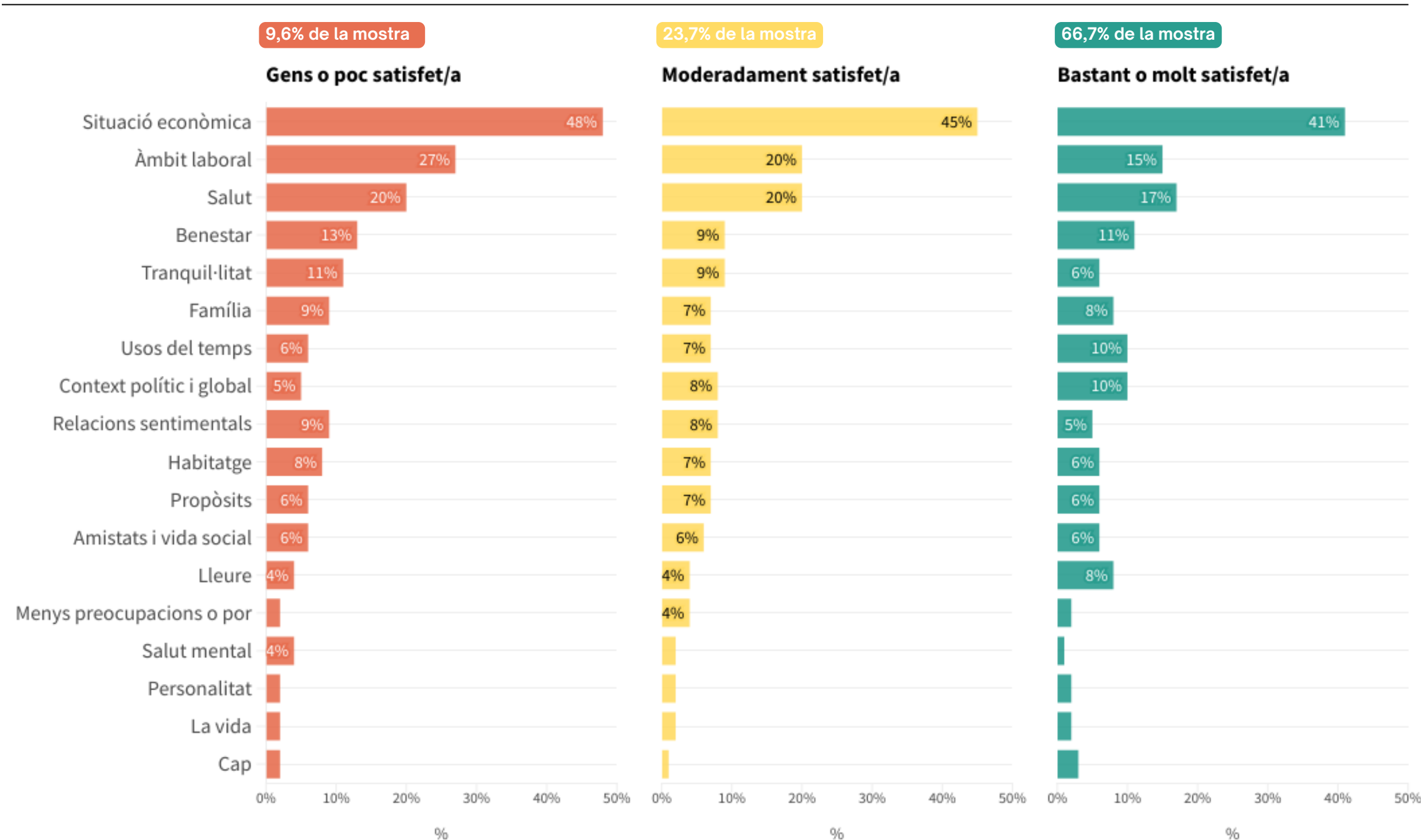
La situació econòmica, l'àmbit laboral i la salut són els tres aspectes que millorarien la satisfacció amb la vida de les persones, especialment entre les que tenen un nivell de satisfacció amb la vida més baix.

La gestió del temps (usos del temps), el context polític i global i el lleure, són aspectes més citats entre les persones que ja tenen un nivell de satisfacció amb la vida alt.

PREGUNTA: Podries pensar en algun aspecte o factor que ajudaria a millorar la teva satisfacció amb la vida? Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Aspectes que podrien incrementar el nivell de satisfacció amb la vida

% de persones que ha mencionat cada aspecte, segons el seu nivell de satisfacció actual amb la vida



Què ha **millorat / empitjorat en l'últim any** que pugui incidir en el teu nivell de satisfacció amb la vida?

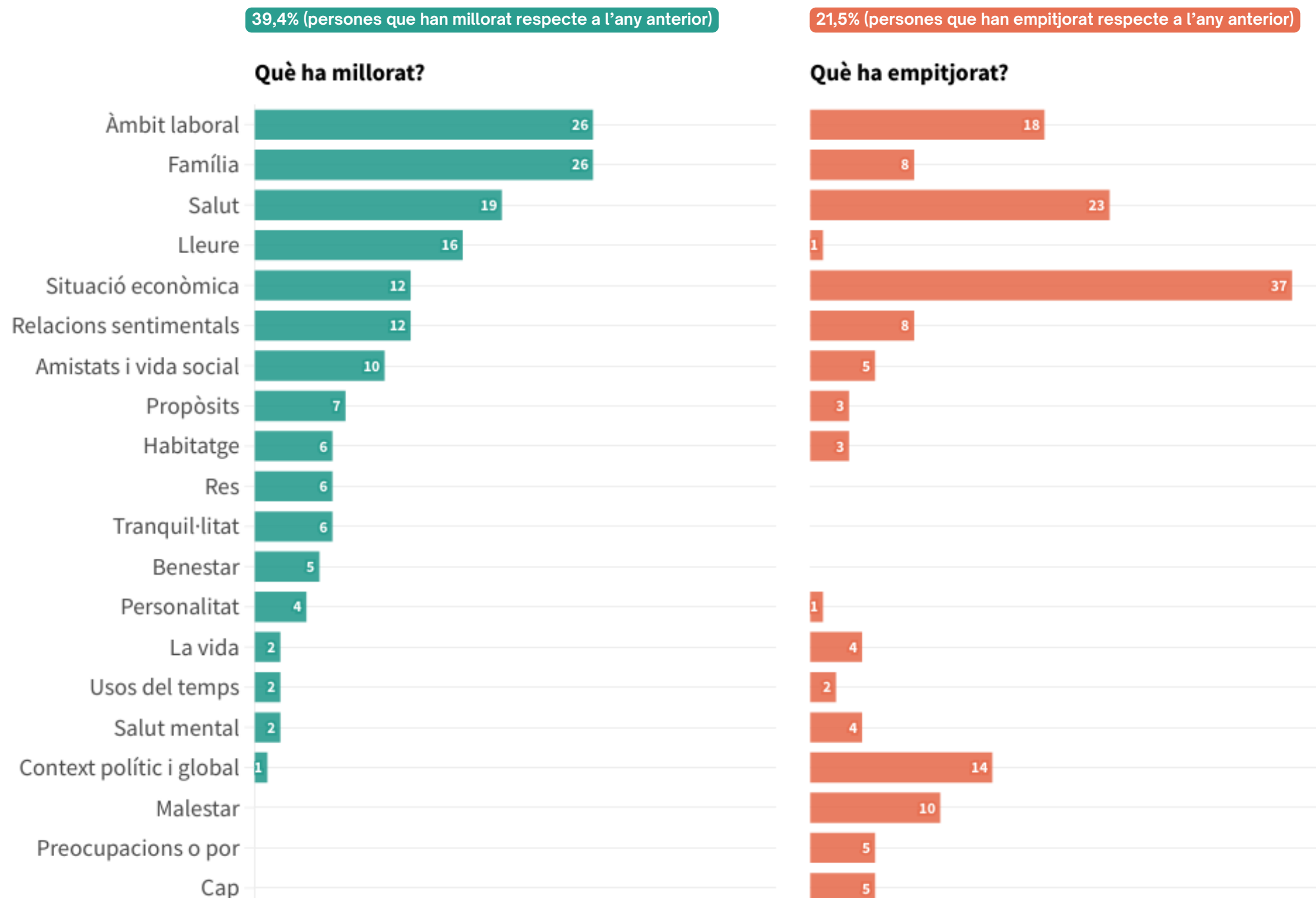
Un 39,4% de les persones creuen que estan millor que l'any passat. Ho atribueixen principalment a l'àmbit laboral, l'entorn familiar, la salut i el lleure.

Per altra banda, un 21,5% de les persones han empitjorat la seva situació. Per un 37% d'aquestes, és degut a aspectes econòmics; per un 23% a temes de salut i un 18% a l'àmbit laboral.

PREGUNTA: En l'últim any, quins aspectes han fet millorar la teva satisfacció amb la vida?
I, en l'últim any, quins aspectes han fet empitjorar la teva satisfacció amb la vida?

Aspectes que han millorat o empitjorat en l'últim any

% de persones que ha mencionat cada aspecte segons si han millorat o empitjorat respecte a l'any anterior.



Comparació relativa amb **les persones del teu entorn**

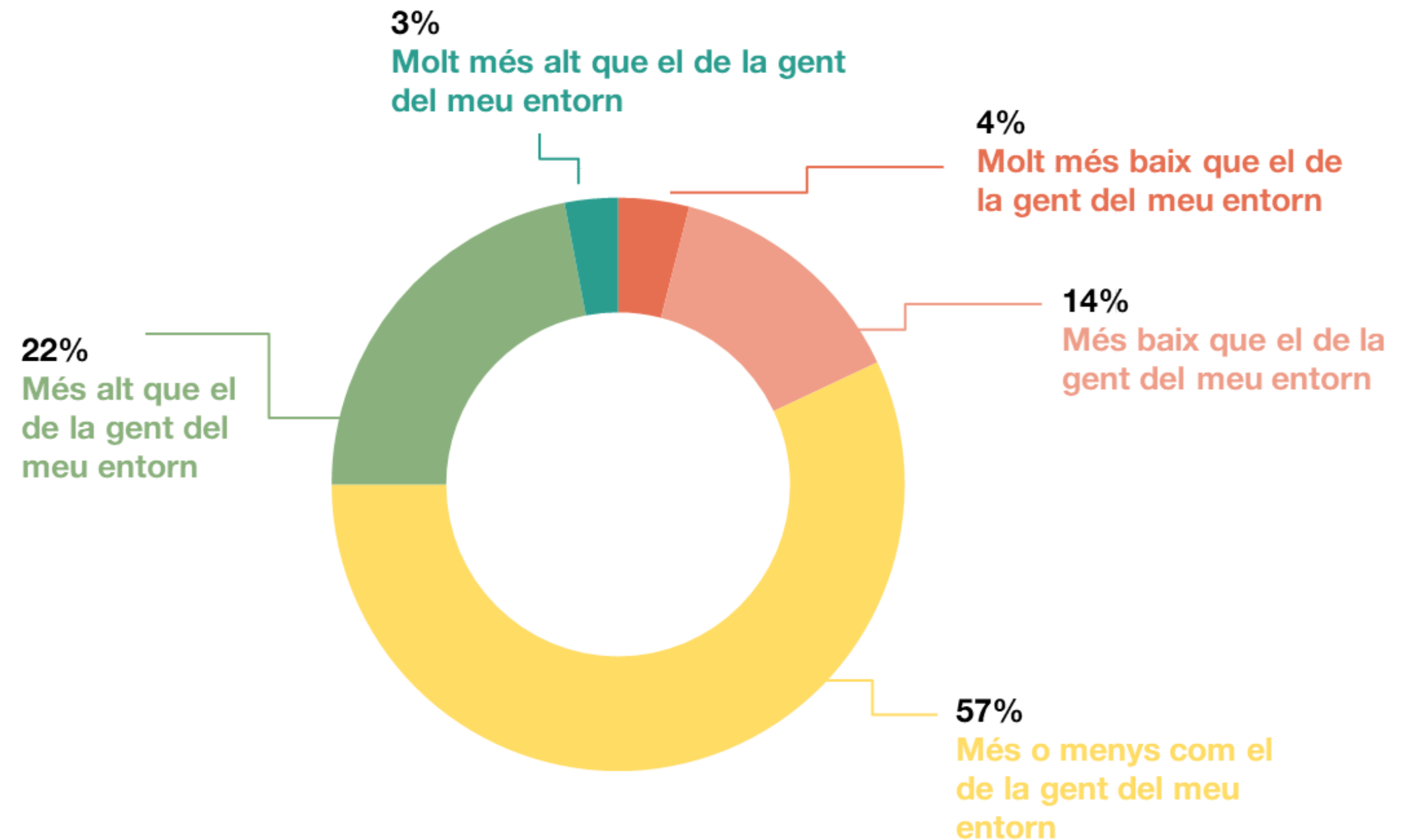
El 25% de la societat se sent **millor** que la resta de persones del seu entorn.

El 18% de la societat se sent **pitjor** que la resta de persones del seu entorn.

PREGUNTA: Si et compares amb la majoria de la gent del teu entorn, com és el teu nivell de satisfacció amb la vida?

Comparació relativa de la satisfacció amb la vida respecte a l'entorn

% persones segons la percepció del seu estat de satisfacció amb la vida respecte al seu entorn



Per quins motius et sents **millor / pitjor** que les **persones del teu entorn**?

La principal causa de sentir-se més satisfet o satisfeta és l'actitud positiva (17%), seguida de l'àmbit laboral i la família (16%).

Els principals motius per considerar que estan menys satisfets o satisfetes que el seu entorn són la situació econòmica (32%), la salut (17%) i l'àmbit laboral (16%).

PREGUNTA: Per què et sents més satisfet/a que la resta de persones del teu entorn?
Per què et sents menys satisfet/a que la resta de persones del teu entorn?

Motius per sentir-se millor o pitjor que les persones de l'entorn
% de persones (N= 1.008 -persones se senten més satisfetes que el seu entorn-; 703 persones se senten pitjor)

El 25% de la societat **se sent millor** que la resta de persones del seu entorn.

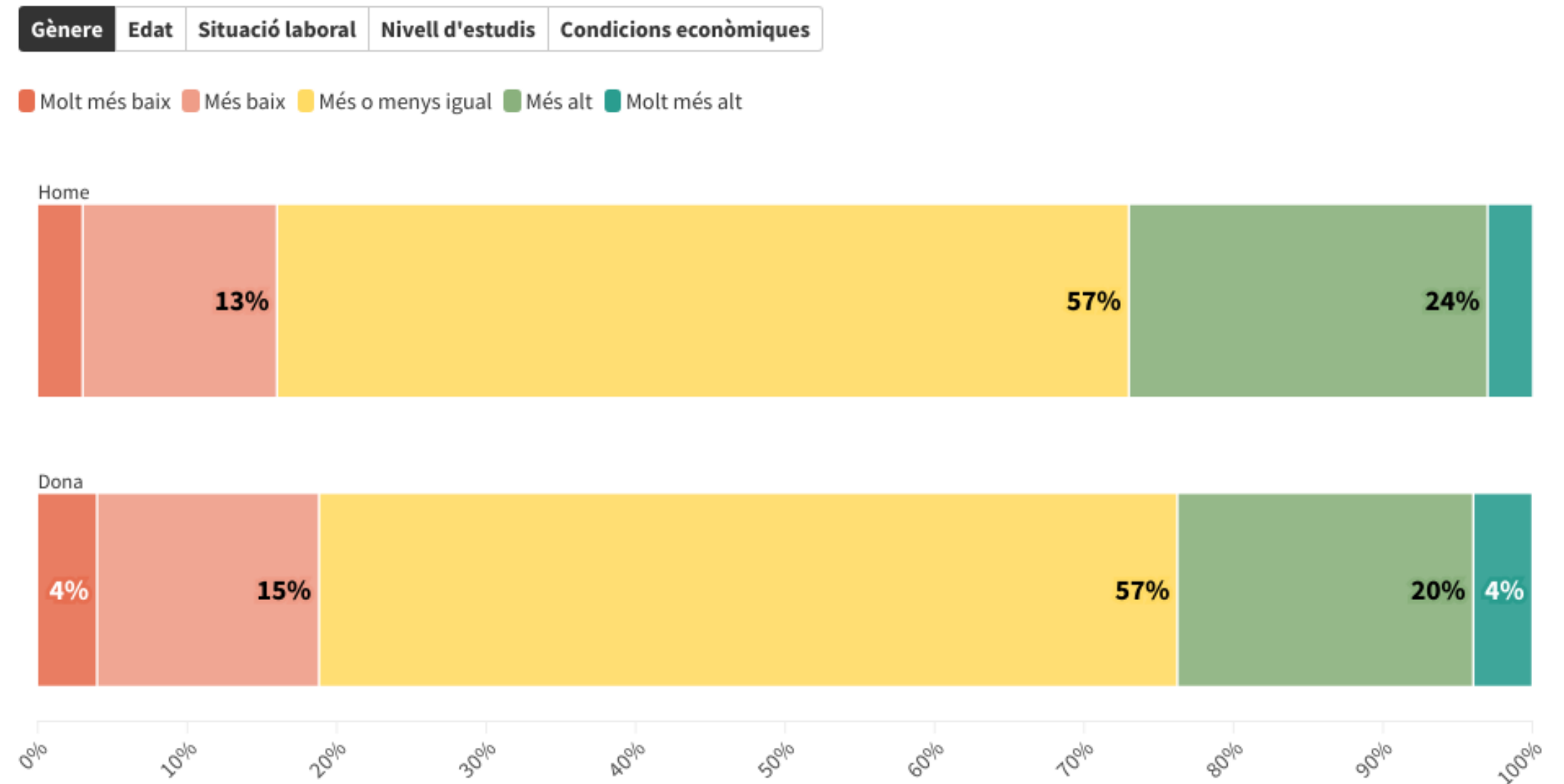
El 18% de la societat **se sent pitjor** que la resta de persones del seu entorn.



Les persones joves de 18-29 anys, estudiants, aturades o que tenen una incapacitat consideren que tenen un nivell de satisfacció amb la vida més baix que el seu entorn.

La satisfacció amb la vida està clarament relacionada amb el nivell d'ingressos.

Percepció del nivell de satisfacció amb la vida en relació amb les persones de l'entorn
% de persones (N=4.005 | Total mostra - En algunes categories la mostra pot ser no rellevant)



PREGUNTA: Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

BLOC 3

Nivell de satisfacció parcial en àmbits individuals i col·lectius

Quin és el nivell de satisfacció parcial i importància per les persones respecte determinats àmbits que poden contribuir al benestar subjectiu?

A part de demanar de forma espontània quins factors contribuïen al nivell de satisfacció amb la vida de les persones, se'ls demanava que valoressin el seu nivell de satisfacció i importància en una sèrie d'àmbits tant d'impacte individual com col·lectiu relacionats amb el benestar de les persones.

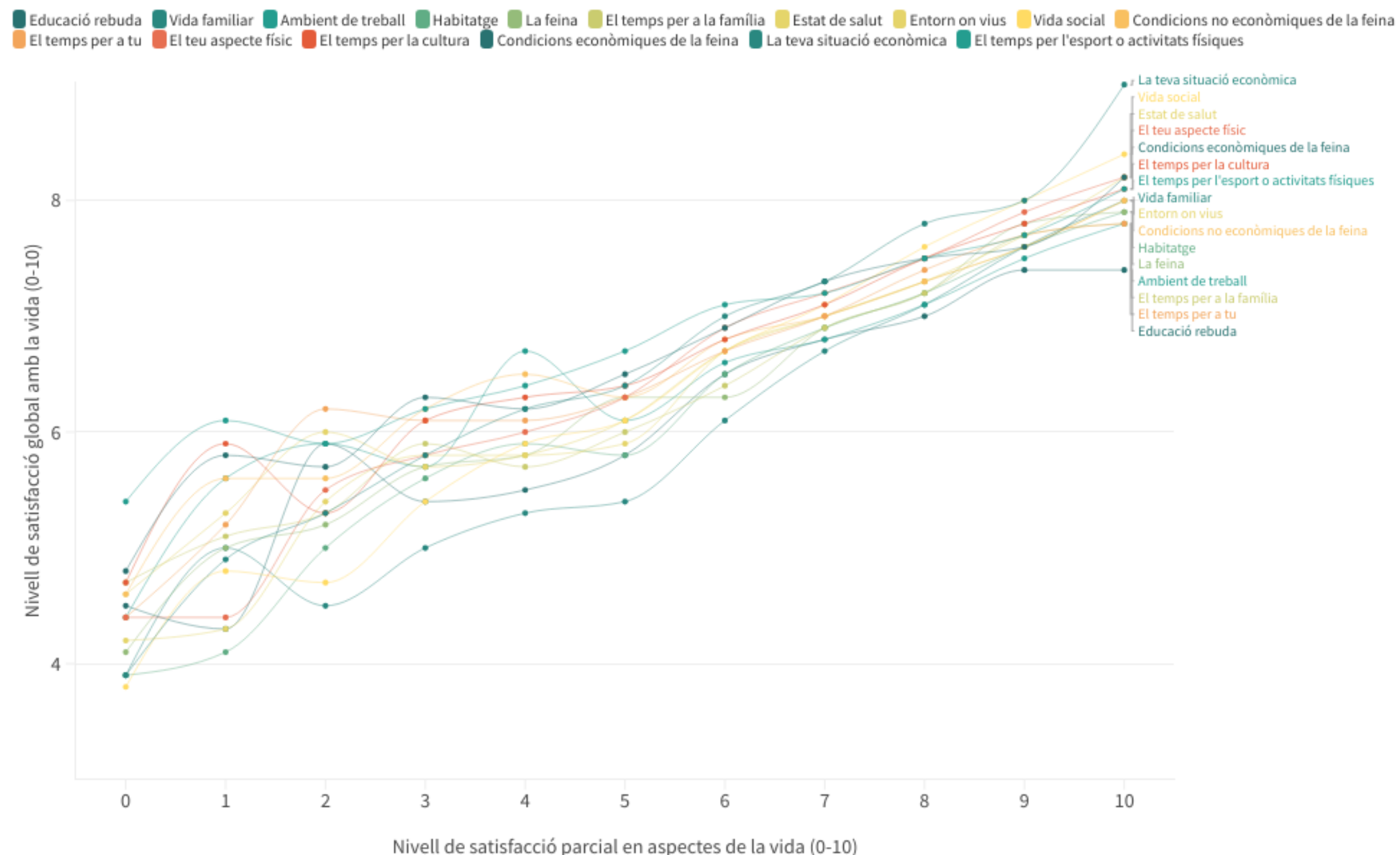
La satisfacció global amb la vida augmenta a mesura que augmenta la satisfacció parcial en els diferents aspectes de la vida.

Nivell de molt baixa valoració en vida social, situació econòmica, la feina, temps per un mateix o l'aspecte físic, es vinculen a nivells molt baixos també de satisfacció global amb la vida.

PREGUNTA: Actualment, fins a quin punt estàs satisfet/a amb els aspectes següents de la teva vida? Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Valoració de la satisfacció global en funció de la satisfacció parcial en aspectes de la vida

Mitjana escala 0-10 (N= 4.005)



L'educació rebuda (7,6) i la vida familiar (7,4) són els aspectes amb els quals la població se sent més satisfeta. Els àmbits de menys satisfacció són el temps dedicat a l'esport (5,5), la situació econòmica pròpia (5,9) i les condicions econòmiques de la feina (6,0).

L'estat de salut (8,8), la vida familiar (8,6) i el temps que disposen per la família (8,4) són els aspectes que més rellevància tenen per a la satisfacció amb la vida.

PREGUNTA: Actualment, fins a quin punt estàs satisfet/a amb els aspectes següents de la teva vida? Quina importància tenen per tu (per la teva satisfacció amb la vida)?

Valoració i importància de diferents aspectes personals

Mitjana escala 0-10 (N= 4.005)

TOTAL Gènere Edat Situació professional Nivell d'ingressos a la llar SGV

● Nivell d'importància ● Nivell de satisfacció



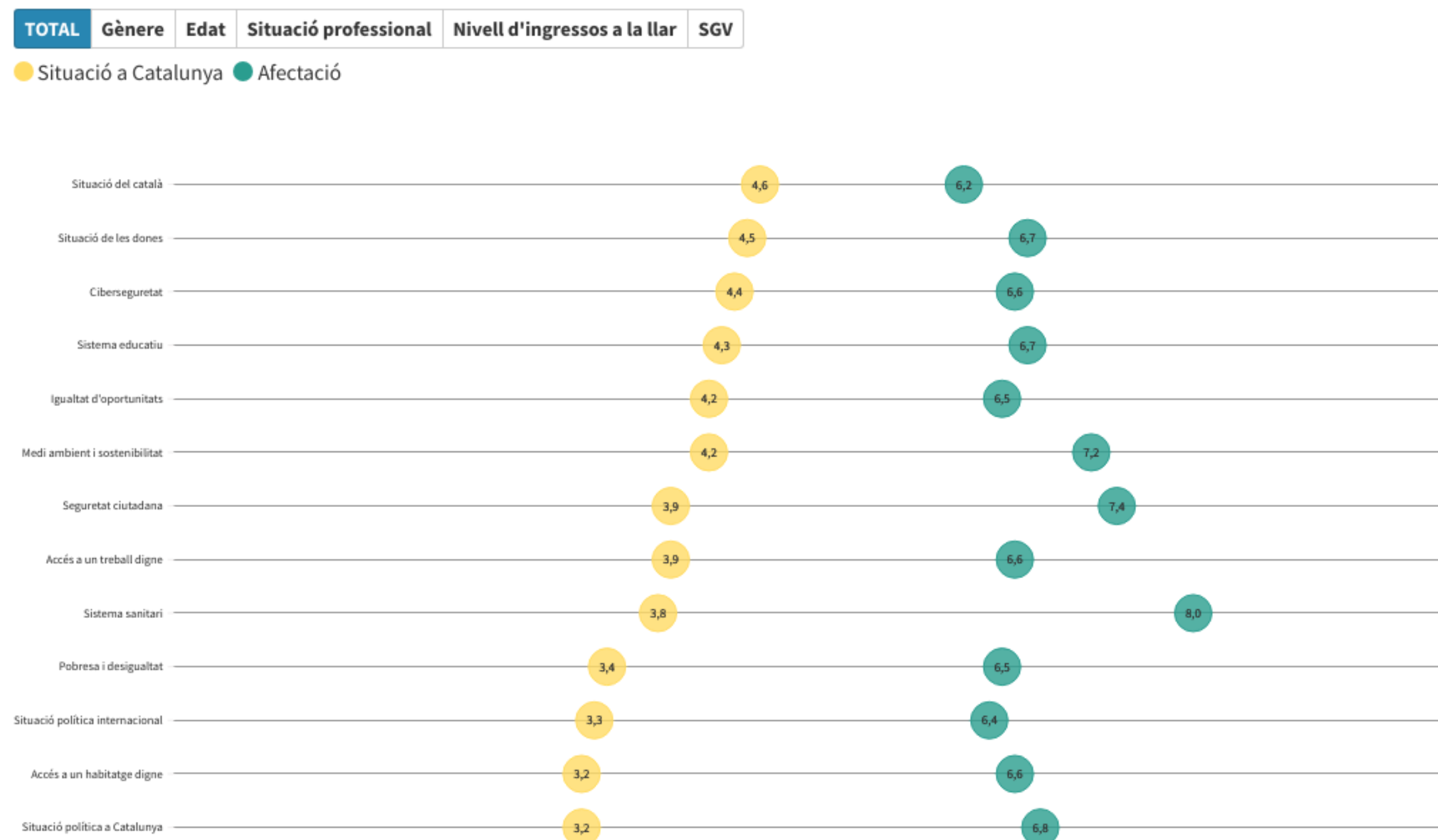
L'accés a un habitatge digne (3,2), la situació política a Catalunya (3,2), la situació política internacional (3,3) i la pobresa i la desigualtat (3,4) són els àmbits amb més mancances i on s'han d'introduir més millores.

El sistema sanitari (8), la seguretat ciutadana (7,4) i el medi ambient i la sostenibilitat (7,2) són els aspectes col·lectius que més afecten en la satisfacció amb la vida de la població catalana.

PREGUNTA: En quina situació creus que es troba Catalunya respecte als àmbits següents? Com t'afecta a tu (a la teva satisfacció amb la vida) la situació que té Catalunya en cadascun d'aquests àmbits?

Valoració i importància de diferents aspectes col·lectius

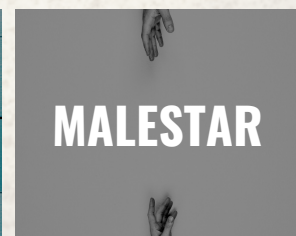
Mitjana escala 0-10 (N= 4.005)



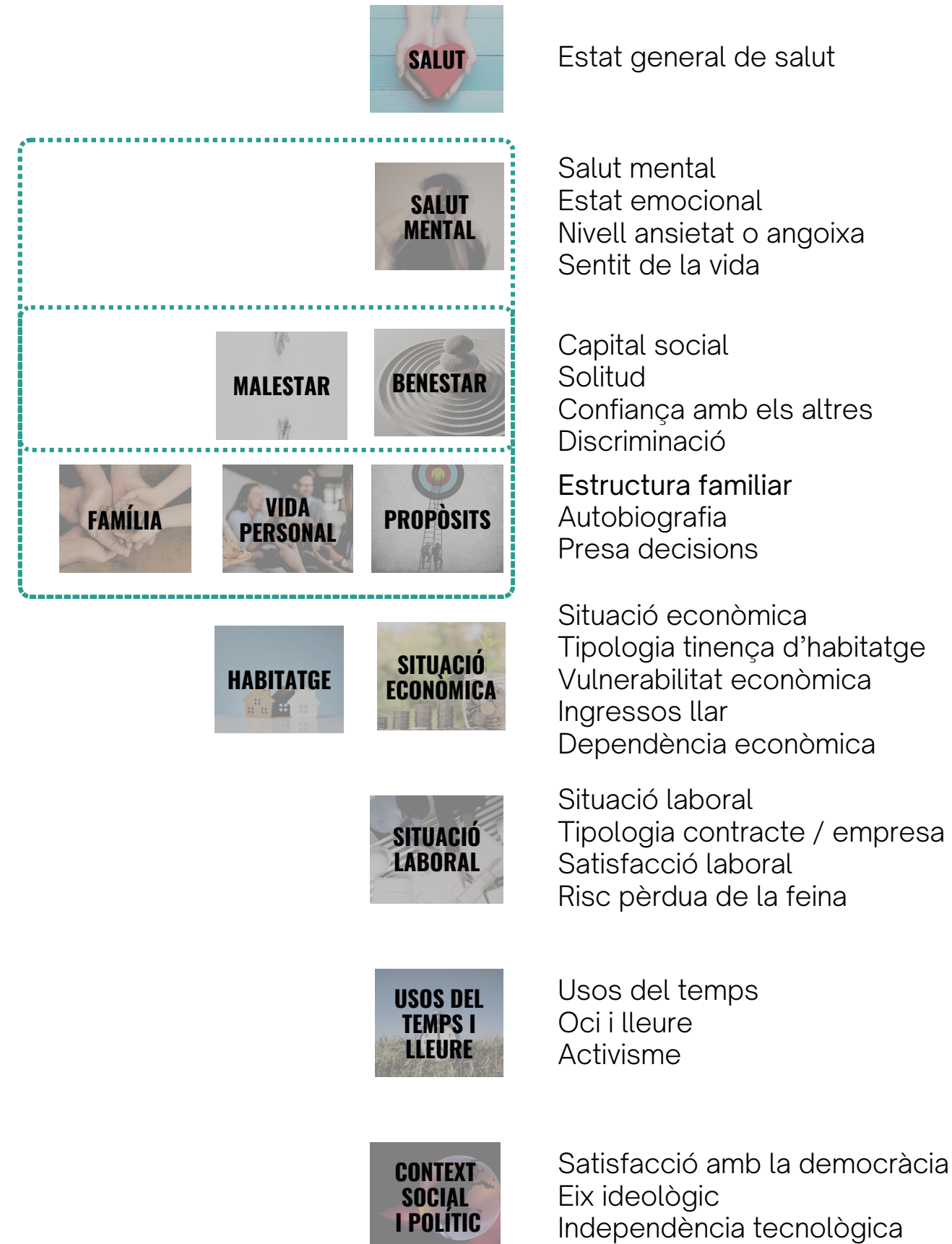
BLOC 4

Anàlisi temàtica

El qüestionari inclou diverses preguntes sobre els principals àmbits vinculats al benestar de les persones. Aquest bloc en recull els resultats principals.



Totes les preguntes que s'inclouen en el qüestionari permeten ser creuades pel nivell de satisfacció amb la vida de les persones. Algunes de les preguntes fan referència o apliquen a més d'un factor a la vegada.



Salut

38%

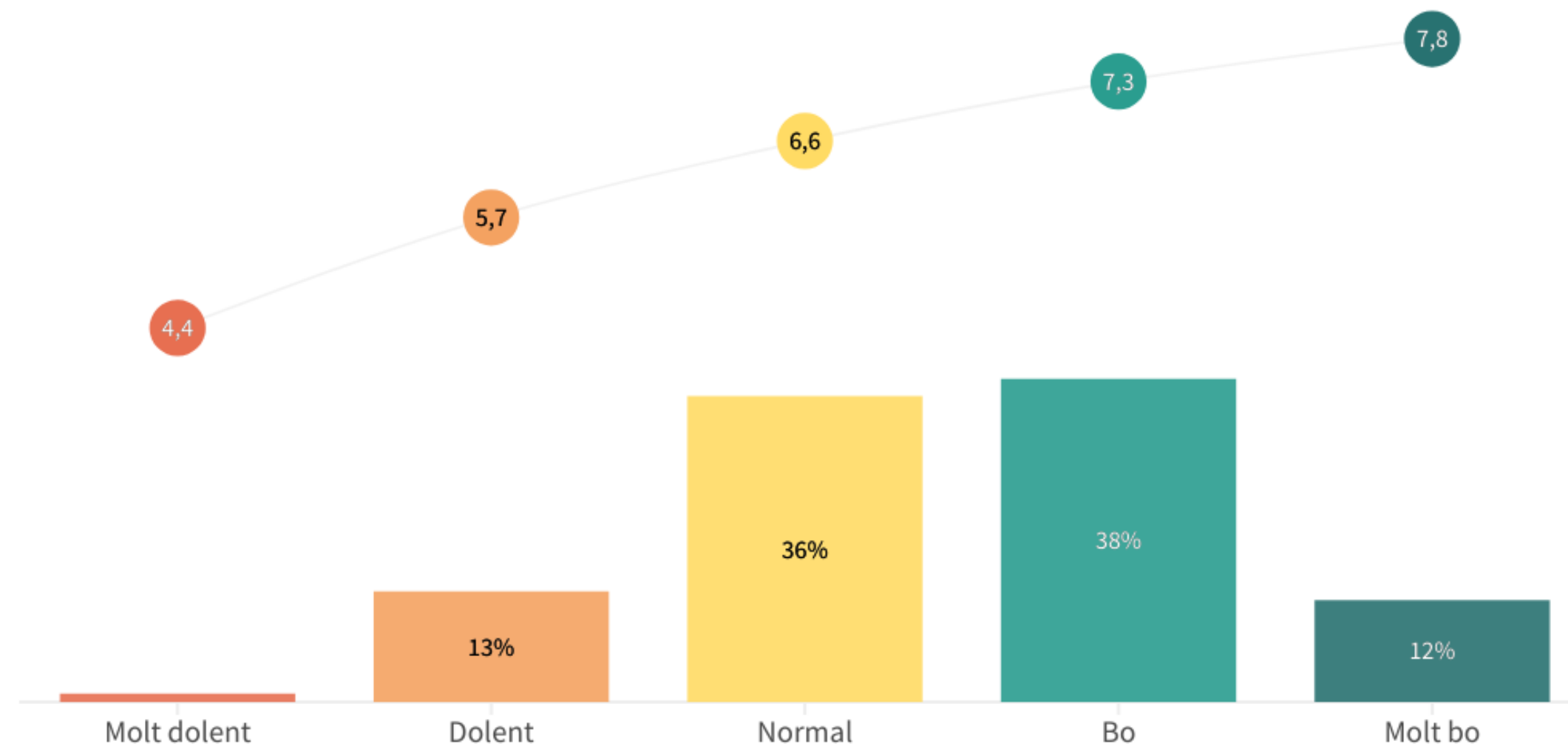
% de persones que menciona algun concepte sobre aquest àmbit com a aspecte que afecta el seu nivell de satisfacció amb la vida

Un 50% de la població té un estat de salut bo o molt bo.

La satisfacció amb la vida augmenta clarament a mesura que millora l'estat de salut. Les persones que tenen molt mala salut, tenen una satisfacció amb la vida de 4,4 (sobre 10); mentre que, entre les que tenen molt bona salut, augmenta al 7,8.

Estat de salut general i satisfacció amb la vida

% de persones (N=4.005 | Total mostra)



PREGUNTA: Parlant de la teva salut, en general, diries que el teu estat de salut és...? Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?



La satisfacció amb la vida de les persones que pateixen una malaltia o dolor limitant és de gairebé 2 punts menys de les que no ho pateixen.

Entre el 8 i l'11% de la població pateix una malaltia o dolor que els dificulta bastant o molt portar a terme les seves activitats quotidianes.

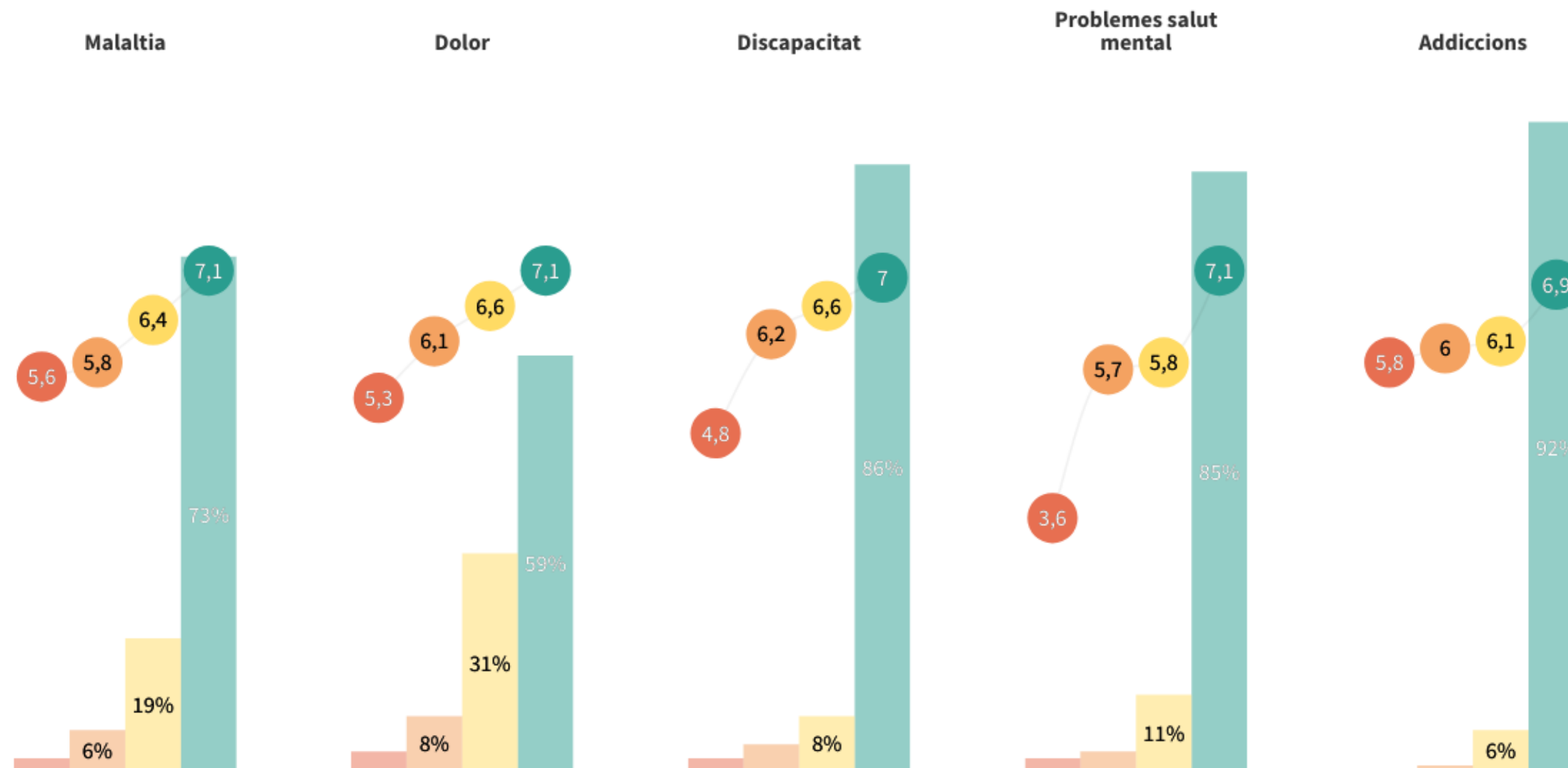
En el cas dels problemes de salut mental, la població que pateix com a mínim alguna dificultat és del 17%, i el seu nivell de satisfacció amb la vida disminueix a mesura que augmenten les dificultats per portar a terme les activitats quotidianes.

PREGUNTA: Tens dificultats per portar a terme les teves activitats quotidianes a causa d'alguna d'aquestes situacions? Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Problemes de salut limitants i satisfacció amb la vida

% de persones (N=4.005 | Total mostra)

■ No ■ Algunes dificultats ■ Bastantes dificultats ■ Moltes dificultats





Salut mental

↳ 3% ●

% de persones que menciona algun concepte sobre aquest àmbit com a aspecte que afecta el seu nivell de satisfacció amb la vida

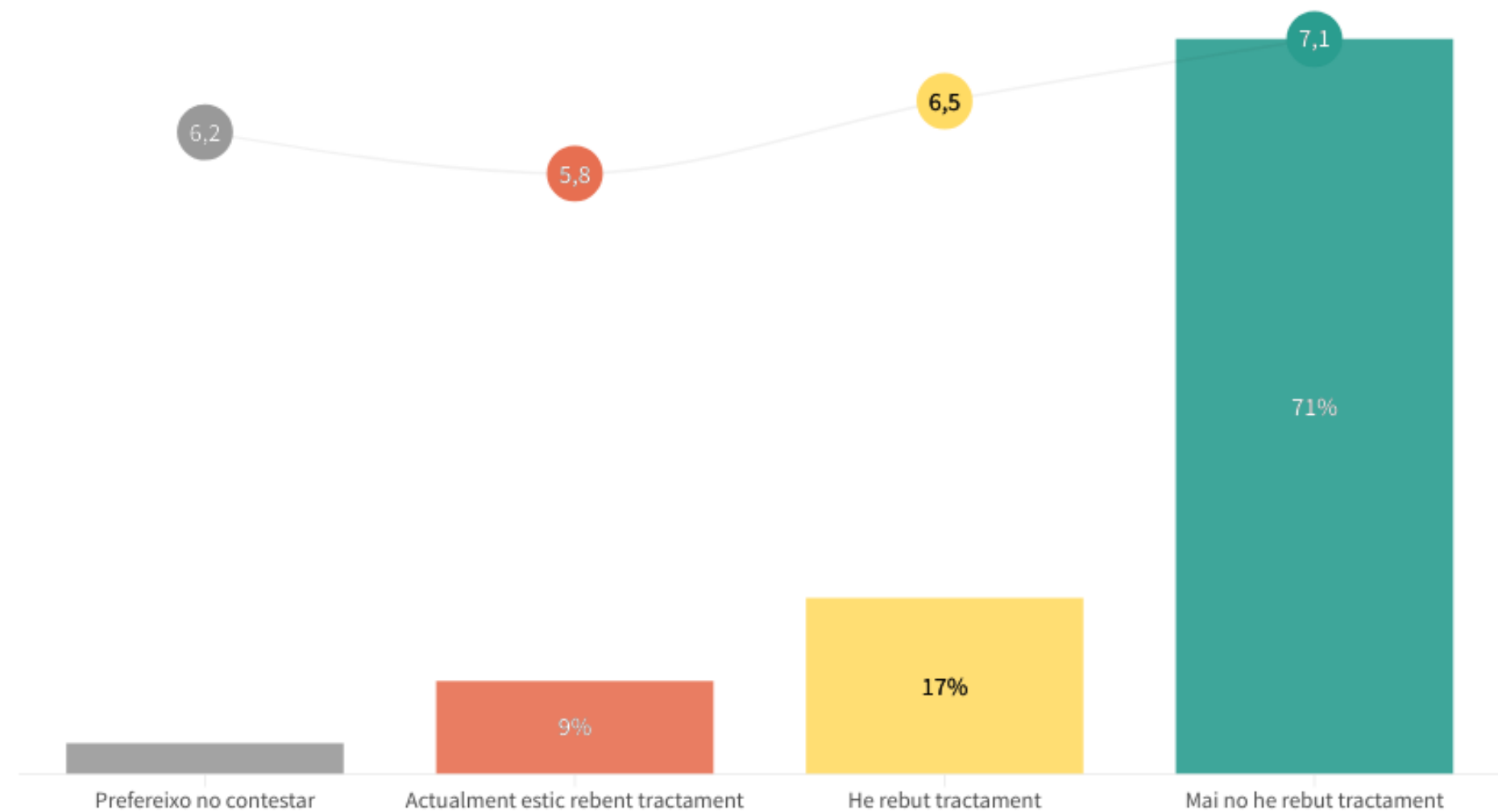
La satisfacció amb la vida millora 0,7 punts en les persones que han rebut tractament per problemes de salut mental en comparació amb les que actualment n'estan rebent.

Les persones que mai han rebut tractament per problemes de salut mental (71%) tenen una satisfacció amb la vida de 7,1; en canvi, les que en l'actualitat estan rebent tractament (9%), tenen una satisfacció amb la vida de 5,8 punts.

PREGUNTA: Els problemes de salut mental són molt freqüents. Indica si has rebut o reps algun tipus de tractament (medicació o teràpia) per a aquestes dificultats. Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Has rebut tractament per problemes de salut mental?

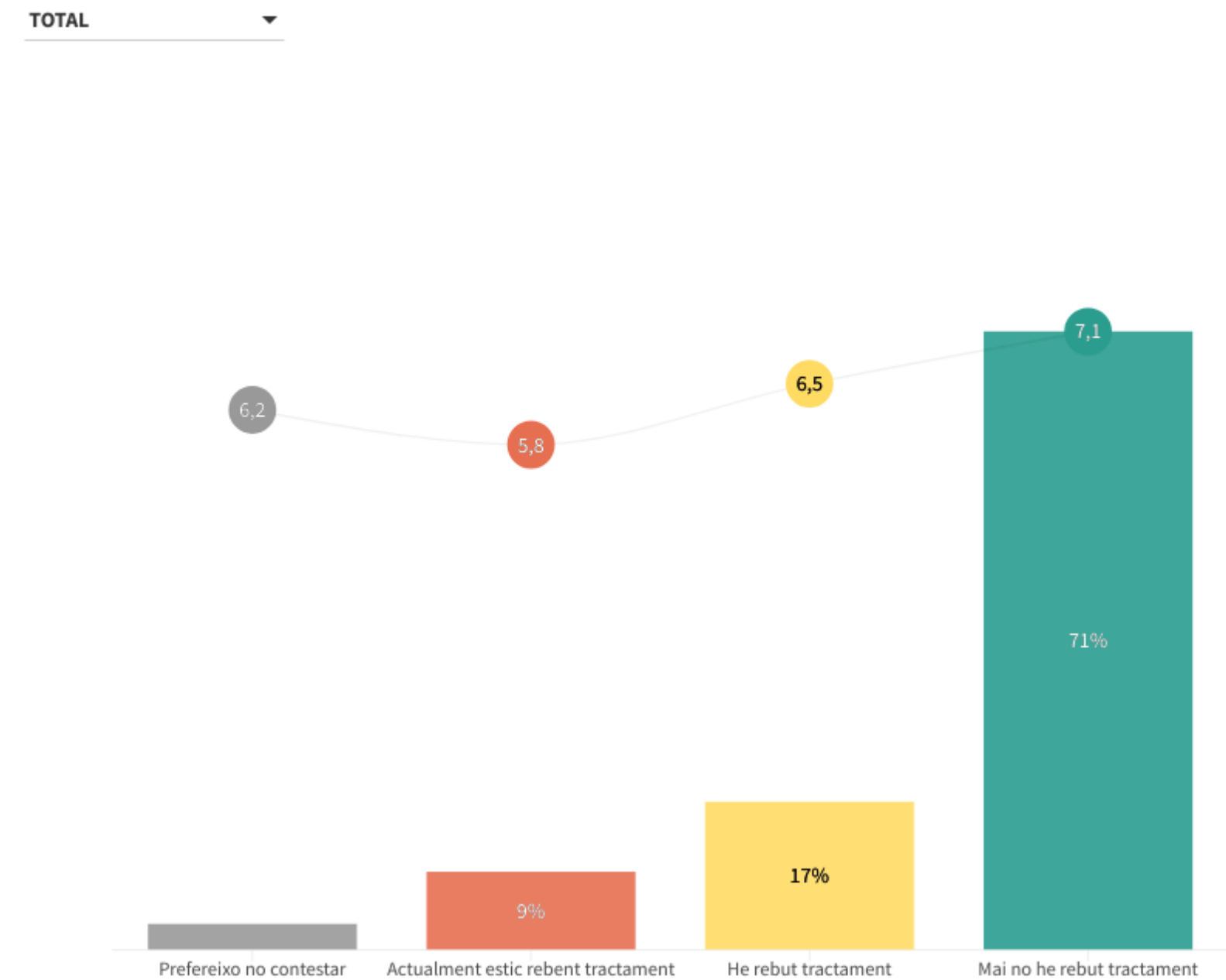
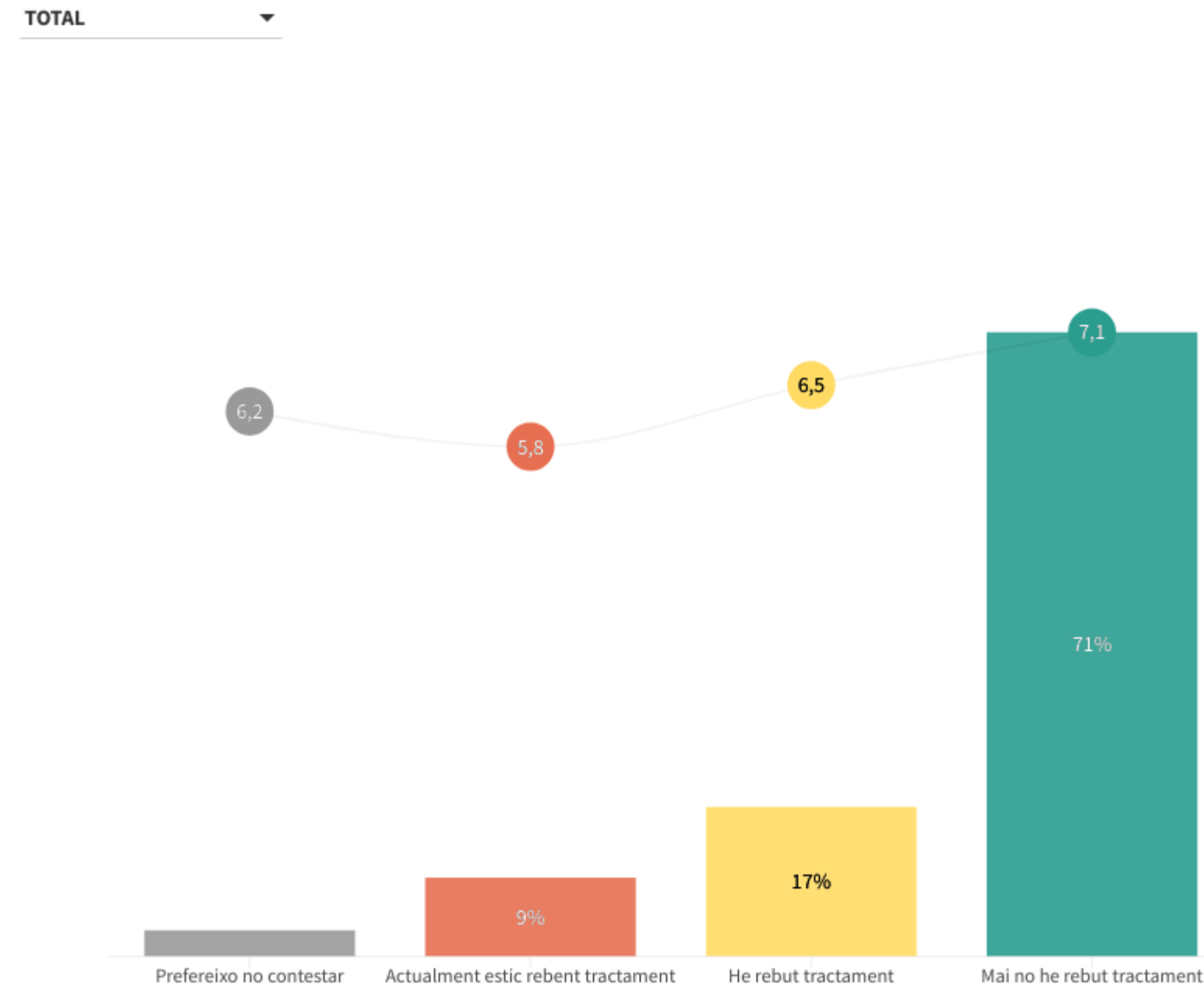
% de persones (N=4.005 | Total mostra)



Has rebut tractament per problemes de salut mental?

% de persones (N=4.005 | Total mostra)

PREGUNTA: Els problemes de salut mental són molt freqüents. Indica si has rebut o reps algun tipus de tractament (medicació o teràpia) per a aquestes dificultats. Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?



*S'inclouen dos gràfics que mostren les mateixes dades amb l'objectiu de poder comparar perfils sociodemogràfics diferents.



El nivell de satisfacció amb la vida augmenta fins a 2,8 punts a mesura que va creixent la percepció de capacitat de concentració, prendre decisions o d'afrontar els problemes. També incrementa fins a 2,9 punts davant la percepció de jugar un paper útil a la vida o de gaudir del dia a dia.

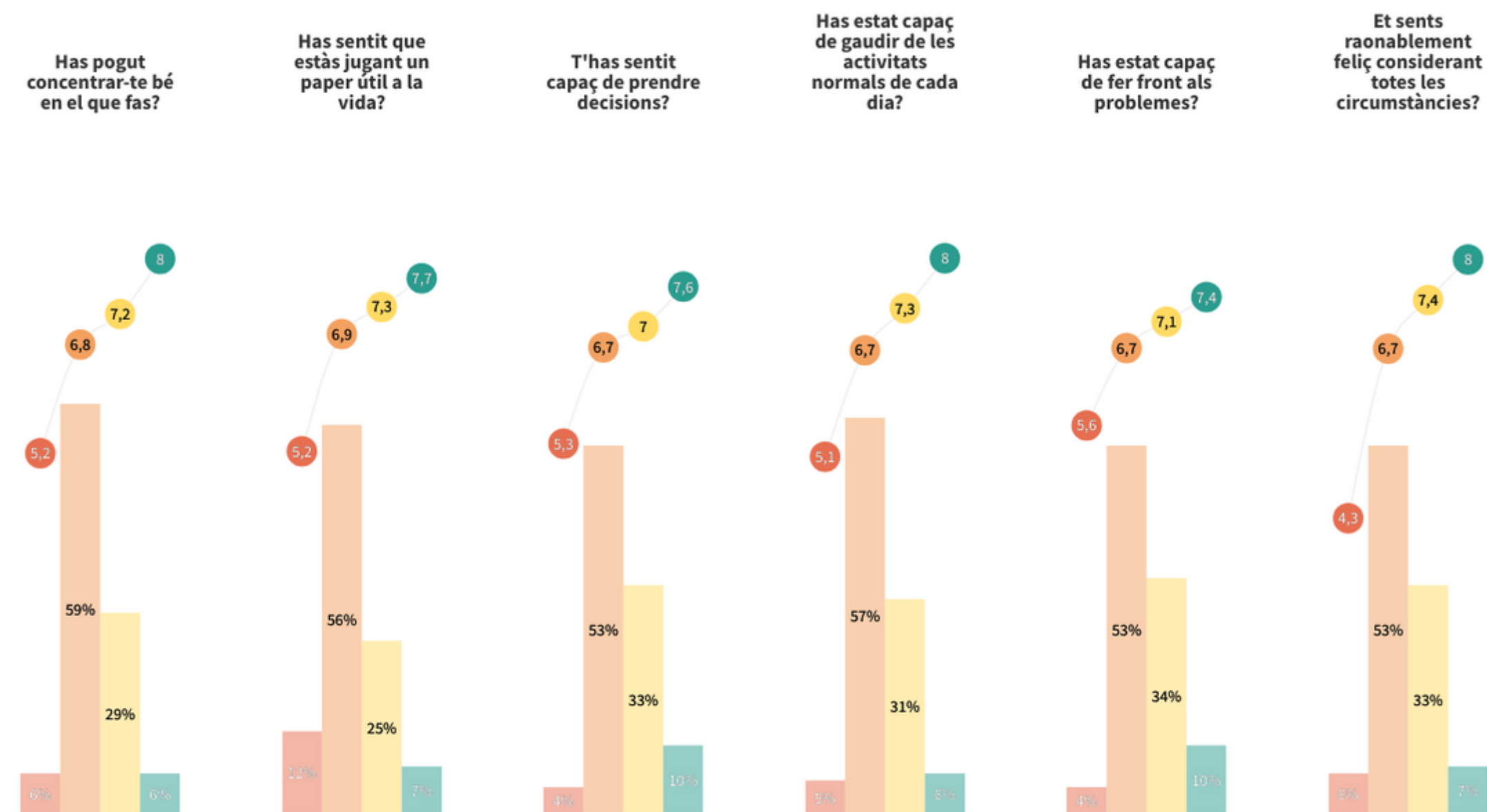
Les persones que tenen la percepció que poden gaudir del dia a dia o que es poden concentrar molt més de l'habitual (un 6% de la població) tenen el nivell de satisfacció més elevat (SV: 8). El 12% de les persones creu que no està jugant un paper útil a la vida (SV: 5,2). Per les que sí que ho creuen, la SV puja al 7,7 (molt més del que és habitual).

PREGUNTA: En les darreres setmanes...
Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Factors relacionats amb la salut mental

% de persones (N=4.005 | Total mostra)

■ No, gens ■ No més del que és habitual ■ Bastant més del que és habitual ■ Molt més del que és habitual





Les persones que consideren que, en les darreres setmanes, no els han afectat gens o no més de l'habitual diferents factors relacionats amb la salut mental són una àmplia majoria, que va del 76% (les preocupacions no li han fet perdre el son) al 87% (no han pensat que siguin persones que no valen per res).

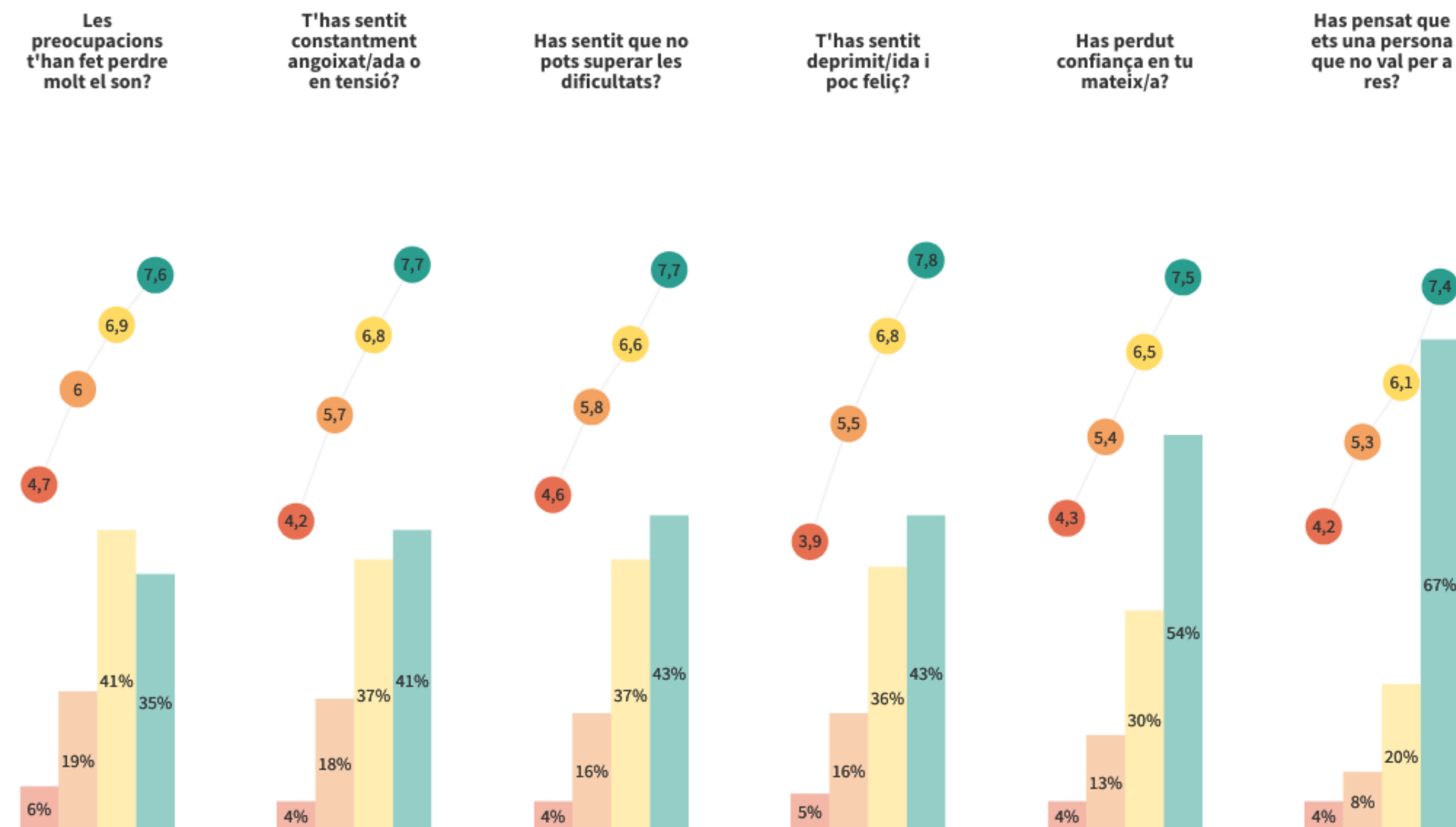
La satisfacció amb la vida de les persones que declaren haver viscut aquestes situacions de forma molt més habitual se situa en tots els casos per sota del 5, arribant al 3,9 entre les persones que s'han sentit deprimides i poc felices (un 5% de la població).

PREGUNTA: En les darreres setmanes...
Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Factors relacionats amb la salut mental

% de persones (N=4.005 | Total mostra)

■ No, gens ■ No més del que és habitual ■ Bastant més del que és habitual ■ Molt més del que és habitual





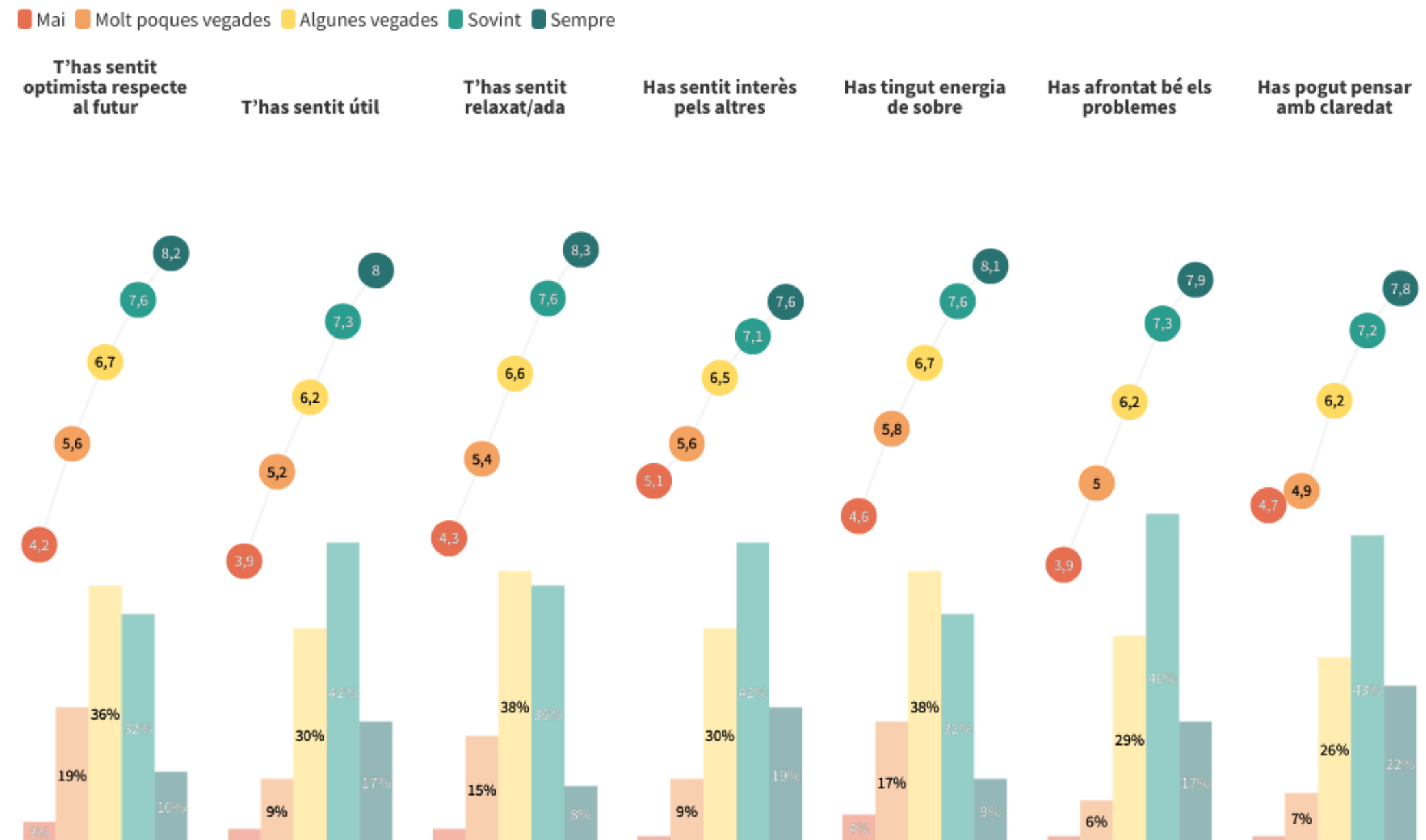
Les persones que sempre s'han sentit optimistes, útils, relaxades, han afrontat bé els problemes i han tingut energia de sobre, tenen entorn de 4 punts més de satisfacció amb la vida que les que diuen que no s'hi han sentit mai en les darreres setmanes.

Al voltant de sis de cada deu persones s'han sentit sovint o sempre útils (59%), han sentit interès pels altres (61%), han afrontat bé els problemes (63%) o han pogut pensar amb claredat (65%).

PREGUNTA: Per cada afirmació, digues la resposta que descriu millor com t'has sentit en les darreres 2 setmanes. Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Factors relacionats amb la salut mental

% de persones (N=4.005 | Total mostra)





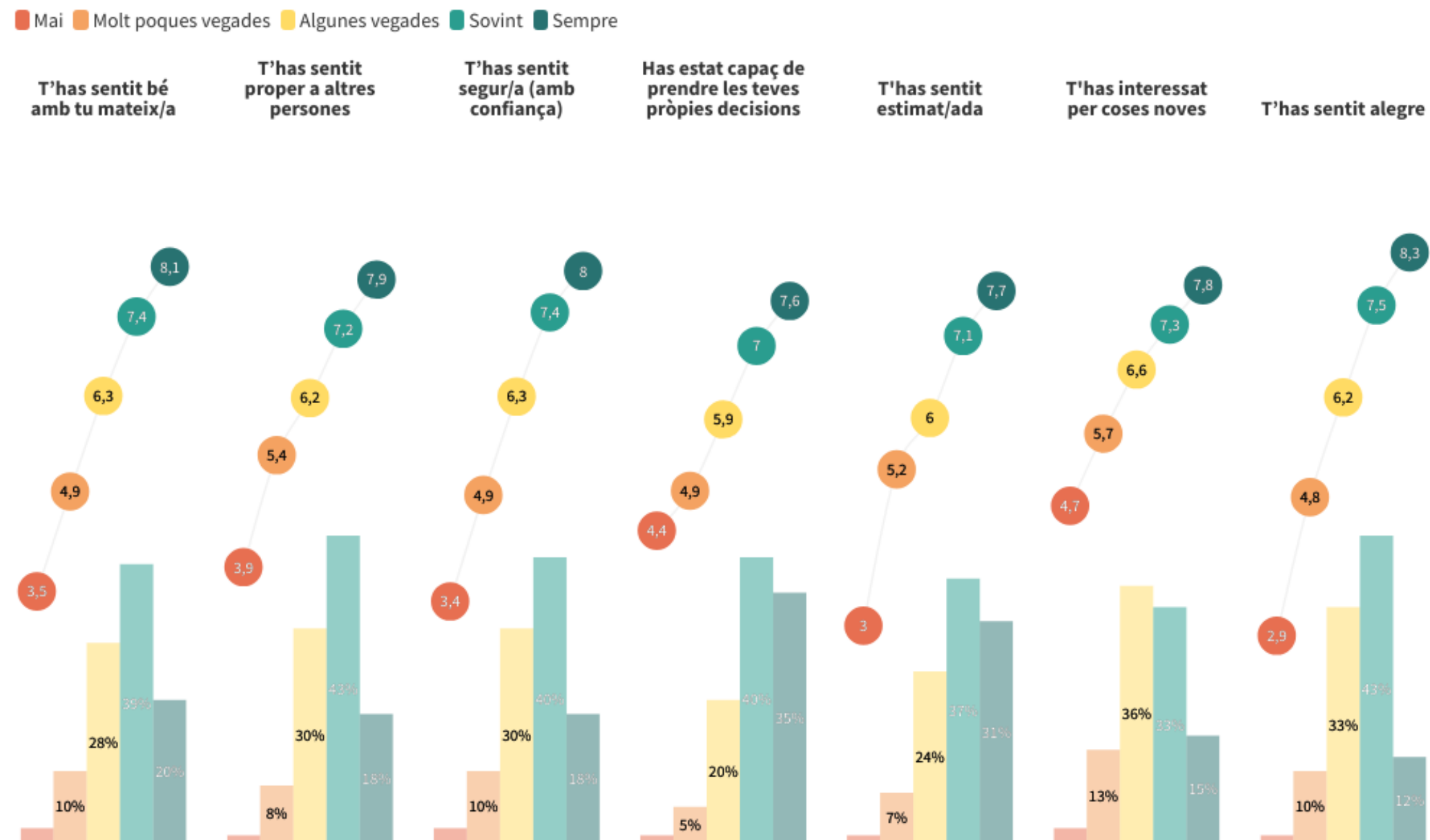
A prop del 60% de les persones se senten bé amb si mateixes, alegres, properes als altres o segures. 3 de cada 4 han estat capaces de prendre les seves pròpies decisions; però no arriben al 50%, les persones que s'han interessat per coses noves.

El fet de sentir-se alegre, en concret, comporta els nivells de satisfacció amb la vida més extrems (2,9 quan no s'han sentit alegres mai i 8,3 quan se senten sempre). Les persones que mai se senten estimades (3,0) o mai se senten segures (3,4) tenen els següents nivells més baixos de satisfacció amb la vida, mentre les que sempre s'han sentit bé amb elles mateixes o segures, superen els 8 punts.

PREGUNTA: Per cada afirmació, digues la resposta que descriu millor com t'has sentit en les darreres 2 setmanes. Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Factors relacionats amb la salut mental

% de persones (N=4.005 | Total mostra)

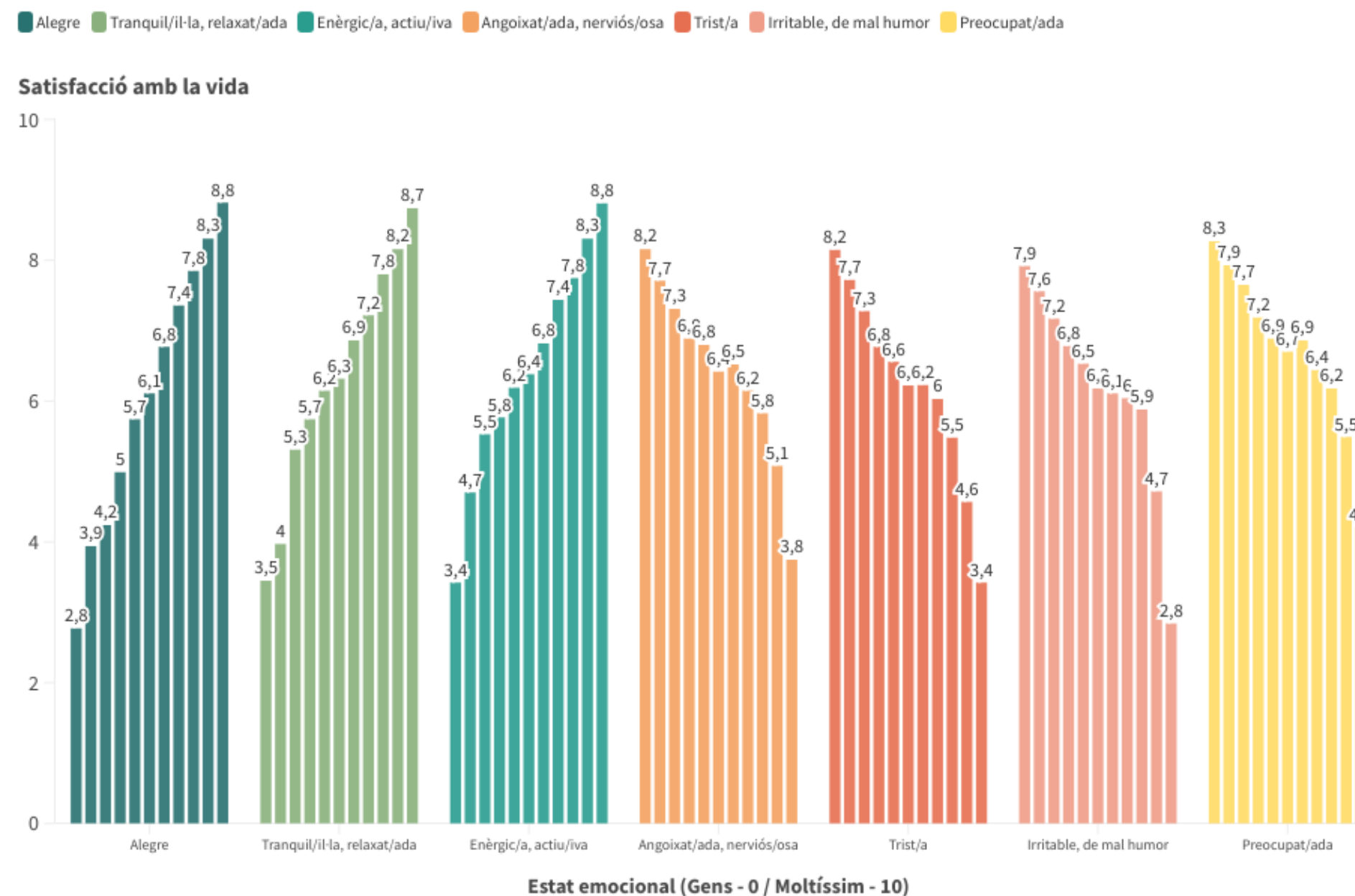


L'estat emocional en què se sent la persona correlaciona de forma directa amb el seu nivell de satisfacció amb la vida.

El 61% de la població se sent alegre i de bon humor sovint o sempre, i un 52% actiu i enèrgic. En contraposició, el 20% se sent sovint o sempre baix/a de moral o deprimit/ida, i un 16% irritable o de mal humor.

Estat emocional i satisfacció amb la vida

N = 4.005 | Total mostra



PREGUNTA: Tenint en compte les darreres setmanes, amb quina freqüència t'has sentit...?
Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?



Benestar emocional Malestar

20%

6%

% de persones que menciona algun concepte sobre aquest àmbit com a aspecte que afecta el seu nivell de satisfacció amb la vida



Sobre un 60% de la població pot parlar amb la seva parella o família sempre que ho necessita o de forma habitual i, una mica més de la meitat, amb les amistats.

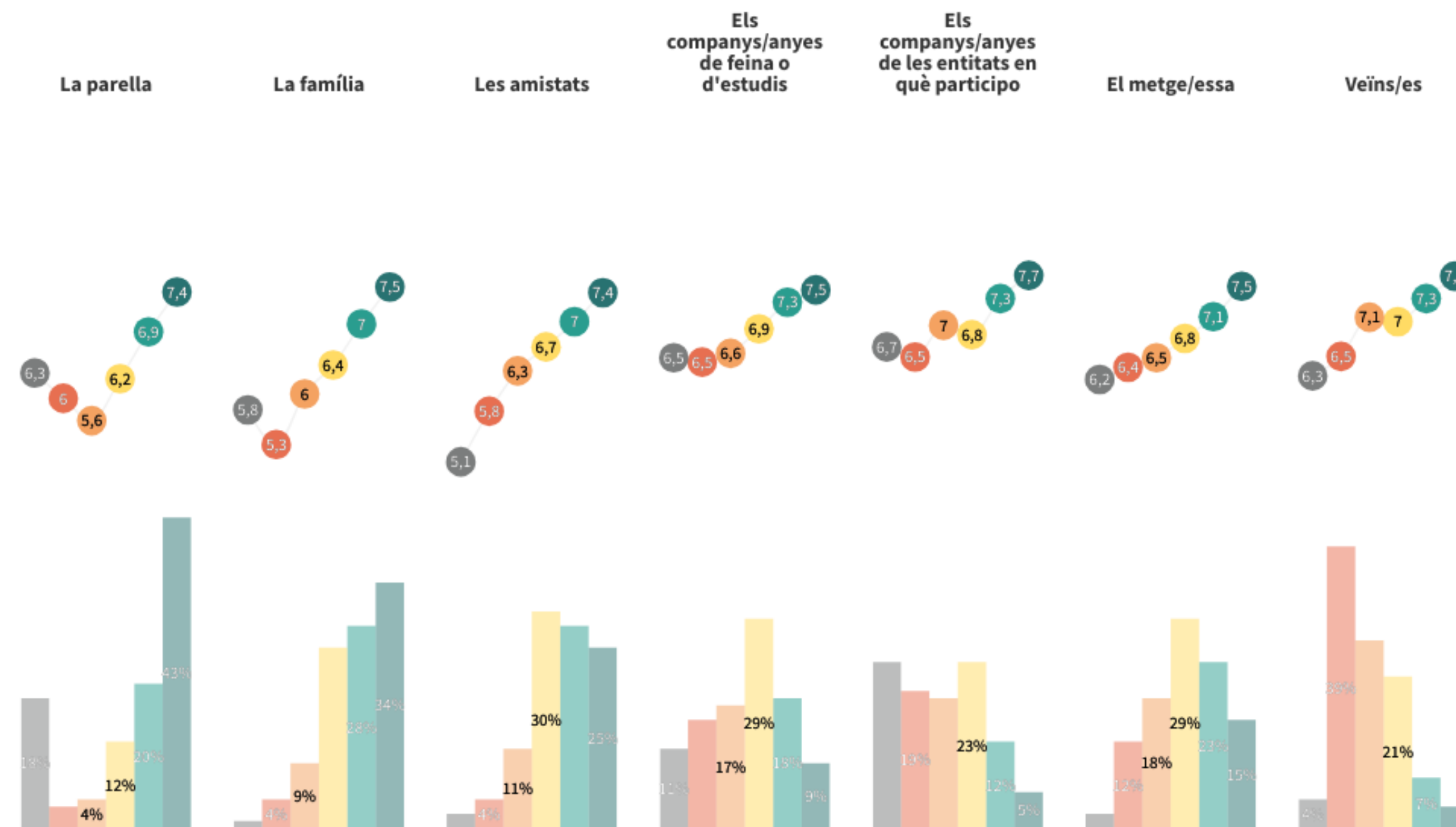
Sentir que es disposa de xarxa és un aspecte important pel benestar subjectiu. La satisfacció amb la vida augmenta més d'1 punt entre les persones que tenen amb qui parlar o demanar consell de les que no en tenen.

PREGUNTA: Pots parlar de temes personals o pots demanar consell a...? Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Capital social: tenir xarxa per comentar temes personals o demanar consell

% de persones (N=4.005 | Total mostra)

■ Sí, sempre que ho necessito ■ Normalment sí ■ A vegades ■ Pràcticament mai ■ Mai ■ No aplica

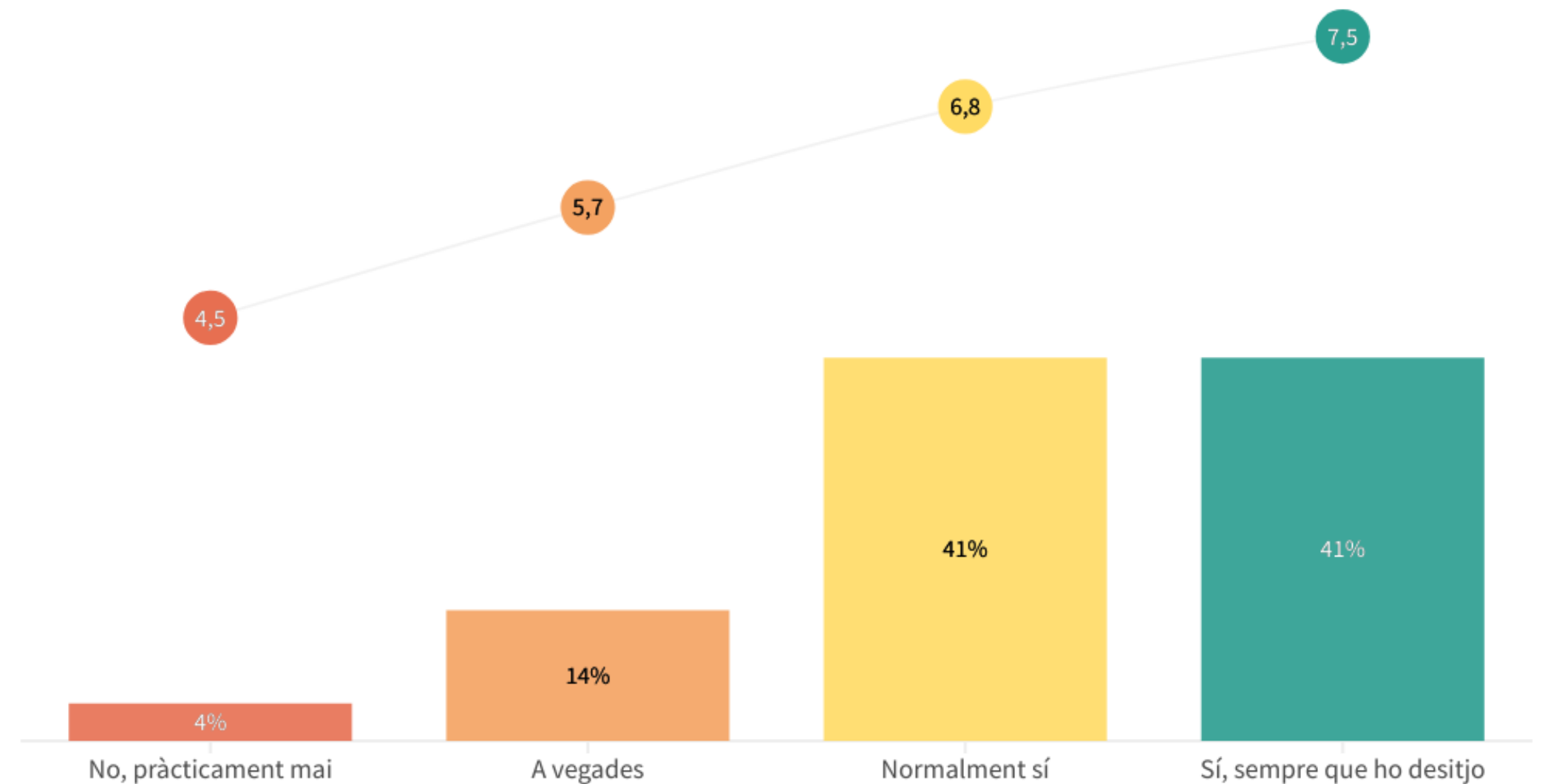


Tenir persones a prop per gaudir i compartir augmenta significativament la satisfacció amb la vida.

La satisfacció amb la vida augmenta 3 punts entre les persones amb més capital social (41%), en comparació amb les que no tenen ningú (4%).

PREGUNTA: Tens algú per gaudir dels bons moments, celebracions, oci, etc.? Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

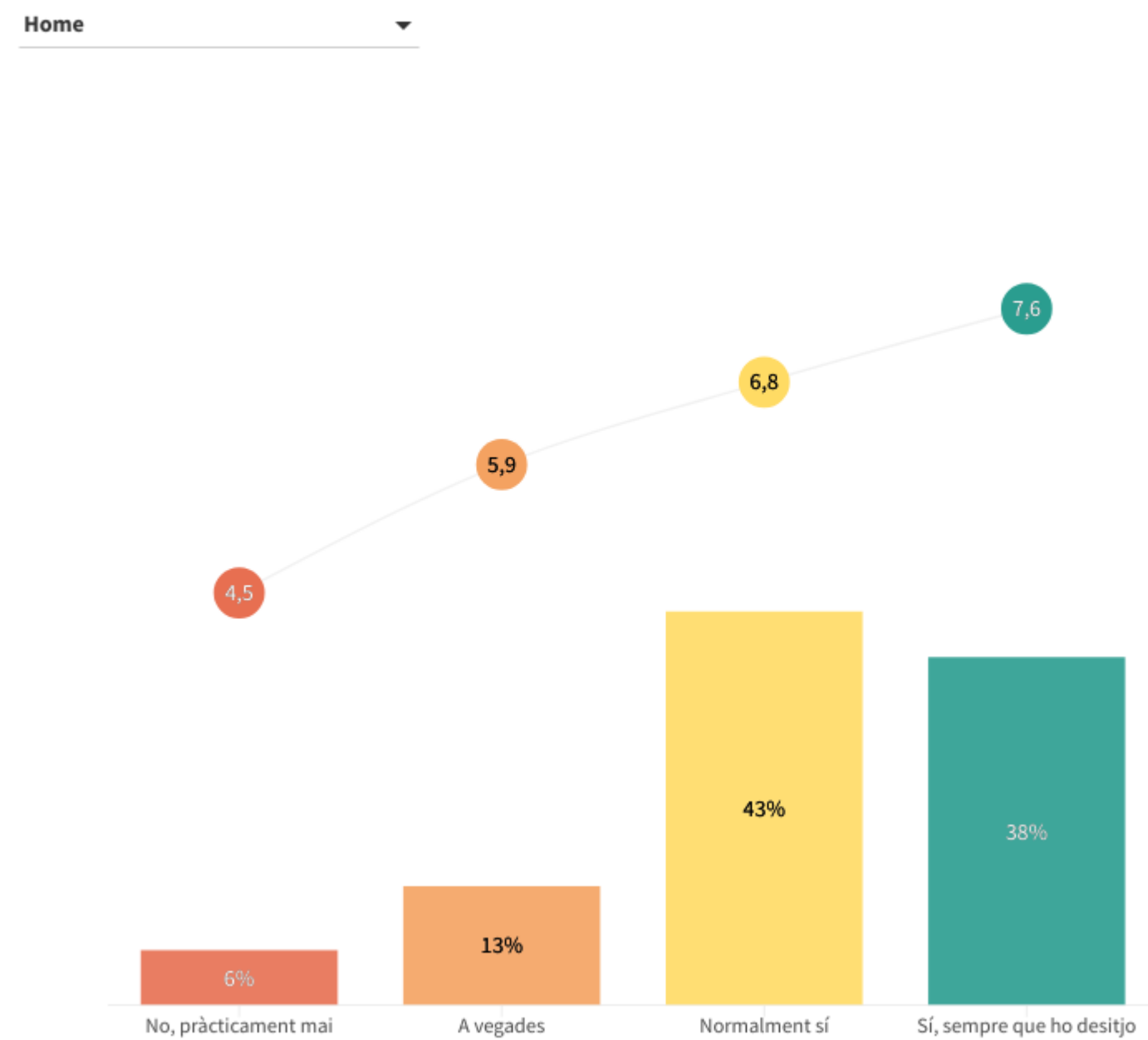
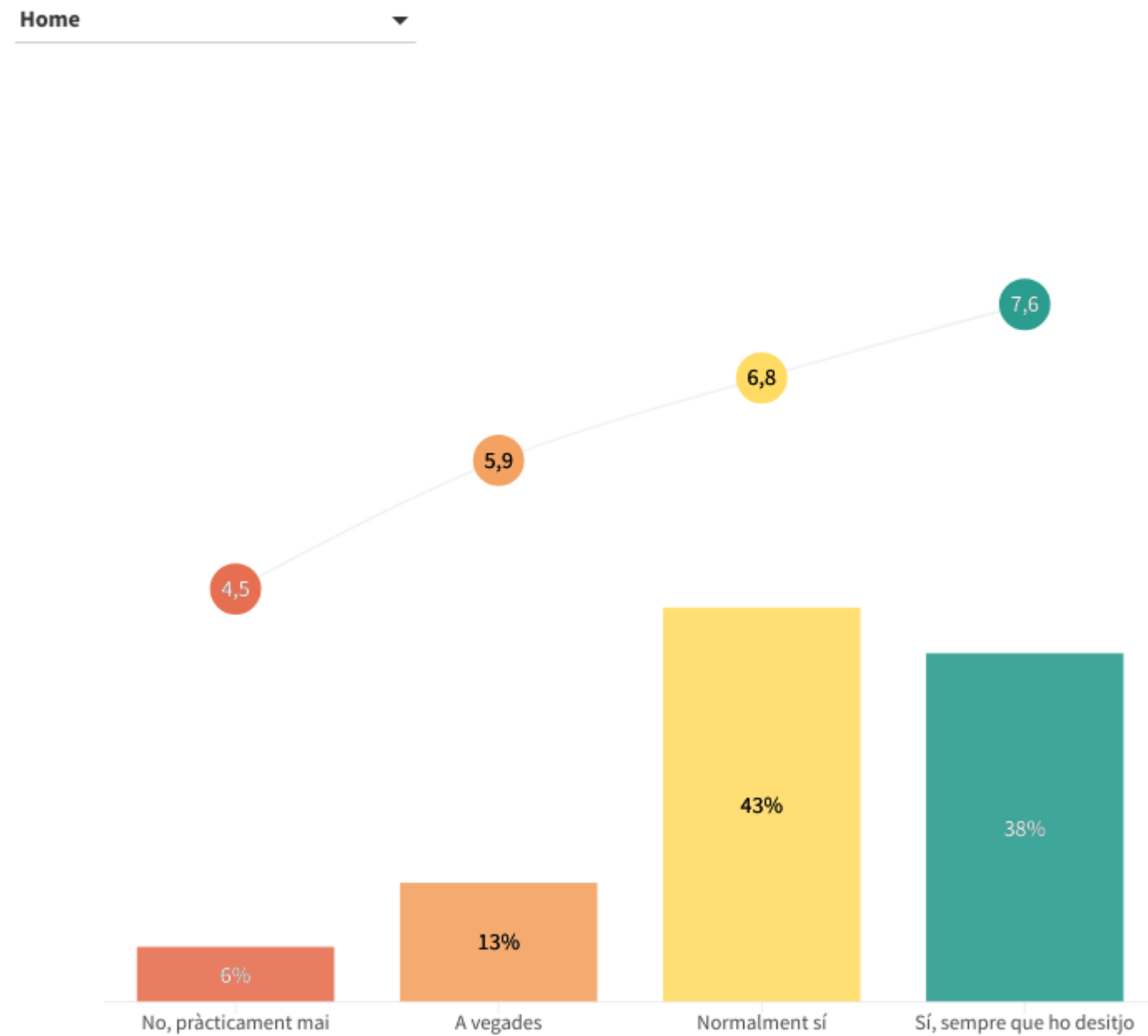
Capital social: tenir xarxa per gaudir dels bons moments, celebracions, oci, etc.
% de persones (N=4.005 | Total mostra)



Capital social: tenir xarxa per gaudir dels bons moments, celebracions, oci, etc.

% de persones (N=4.005 | Total mostra) - Possibilitat de crear per perfils sociodemogràfics

PREGUNTA: Tens algú per gaudir dels bons moments, celebracions, oci, etc.? Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?



*S'inclouen dos gràfics que mostren les mateixes dades amb l'objectiu de poder comparar perfils sociodemogràfics diferents.





Majoritàriament, les persones no se senten mai o poques vegades soles (69%), excloses (78%), aïllades (72%) o mancades de companyia (68%). Les persones que s'han sentit sovint soles, aïllades o mancades de companyia són entre el 7 i 9%, i les que s'han sentit excloses representen un 4%.

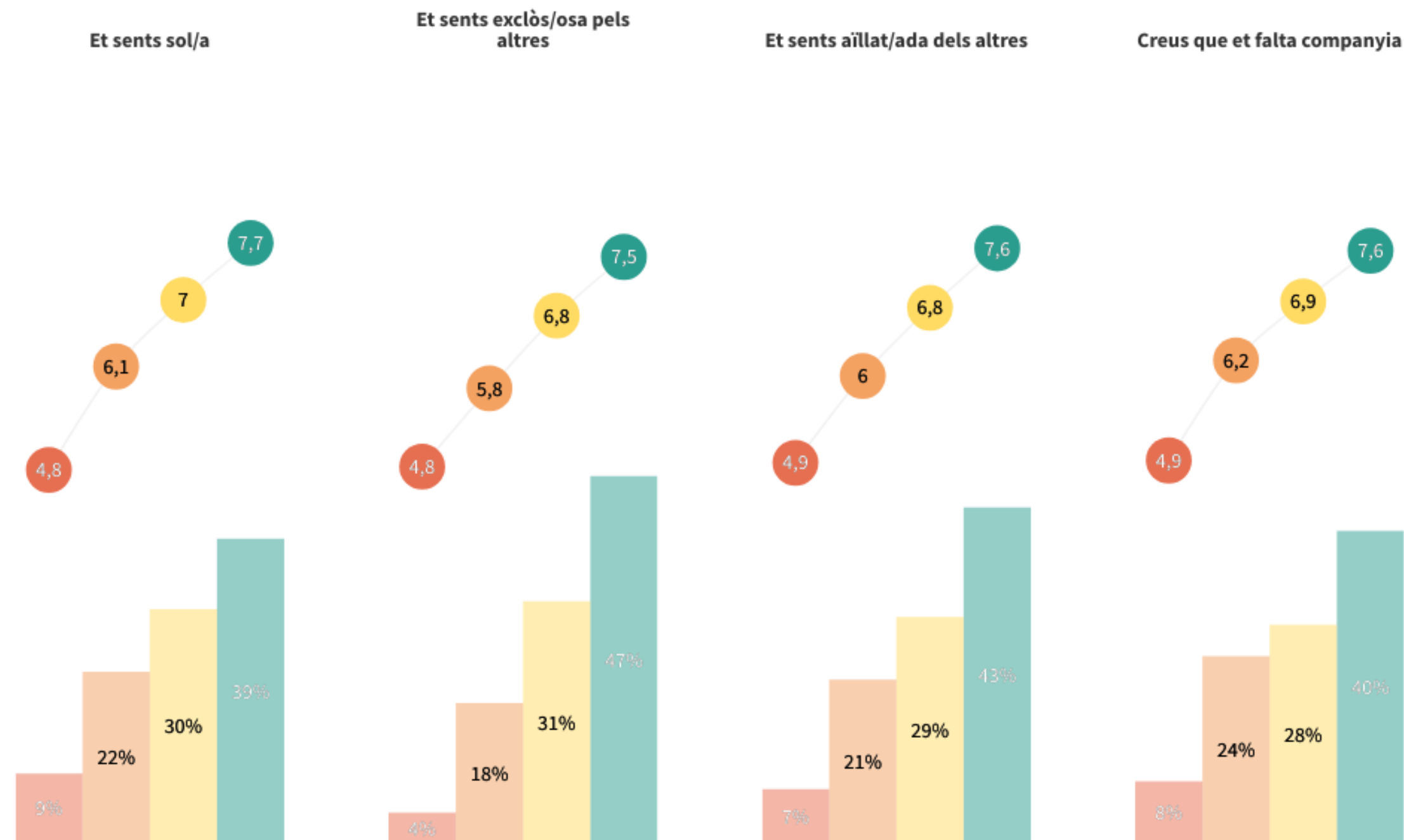
La satisfacció amb la vida augmenta en tots els casos de valors lleugerament inferiors als 5 punts a valors superiors als 7,5. Per aquelles persones que sovint els manca xarxa, la seva satisfacció amb la vida no arriba al 5.

PREGUNTA: Tenint en compte les darreres setmanes, ens podries dir amb quina freqüència...? Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Solitud

% de persones (N=4.005 | Total mostra)

■ Mai ■ Poques vegades ■ Algunes vegades ■ Sovint





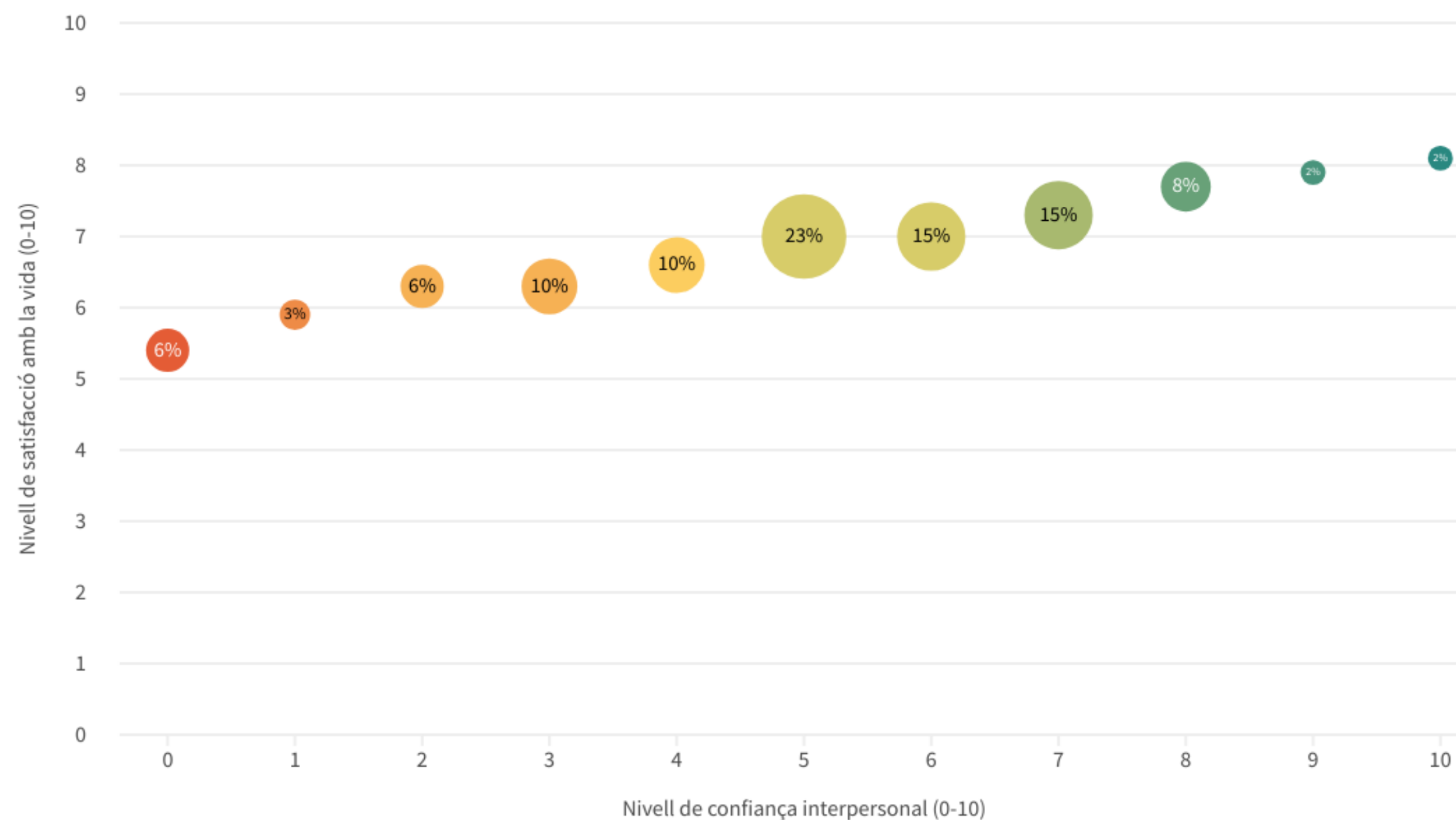
La confiança amb la resta de la gent es troba estretament relacionada amb la satisfacció amb la vida: la variació entre la gent que no confia pràcticament en ningú i la que confia en la majoria de les persones és de gairebé 3 punts (5,4 vs. 8,1).

El 53% de les persones se situa entre els 5 i els 7 punts. Les persones que no confien pràcticament en ningú (0-3) representen el 25% de les persones enquestades.

PREGUNTA: Diries que, en general, es pot confiar en la majoria de la gent?
Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Confiança en les persones

% de persones (N=4.005 | Total mostra)



Les persones que pertanyen a un grup que pateix algun tipus de discriminació o aïllament (18%) tenen una satisfacció amb la vida de 6,2 punts, en comparació als 7 punts de les quals no en pateixen.

Els principals grups discriminats ho són per l'origen (17%), l'orientació sexual (15%) o per ser dona (15%). Els grups que tenen un nivell de satisfacció amb la vida més baix se senten discriminats per tenir pocs drets i ajudes (4,6) i pel lloc on viuen (5).

PREGUNTA: Creus que pertanyes a un grup que pateix algun tipus de discriminació o aïllament en aquest país? Per quins motius et sents discriminat/ada o aïllat/ada?
Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Motius espontanis de discriminació o aïllament

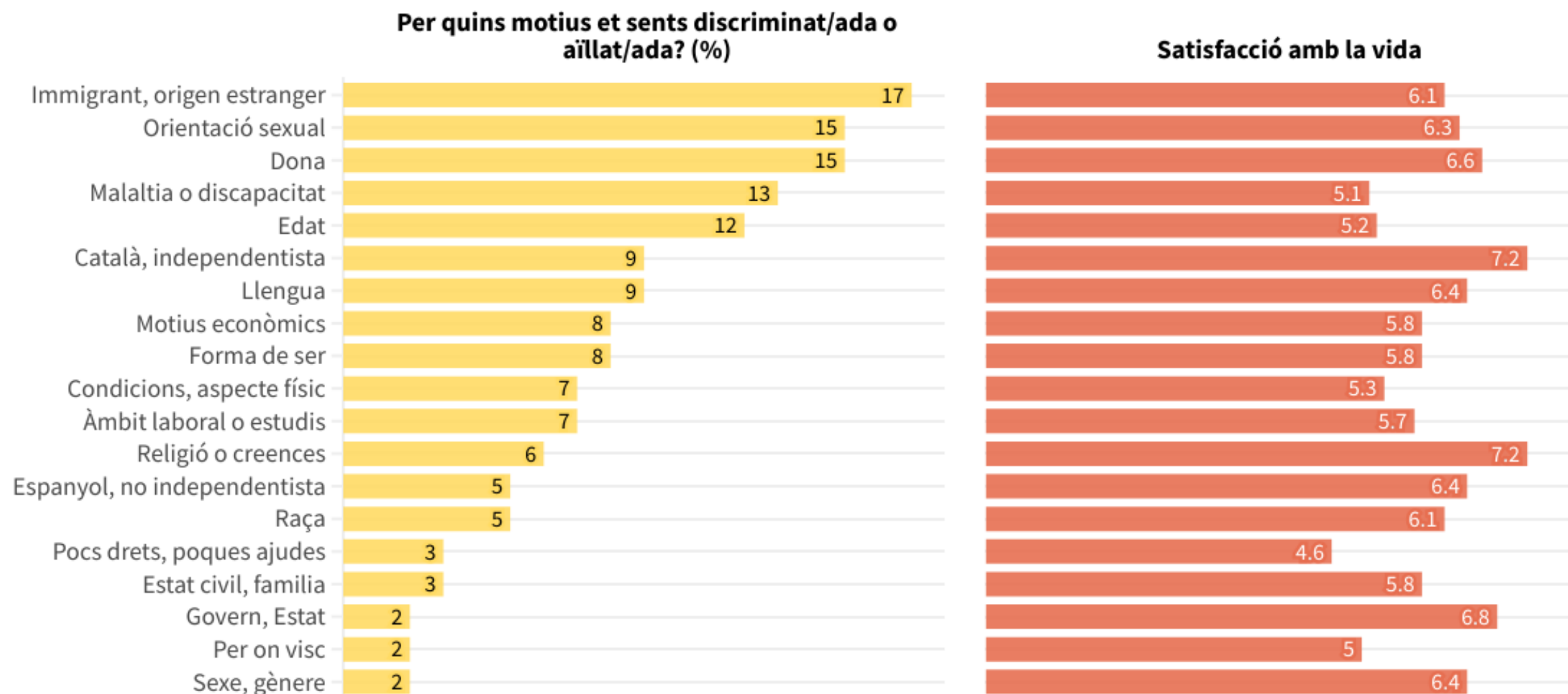
% de persones (N=728 | Pertanyen a un grup que pateix discriminació o aïllament)

SE SENTEN DISCRIMINATS/ADES

18% | SV: 6.2

NO SE SENTEN DISCRIMINATS/ADES

72% | SV: 7.0



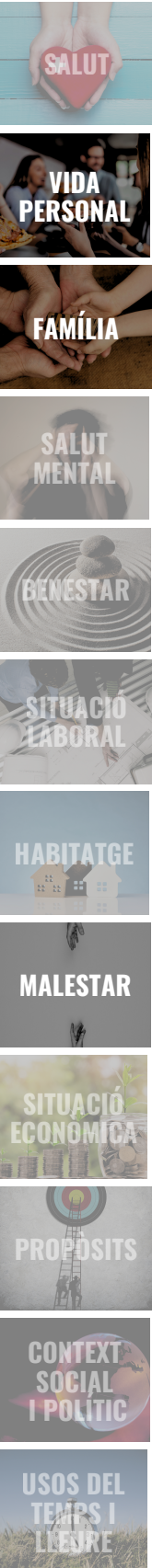
Família

Vida personal

Propòsits

% de persones que menciona algun concepte sobre aquest àmbit com a aspecte que afecta el seu nivell de satisfacció amb la vida





Parella amb una de les persones almenys de 65 anys i sense fills (7,3), i les parelles amb fills menors d'edat (7,1) són les tipologies de llar que tenen un nivell de satisfacció amb la vida més elevat.

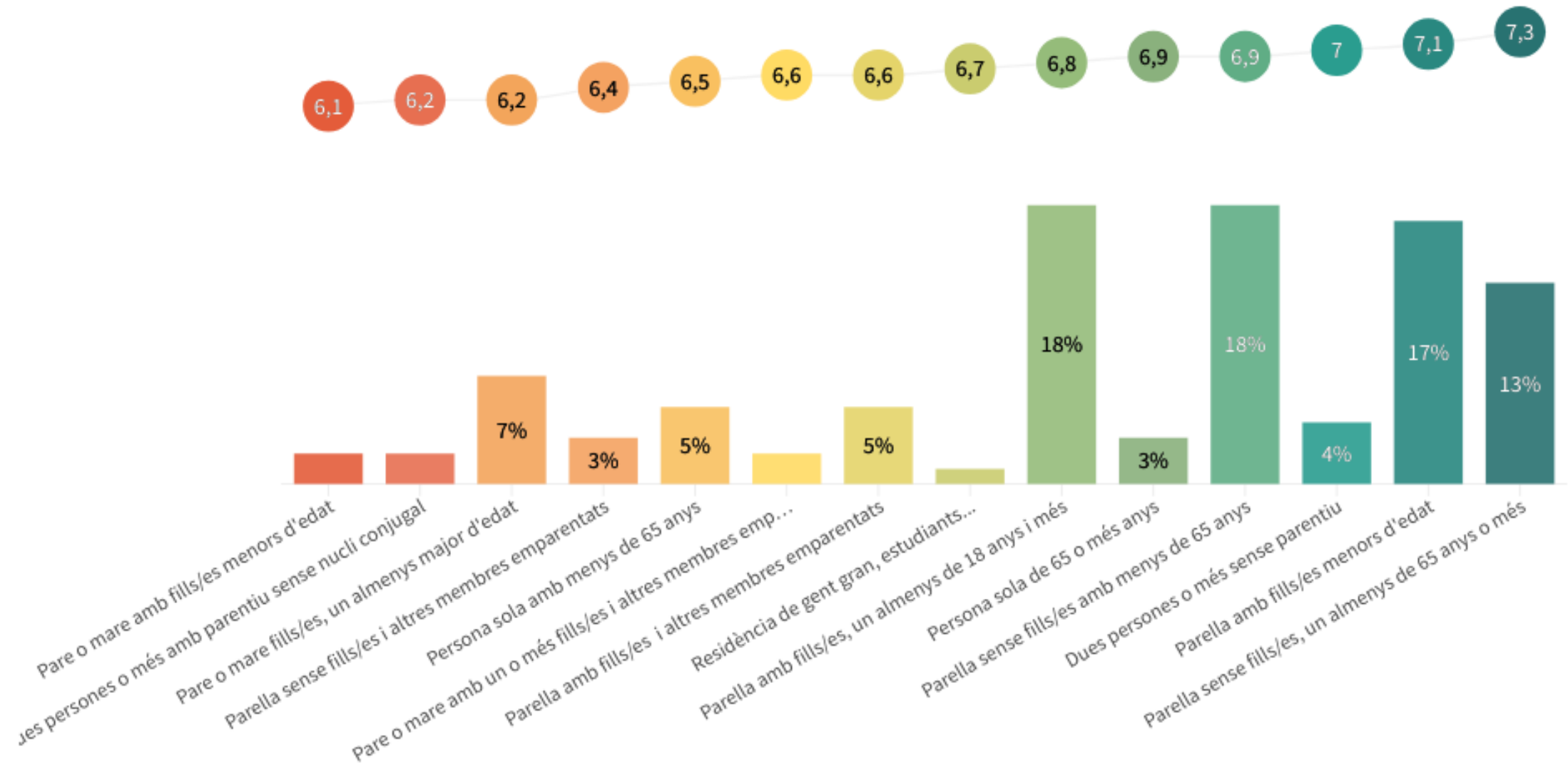
Les persones que viuen en una llar monoparental amb un menor a càrrec són les que tenen un nivell de satisfacció amb la vida més baix (6,1).

PREGUNTA: Quantes persones viuen a la teva llar, sense comptar-t'hi tu? Per cadascun dels membres de la teva llar, digues-me, si us plau, l'edat i el parentiu o la relació que tenen, sense incloure-t'hi tu. Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Tipologia de llar segons el gènere

% de persones (N=4.005 | Total mostra)

TOTAL



Alegre (20%), positiva (19%), amable (17%) i activa (15%) són els atributs que defineixen a la mitjana de la gent.

Altres aspectes vinculats són: ser confiable (14%), sociable (13%) i responsable (13%).

Definició d'un mateix

% de persones (N=4.005 | Total mostra)



PREGUNTA: Ens podries dir com et descriuries tu mateix/a?

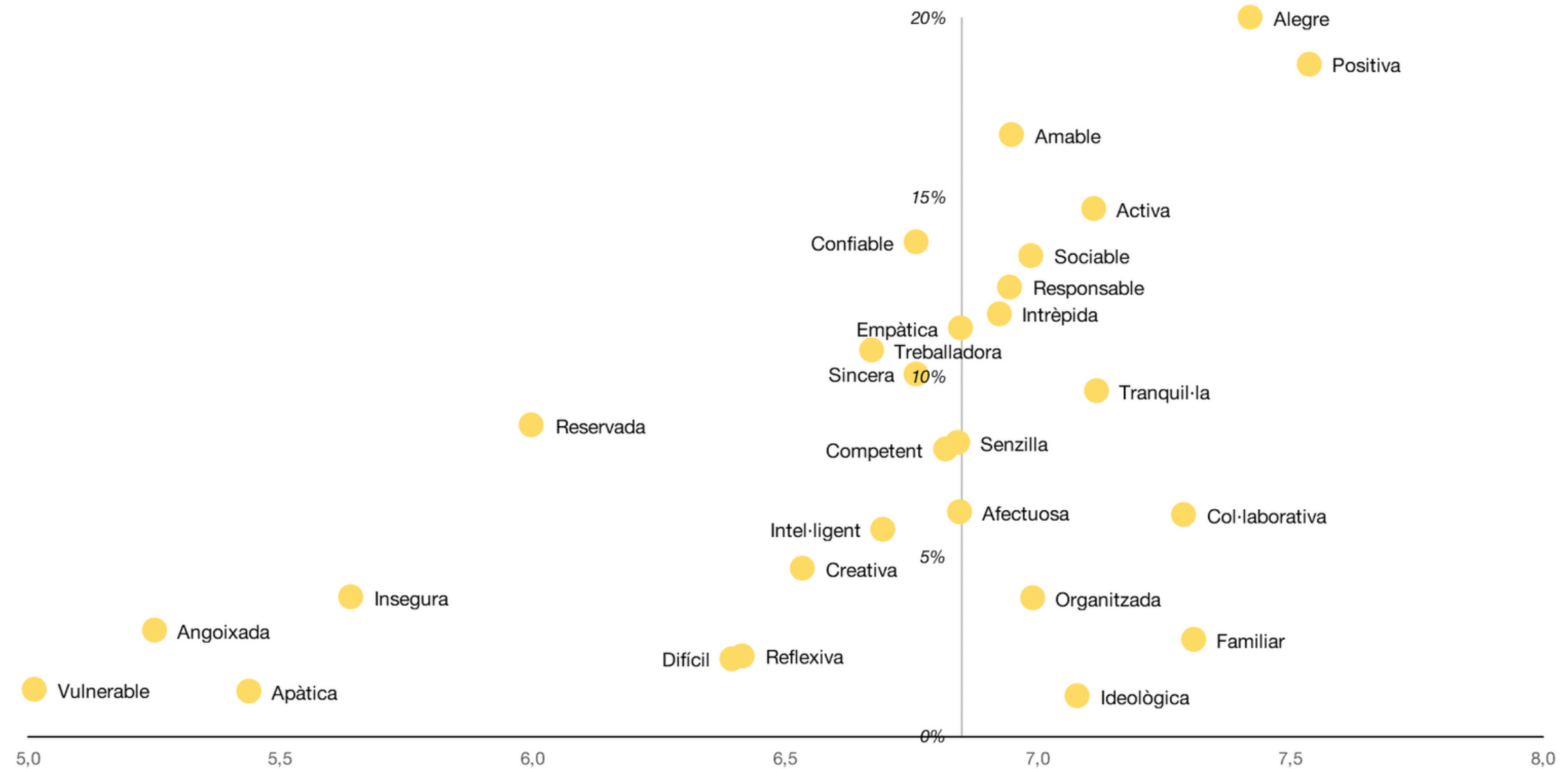


Les persones que se senten més satisfetes s'autodefineixen com a positives (7,5), alegres (7,4), familiars (7,3) i col·laboratives (7,3).

Els principals atributs relacionats amb considerar que estan menys satisfetes són: ser vulnerable (5,0),angoixada (5,3) i apàtica (5,4).

Satisfacció amb la vida en funció de la definició d'un mateix

% de persones (N=4.005 | Total mostra)



PREGUNTA: Ens podries dir com et descriuries tu mateix/a? Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?



Confiable (28%), amable (22%), alegre (22%) i sociable (14%) són els principals atributs amb els quals la gent considera que la descriuria el seu entorn.

Altres aspectes destacats són: ser intrèpida (11%), reservada (9%), activa (8%) i responsable (8%).

Definició d'un mateix per part de la gent de l'entorn

% de persones (N=4.005 | Total mostra)



PREGUNTA: Ens podries dir com et descriuria la gent del teu entorn?



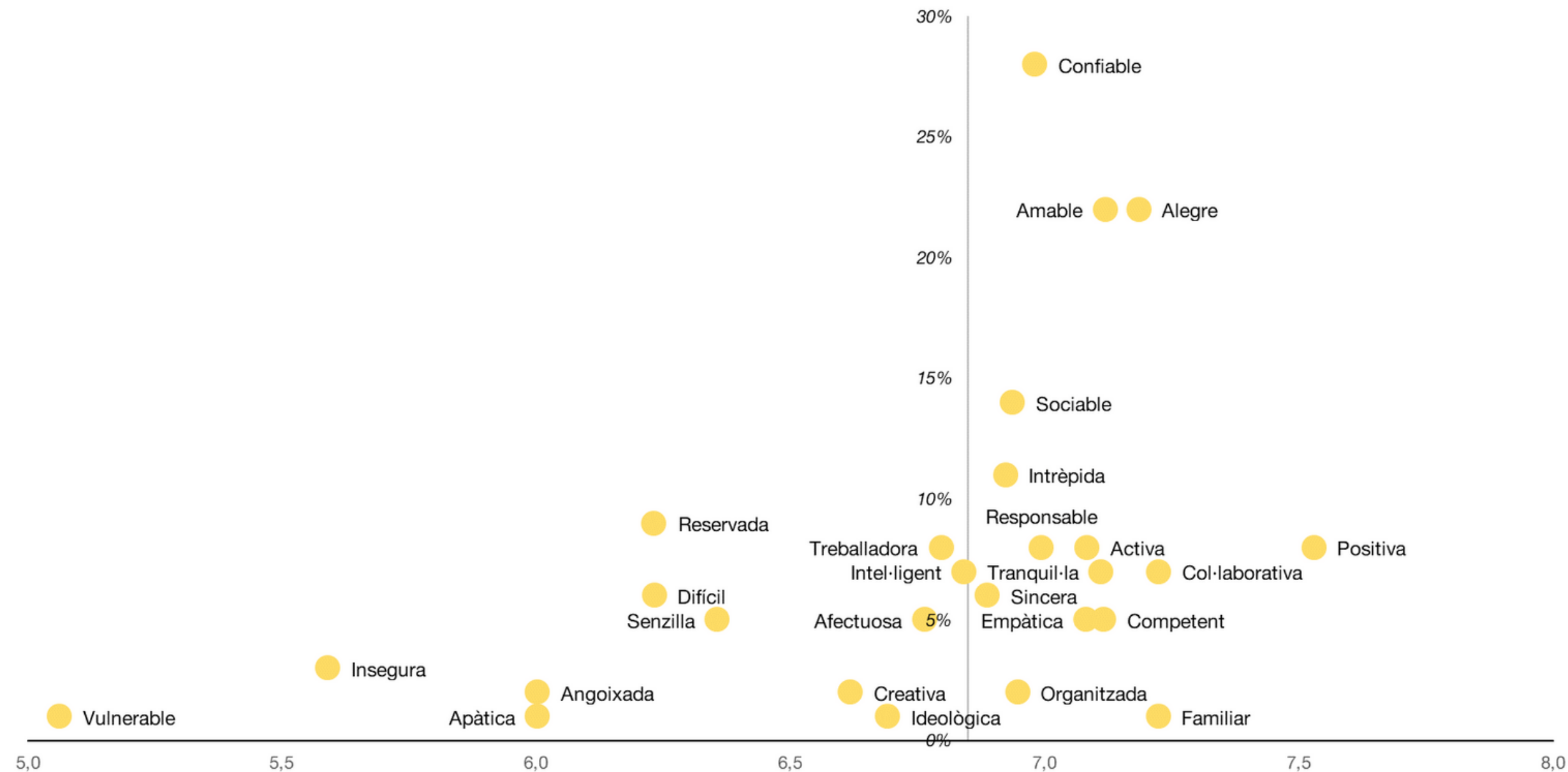


Les persones amb una satisfacció més elevada són definides pel seu entorn com a persones positives (7,5), col·laboratives (7,2), familiars (7,2) i alegres (7,2).

Els atributs que comporten nivells de satisfacció més baixos són: ser vulnerable (5,1), insegura (5,6) i apàtica (6,0).

Satisfacció amb la vida en funció de la definició d'un mateix per part de la gent de l'entorn

% de persones (N=4.005 | Total mostra)



PREGUNTA: Ens podries dir com et descriuria la gent del teu entorn? Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?



Un 70% de les persones consideren que les creences religioses o espirituals no afecten gens la seva presa de decisions.

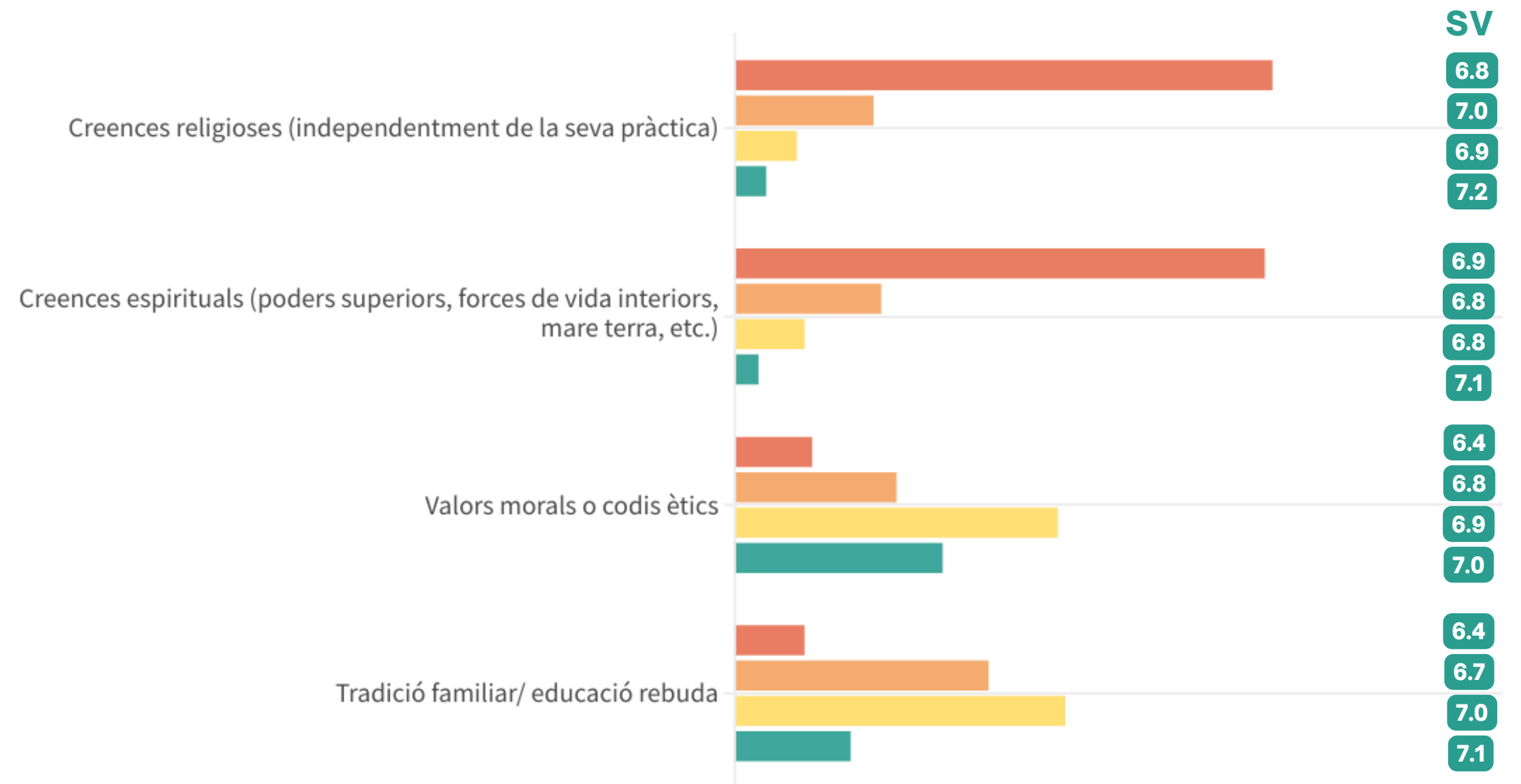
En general, la gent que considera que l'influeixen molt les creences religioses, espirituals, els valors ètics o tradicionals, tenen un nivell de satisfacció amb la vida més elevat (7,0-7,2).

PREGUNTA: A l'hora de prendre decisions importants, com t'influeixen els següents aspectes?
Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Com influeixen els següents aspectes a l'hora de prendre decisions?

% de persones (N=4.005 | Total mostra)

■ Gens ■ Una mica ■ Força ■ Molt



Situació econòmica Habitatge

34%

5%

% de persones que menciona algun concepte sobre aquest àmbit
com a aspecte que afecta el seu nivell de satisfacció amb la vida

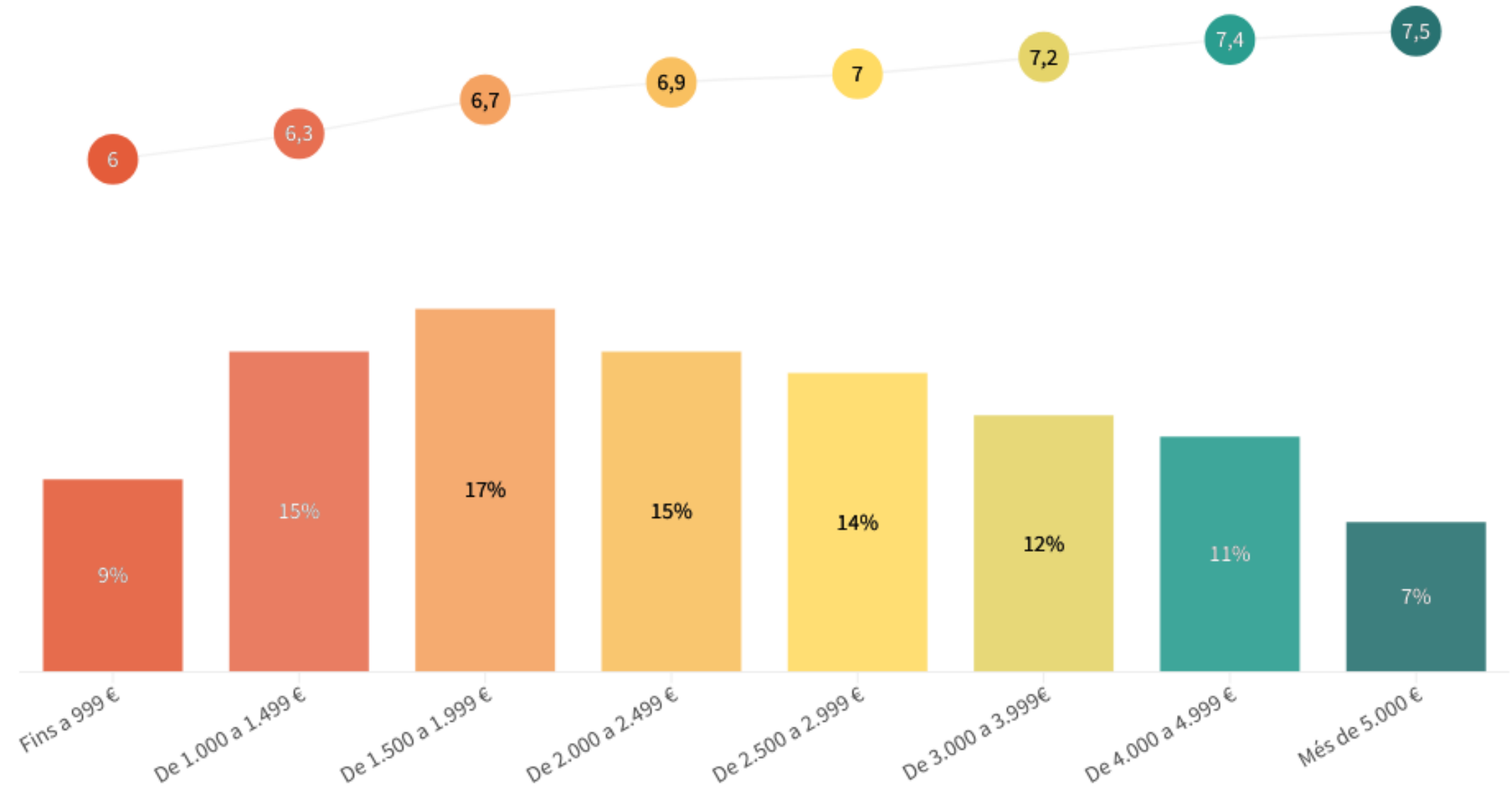


Les persones que viuen en llars amb ingressos per sobre dels 2.500 € (44%) mostren un nivell de satisfacció amb la vida superior a la mitjana.

La satisfacció amb la vida es redueix a mesura que disminueix el volum d'ingressos mensuals en 1,5 punts.

Ingressos a la llar i satisfacció amb la vida

% de persones (N=4.005 | Total mostra)



PREGUNTA: Ens pots indicar el volum d'ingressos mensuals nets aproximat de tots els membres del nucli familiar o de la teva llar (incloent-hi)? Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

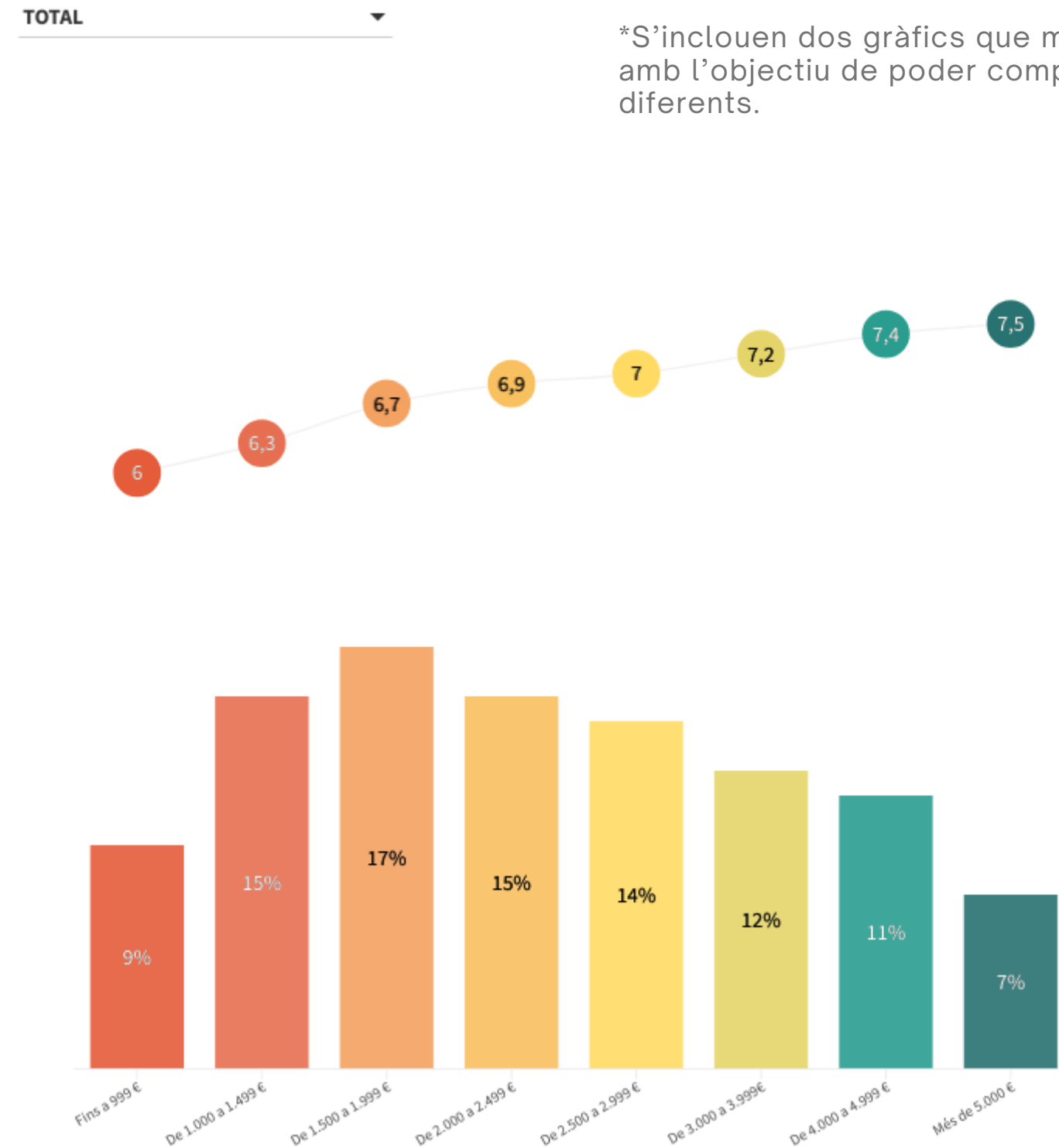
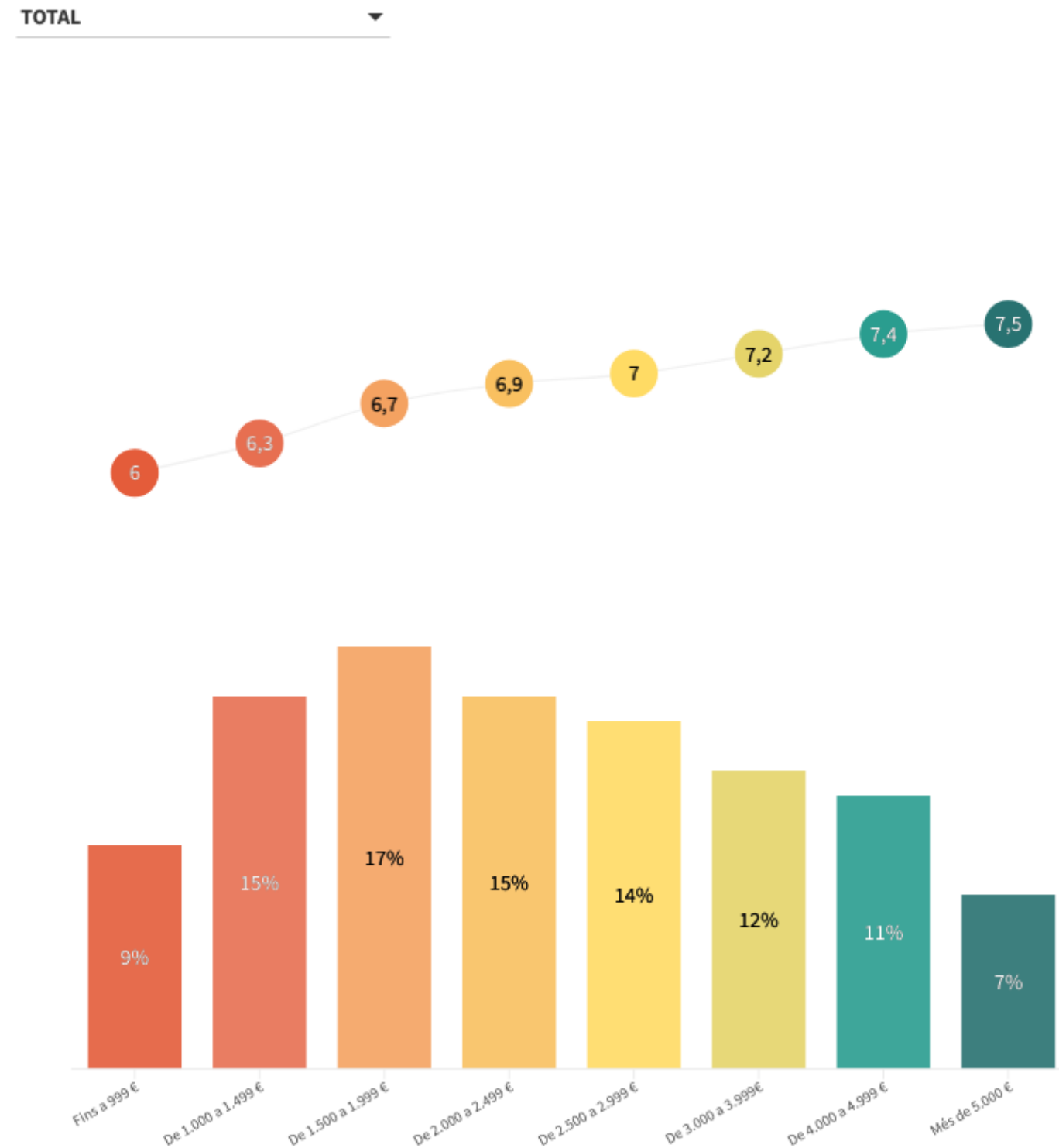


Ingressos a la llar i satisfacció amb la vida

% de persones (N=4.005 | Total mostra)

PREGUNTA: Ens pots indicar el volum d'ingressos mensuals nets aproximat de tots els membres del nucli familiar o de la teva llar (incloent-hi)?
Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

*S'inclouen dos gràfics que mostren les mateixes dades amb l'objectiu de poder comparar perfils sociodemogràfics diferents.



La dependència econòmica de tercers disminueix el nivell de satisfacció amb la vida fins a 1,5 punts.

El nivell de satisfacció amb la vida de les persones que són independents econòmicament (80%) és de 7,1 punts.

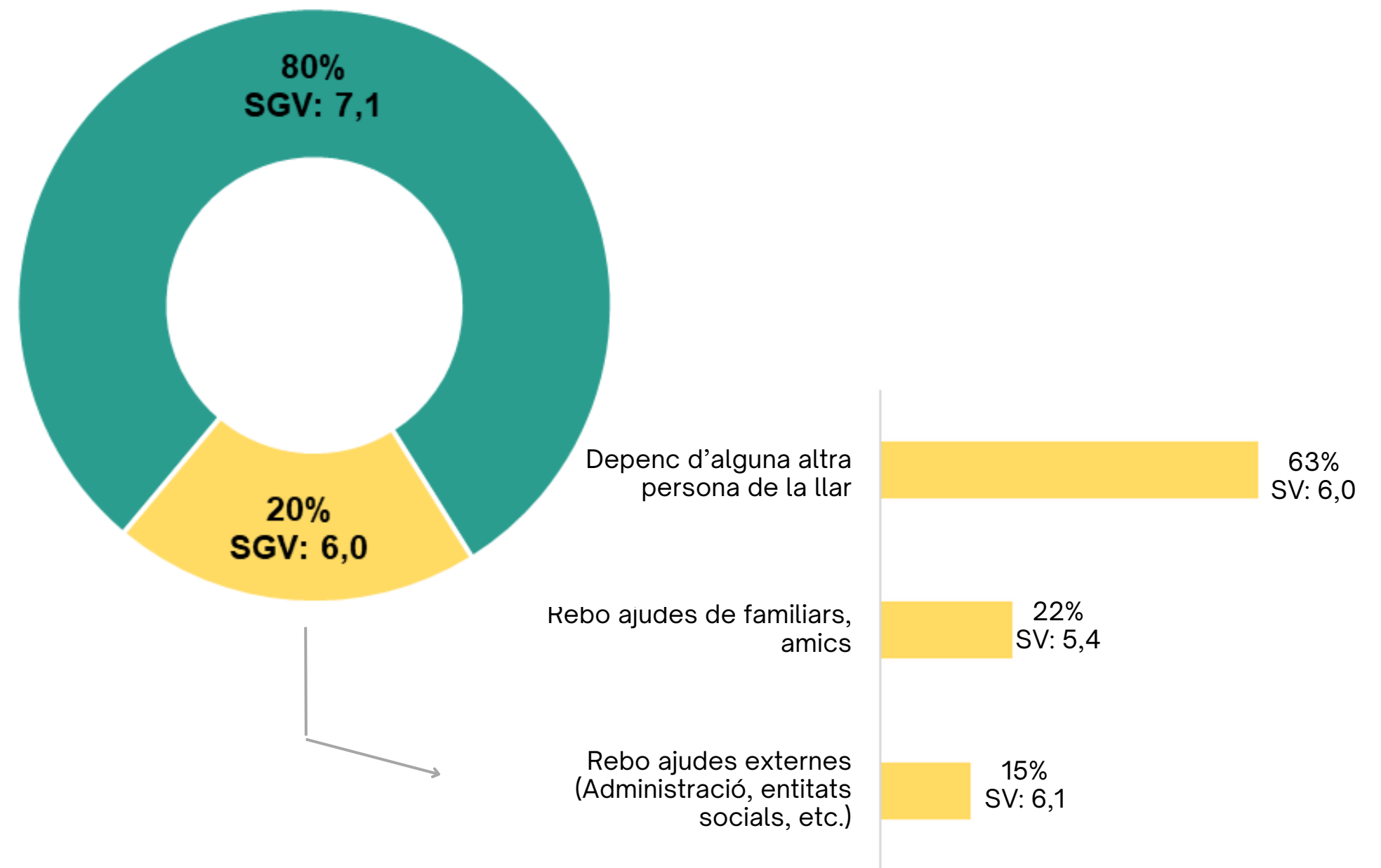
Aquesta satisfacció amb la vida disminueix menys si les ajudes provenen d'alguna altra persona de la llar (6,1) o d'ajudes externes com l'Administració (6,0). En canvi, quan es depèn econòmicament de familiars o amics, el nivell de satisfacció cau fins als 5,4 punts.

PREGUNTA: Ens podries dir en quina situació et trobes habitualment?
Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Ajudes i dependència econòmica

% de persones (N=4.005 | N= 817 Dependents econòmicament)

- Independents econòmicament
- Dependents econòmicament



La vulnerabilitat, econòmica i en matèria d'habitatge, té molta influència en la satisfacció amb la vida: la diferència és de gairebé 3 punts en la satisfacció amb la vida entre les persones que la pateixen i les que no.

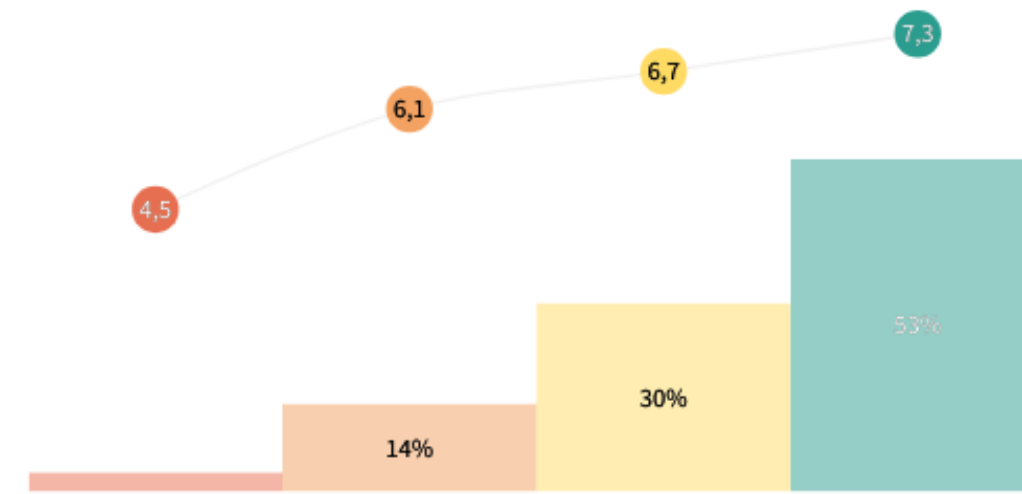
PREGUNTA: Creus que estàs en risc de perdre el teu habitatge?
 Penses que estàs en risc de patir un tall de subministraments energètics (aigua, llum, gas)?
 En general, pots comprar els productes que necessites per tenir una alimentació equilibrada?
 Tenint en compte el total d'ingressos de la teva llar, com soleu arribar a final de mes?
 Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Vulnerabilitat econòmica i en matèria d'habitatge

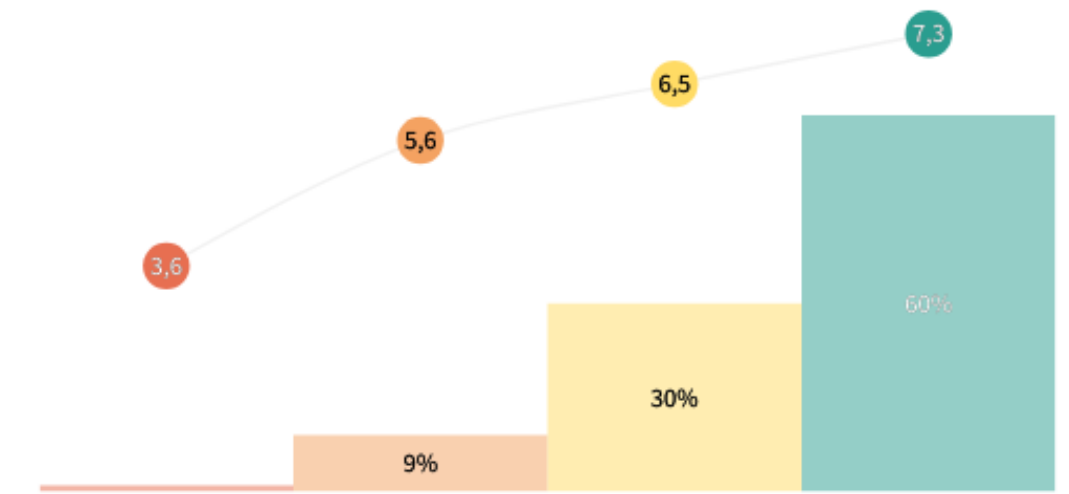
% de persones (N=4.005 | Total mostra)

■ Si, molt ■ Podria passar ■ És poc probable ■ No, gens

Estàs en risc de perdre el teu habitatge?

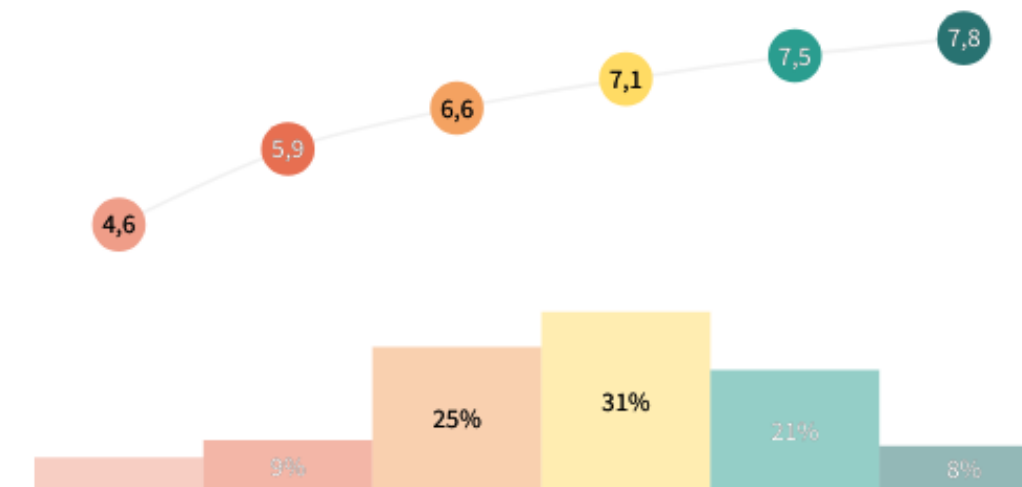


Estàs en risc de patir un tall de subministraments energètics?

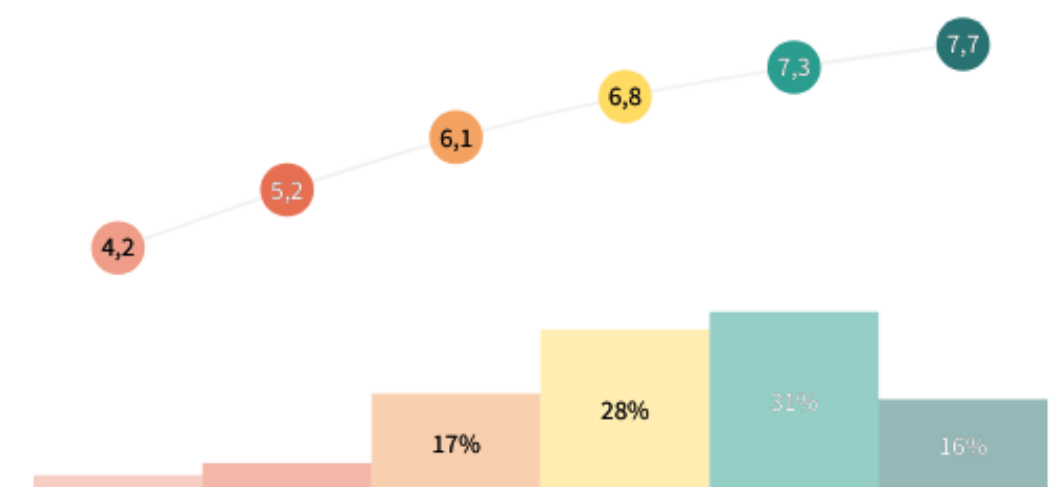


■ Amb molta dificultat ■ Amb dificultat ■ Amb certa dificultat ■ Amb certa facilitat ■ Amb facilitat ■ Amb molta facilitat

Com sols arribar a final de mes?



Pots comprar els productes per una alimentació equilibrada?



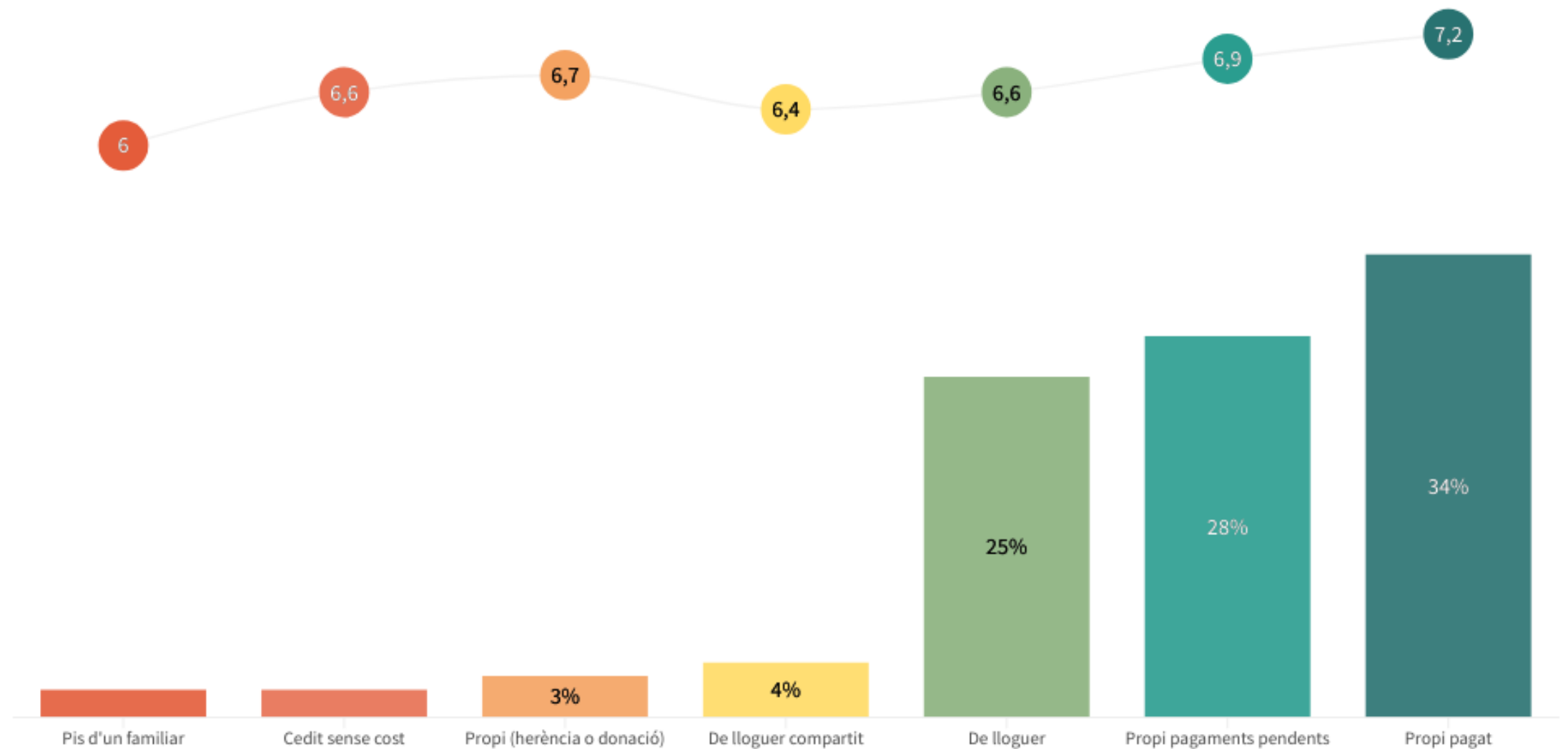
Més d'un 60% de la població té un habitatge propi i un 30% viu en un de lloguer.

La satisfacció amb la vida és més alta entre aquelles persones que viuen en un pis propi totalment pagat o per herència o donació. Disminueix la satisfacció amb la vida entre les persones que tenen un lloguer.

PREGUNTA: L'habitatge on vius actualment és...
Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Tipus d'habitatge i satisfacció amb la vida

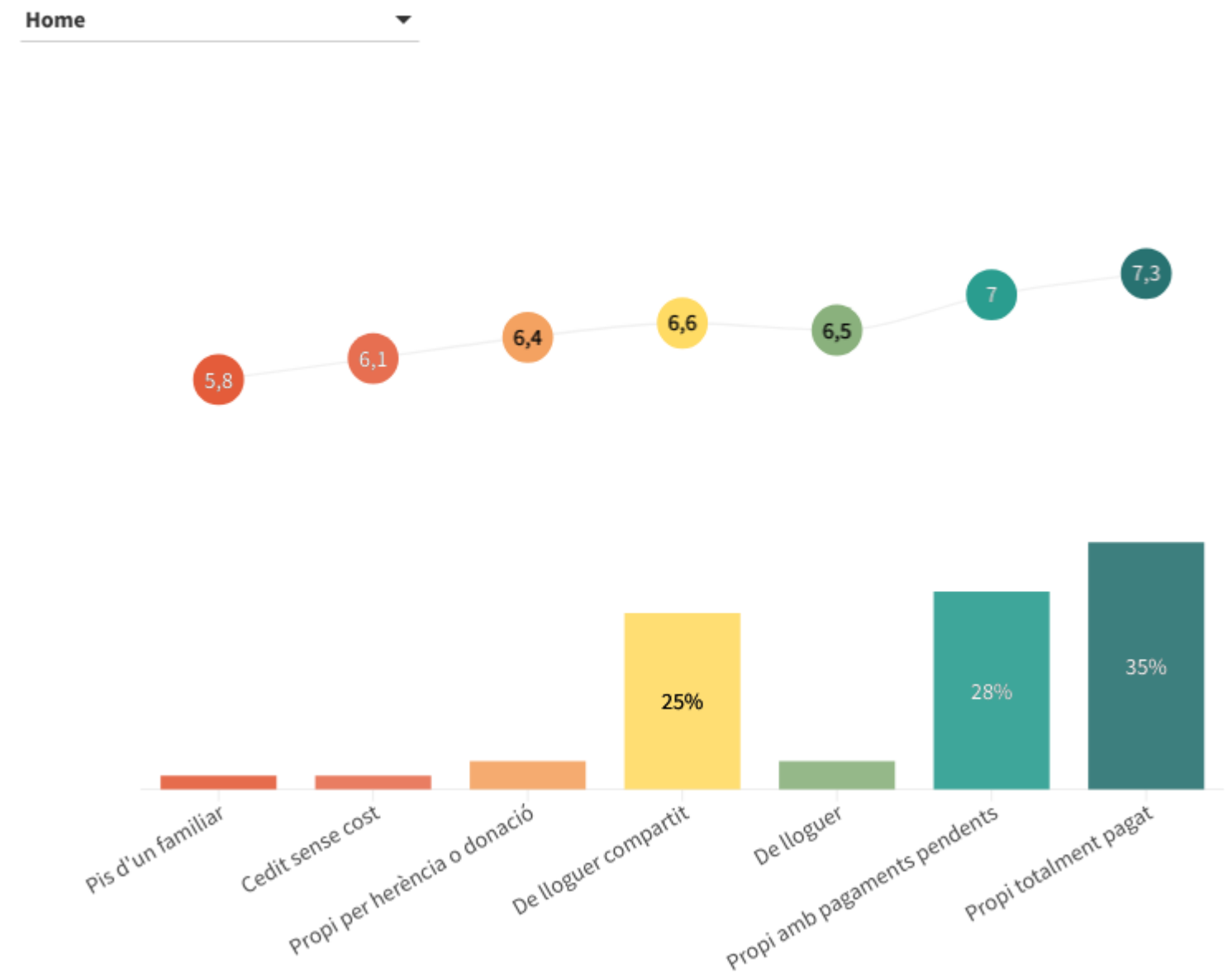
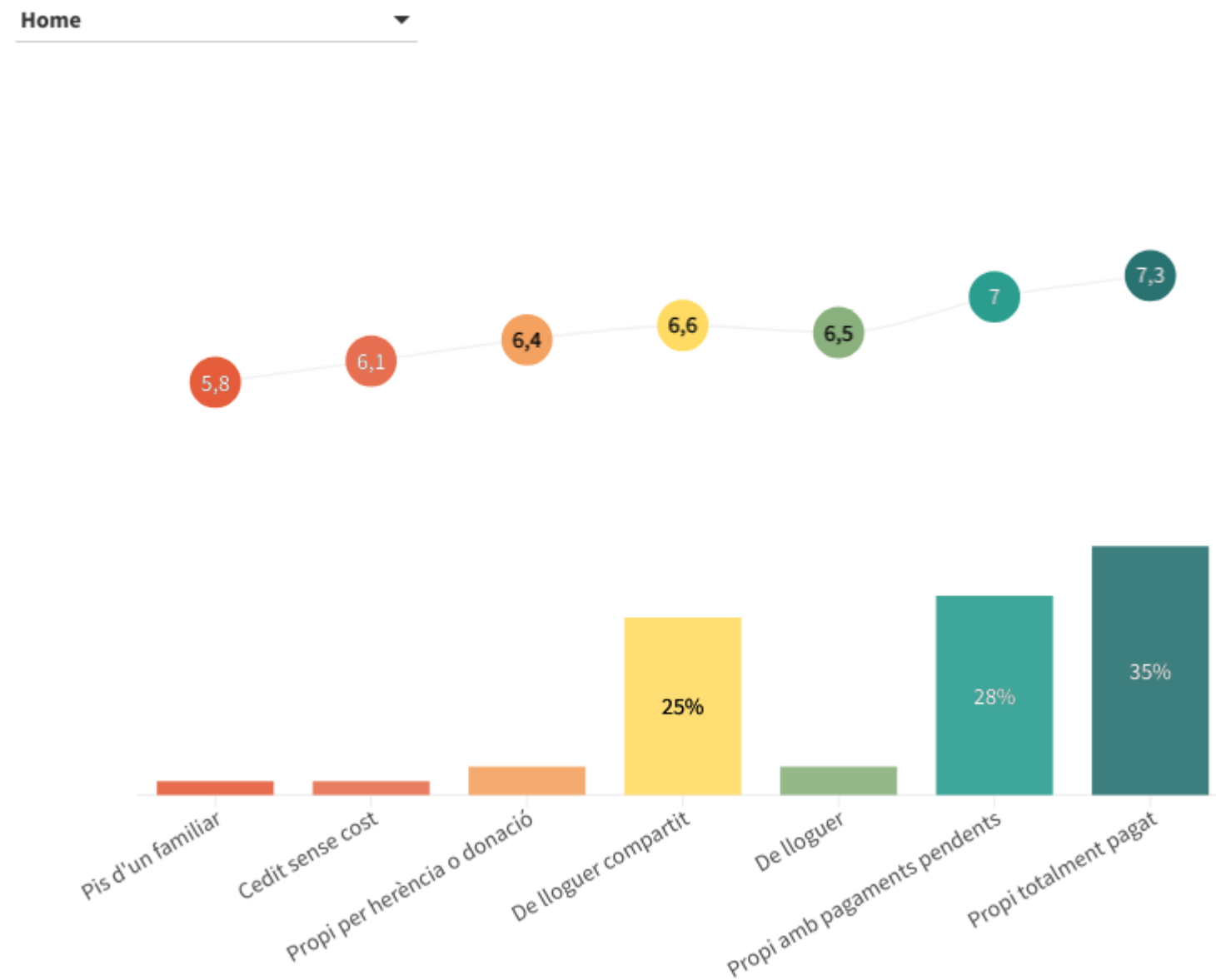
% de persones (N=4.005 | Total mostra)



Tipus d'habitatge i satisfacció amb la vida

% de persones (N=4.005 | Total mostra) - Possibilitat de creuar per perfils sociodemogràfics

PREGUNTA: L'habitatge on vius actualment és...
Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?



*S'inclouen dos gràfics que mostren les mateixes dades amb l'objectiu de poder comparar perfils sociodemogràfics diferents.



Àmbit laboral

33%

% de persones que menciona algun concepte sobre aquest àmbit com a aspecte que afecta el seu nivell de satisfacció amb la vida

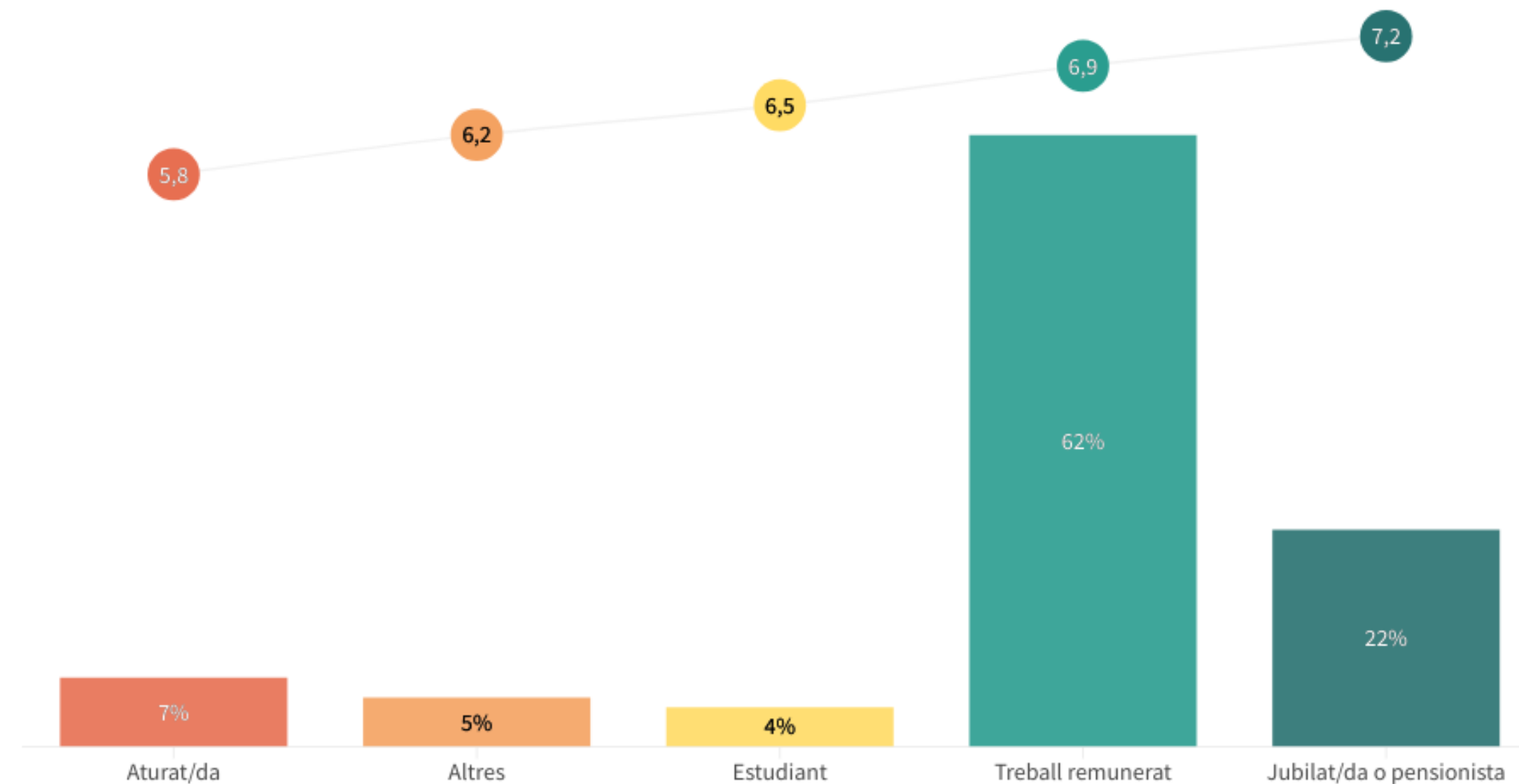
El 62% de la població té un treball remunerat, i el 7% es troba en una situació d'atur.

La satisfacció amb la vida varia en funció de la situació professional: les persones jubilades o pensionistes (7,2) i les que tenen una feina remunerada (6,9) són les que tenen un nivell de satisfacció amb la vida més elevat. En canvi, les persones aturades (5,8), les que es troben de baixa, incapacitades, en ERTO (categoria Altres- 6,2) tenen un nivell de satisfacció amb la vida molt més baix.

PREGUNTA: En quina de les següents situacions laborals et trobes actualment?
Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Situació professional i satisfacció amb la vida

% de persones (N=4.005 | Total mostra)



Entre les persones que treballen, les assalariades del sector públic són les que tenen una satisfacció amb la vida més elevada (7,2).

En contraposició, la satisfacció amb la vida de les persones sòcies o treballadores en una cooperativa és la més baixa (6,4).

La diferència en el nivell de satisfacció amb la vida de les que tenen un contracte temporal i un permanent varia en 0,6 punts (6,4 vs. 7,0)

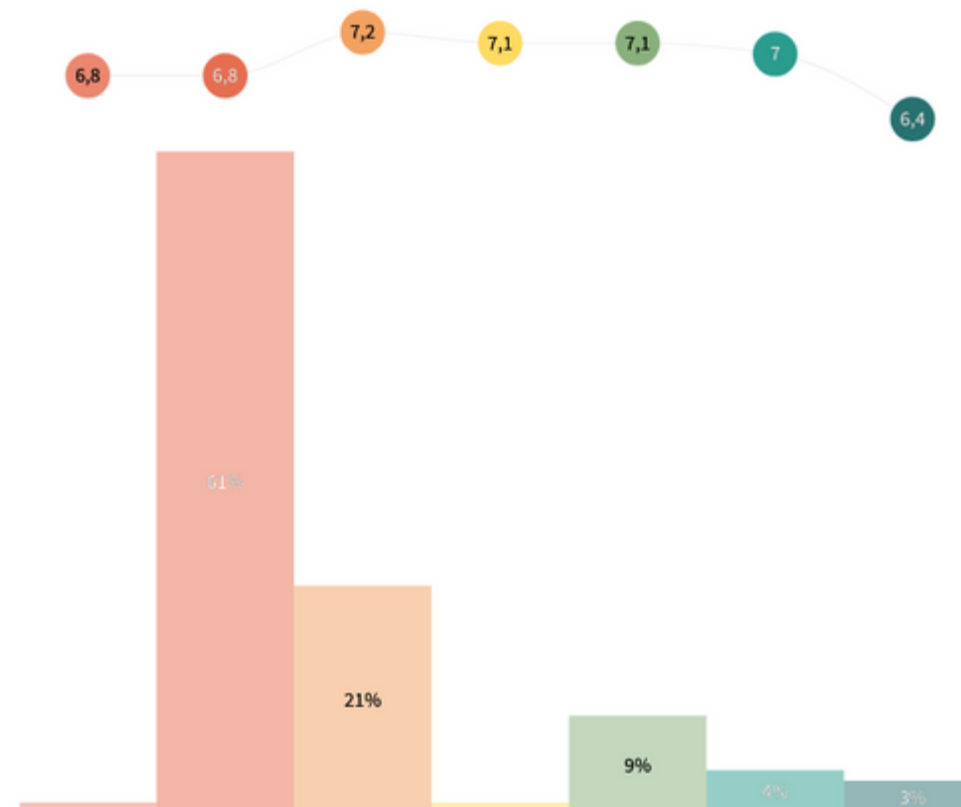
PREGUNTA: Quina és la teva situació professional?
Com és el teu contracte?
Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Vincle professional i satisfacció amb la vida

% de persones (N= 2.475 | Treballen)

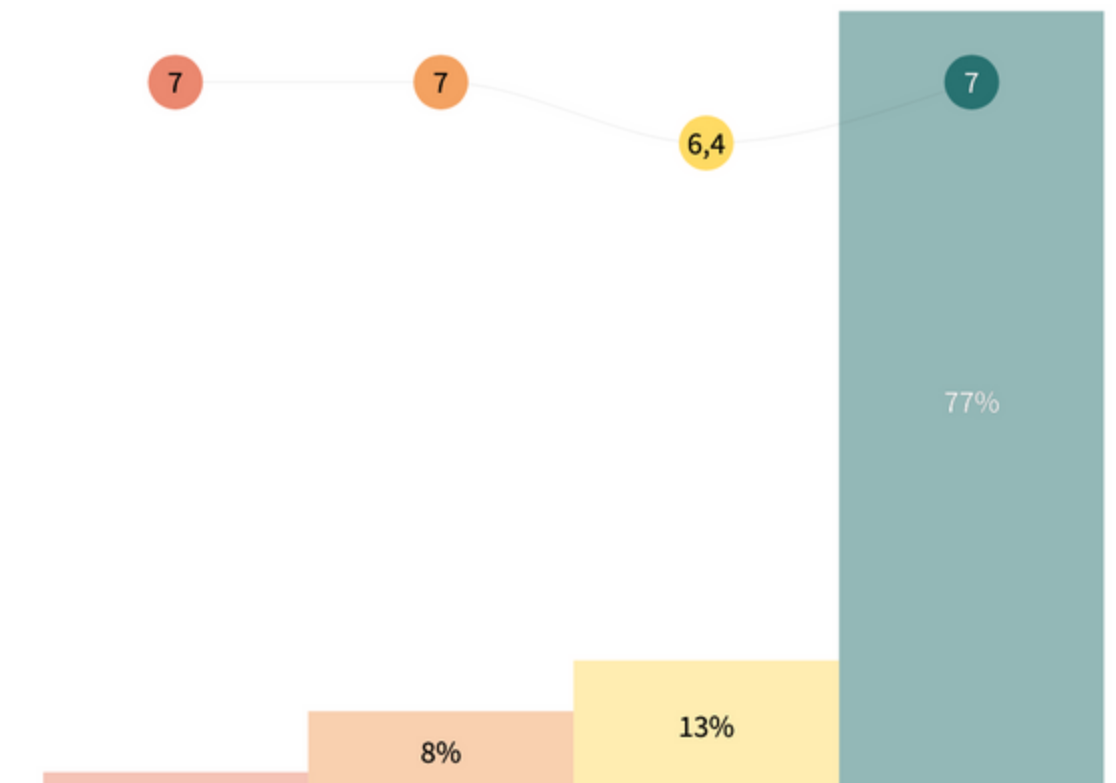
■ Altres ■ Assalariat sector privat ■ Assalariat sector públic ■ Ajuda en l'empresa o negoci familiar
■ Autònom, independent o empresari sense assalariats ■ Empresari amb assalariats
■ Soci-treballador en una cooperativa

Situació professional



■ Altres ■ No tinc contracte ■ Temporal ■ Permanent

Tipus de contracte





La satisfacció general amb la vida varia a l'entorn 2 punts entre les persones que tenen risc de perdre la feina aviat (5,1) i les que no tenen cap risc (7,2).

En cas de quedar-se sense feina, la satisfacció amb la vida de les persones que pensen que els costaria molt trobar-ne una altra de similar és de 6,3, mentre que les que consideren que no els costaria gens, tenen una satisfacció amb la vida de 7,5.

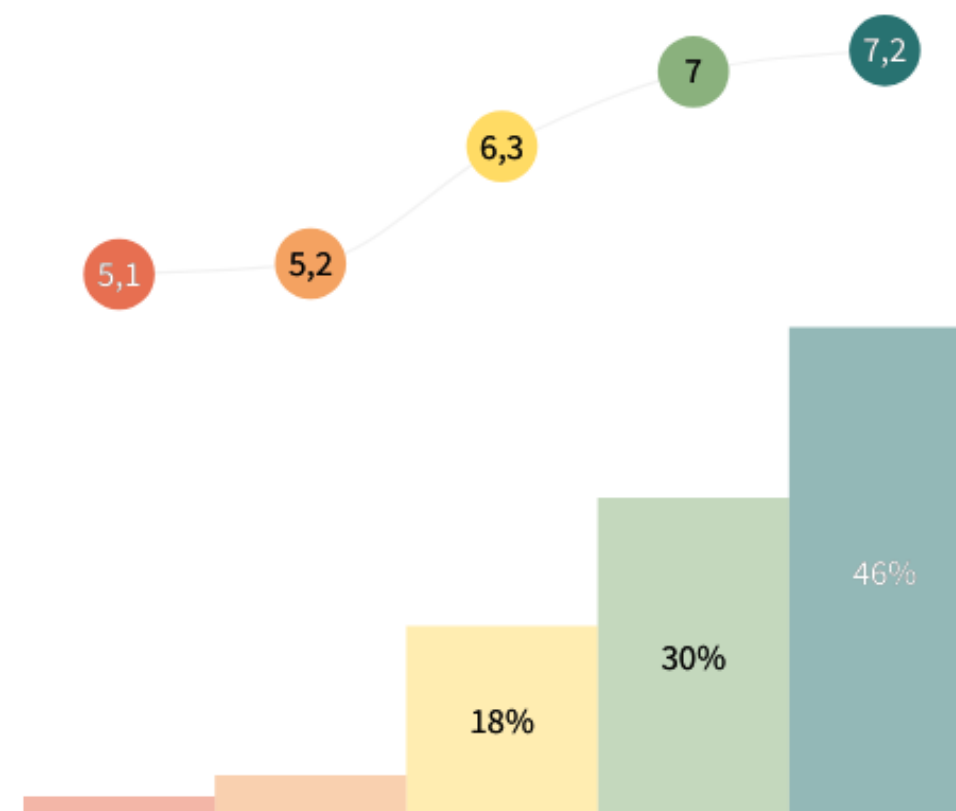
PREGUNTA: Creus que tens risc de perdre la feina aviat?
 En cas de quedar-te sense feina, fins a quin punt penses que et costaria trobar-ne una altra de similar?
 Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Risc de perdre la feina i dificultats per trobar-ne una altra

% de persones (N= 4.005 | 2.525 en cas de quedar-se sense feina)

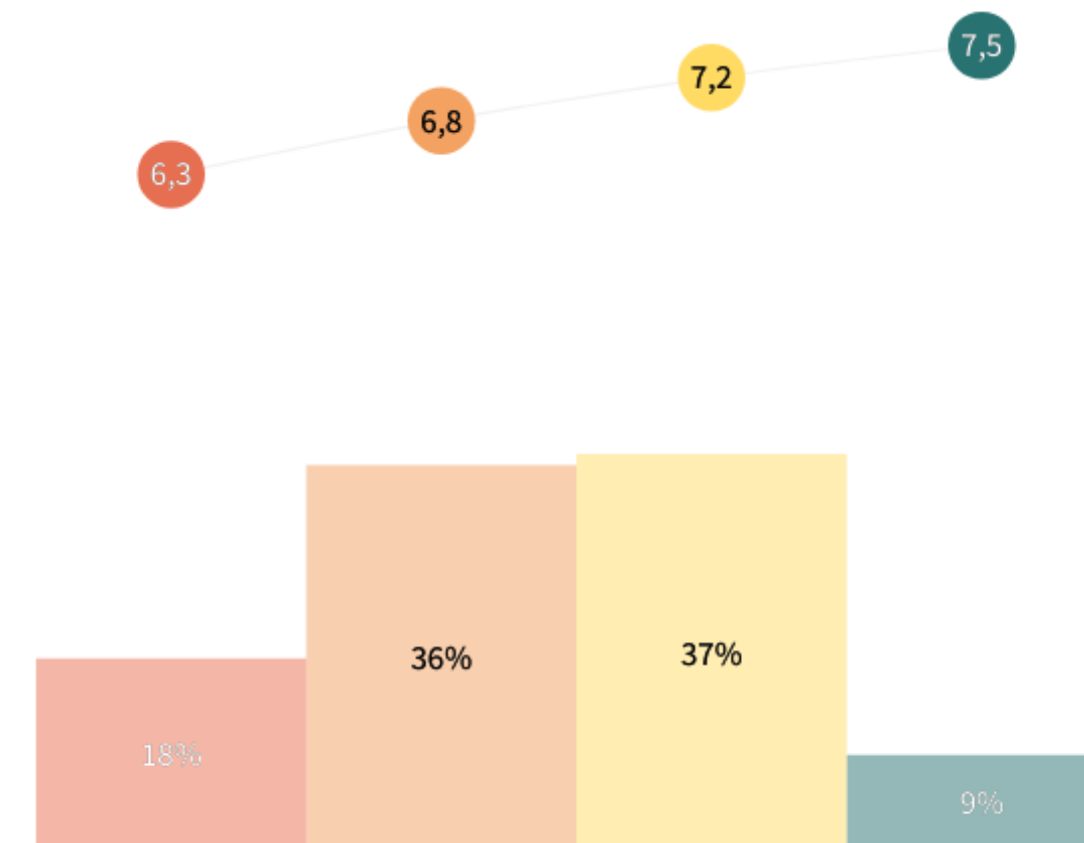
■ No, cap risc ■ És poc probable ■ Podria passar ■ Sí, molt risc
 ■ Sí, perquè se m'acaba el contracte

Tens risc de perdre la feina aviat?



■ Molt ■ Força ■ Poc ■ Gens

Fins a quin punt et costaria trobar-ne una altra?



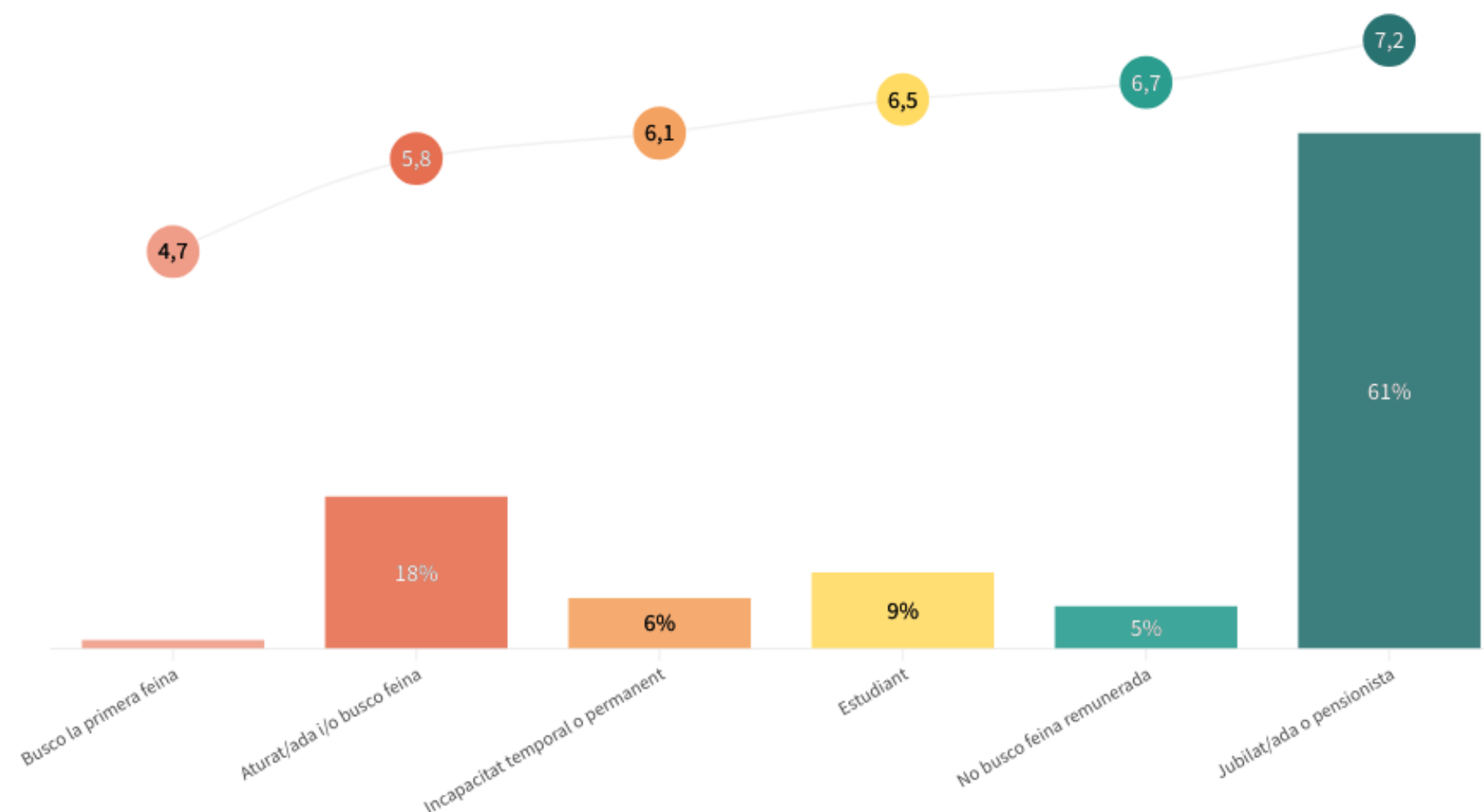
Entre les persones que no tenen feina remunerada, la satisfacció amb la vida varia molt segons la situació laboral.

Les que busquen la primera feina (4,7) i les persones aturades (5,8) són les que tenen un nivell de satisfacció amb la vida més baix.

Contràriament, aquelles que no busquen feina remunerada (6,7) i les persones jubilades o pensionistes (7,2) són més felices.

La satisfacció amb la vida dels que no tenen feina remunerada

% de persones (N= 1.529 | Persones que no tenen feina remunerada)



PREGUNTA: Anteriorment, ens has dit que actualment no tens una feina remunerada. Ens pots indicar en quina situació et trobes?
Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?



Usos del temps i lleure

— 6% —

% de persones que menciona algun concepte sobre aquest àmbit com a aspecte que afecta el seu nivell de satisfacció amb la vida



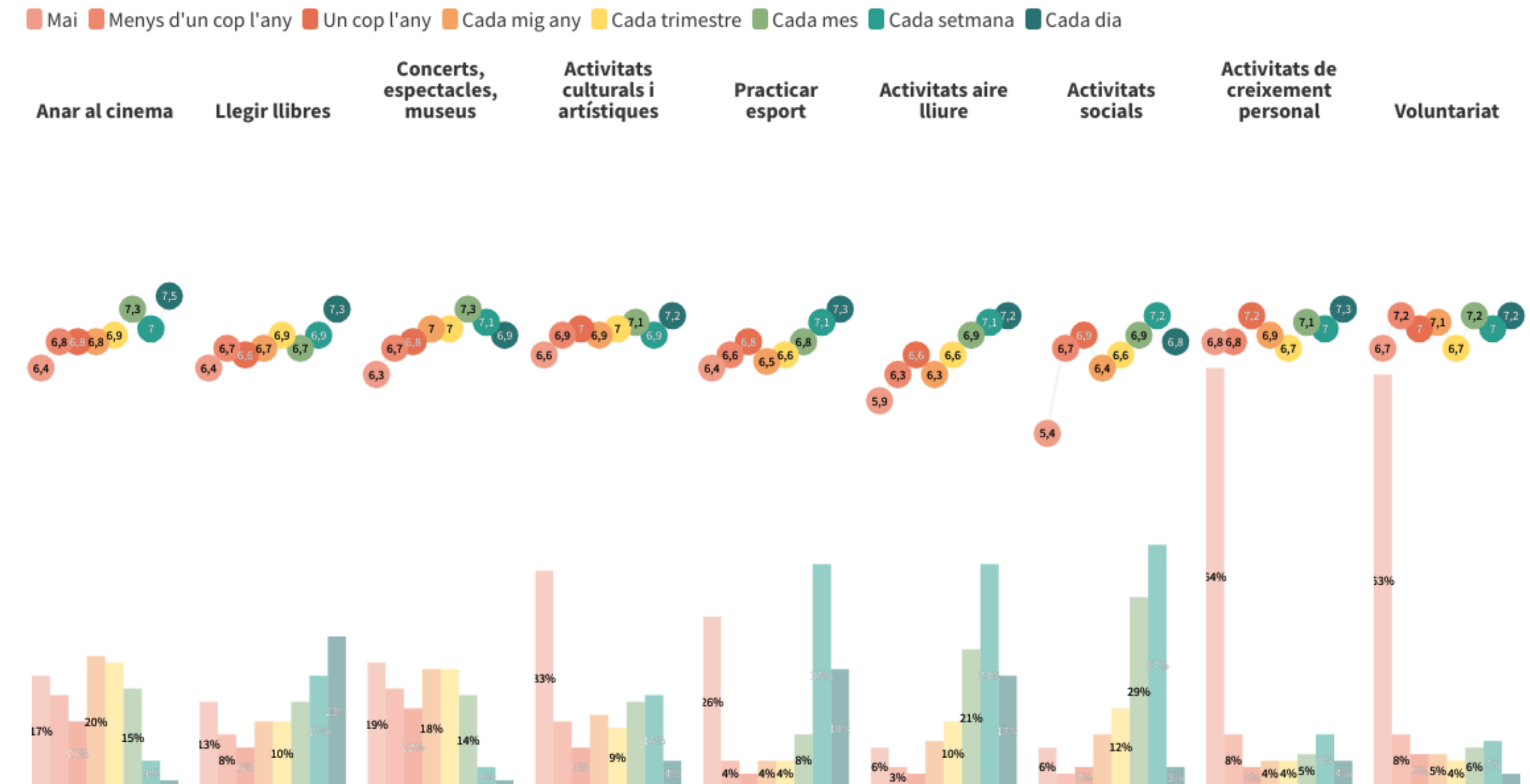
El temps dedicat a la realització d'activitats d'oci o lleure augmenta significativament el nivell de satisfacció amb la vida.

Entre les persones que practiquen sovint una activitat de lleure i les que no ho fan mai, o molt poc sovint, es generen unes diferències en la satisfacció amb la vida de fins a 1,8, en el cas d'activitats socials, o d'1,3, en el cas d'activitats a l'aire lliure.

PREGUNTA: Amb quina freqüència fas alguna d'aquestes activitats d'oci o lleure? En general, podries valorar com t'influeix o afecta la realització d'aquestes activitats d'oci o lleure en la teva satisfacció amb la vida?
 Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Temps destinat a activitats d'oci o lleure i satisfacció amb la vida

% de persones (N=4.005 | Total mostra)



Les persones que participen en entitats o associacions tenen un nivell de satisfacció més elevat que les que no hi participen (7,0 vs. 6,8).

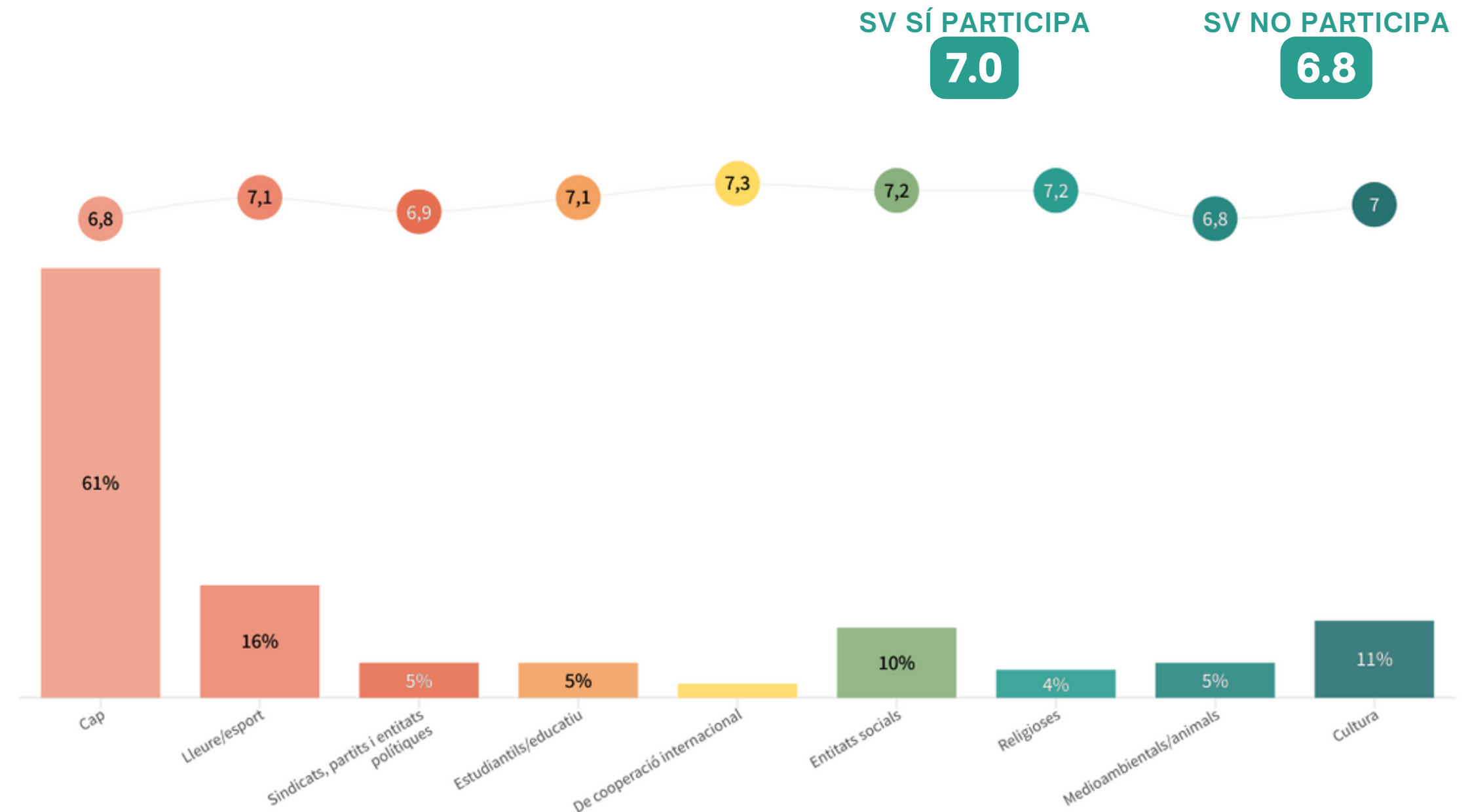
Tot i que hi ha gent que participa en diferents tipus d'entitats a la vegada, el 61% de les persones enquestades no participen en cap, i tenen una satisfacció amb la vida de 6,8 punts.

Les persones més satisfetes són les que participen en associacions de cooperació internacional (7,3), entitats socials (7,2) i religioses (7,2).

PREGUNTA: Ens podries indicar en quins/es entitats o associacions específiques participes activament? Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Participació en entitats o associacions

% de persones que han mencionat cada aspecte (N=4.005 | Total mostra)



En termes generals, la sensació de destinar el temps just (ni massa ni poc) a les activitats del dia a dia genera la millor satisfacció amb la vida.

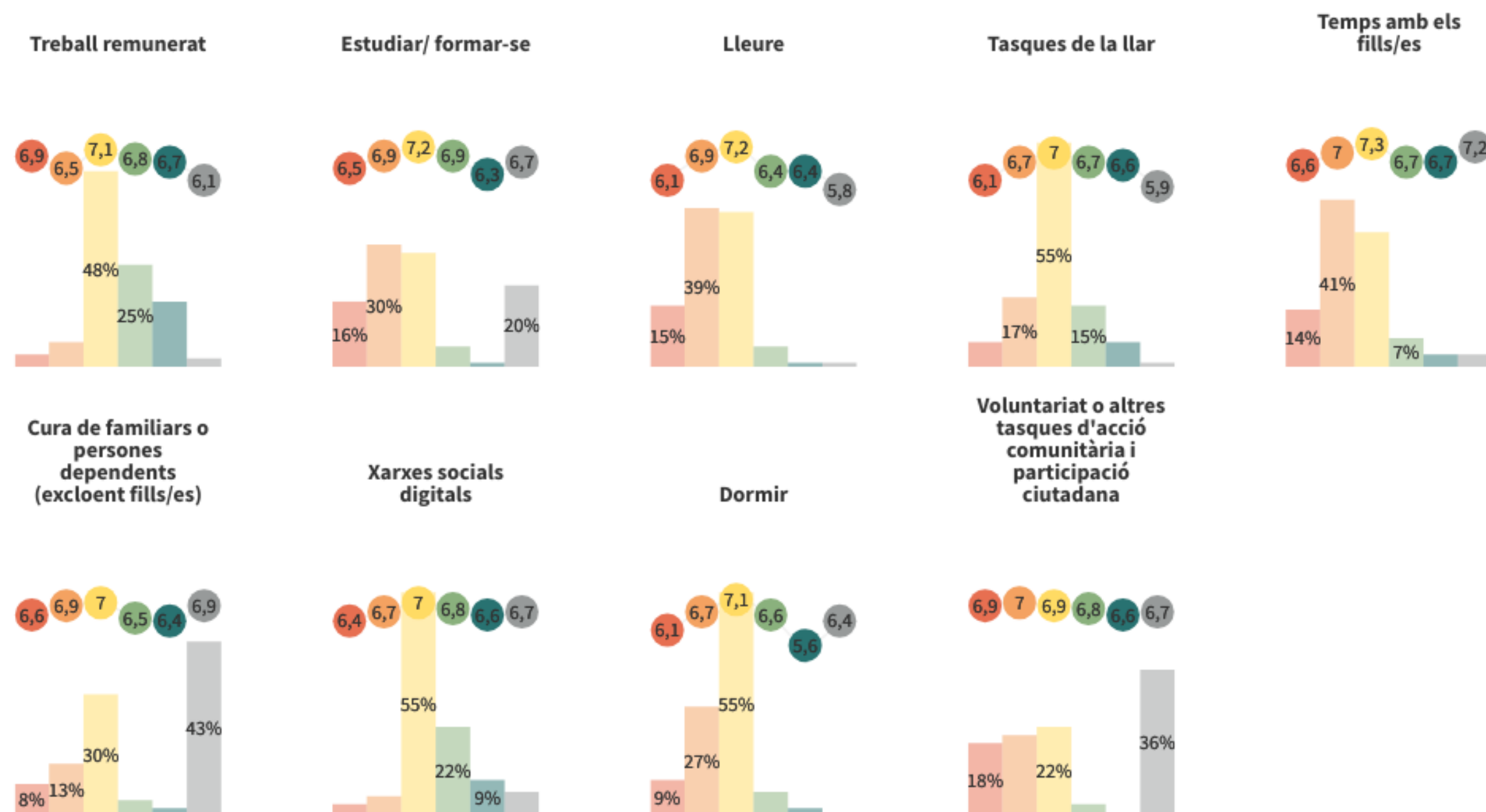
Les diferències més àmplies se situen en aspectes com dormir o tasques de la llar. Hi ha més d'un punt de diferència en satisfacció amb la vida entre la gent que creu dormir el temps just i la que dorm molt menys del que voldria.

PREGUNTA:
Dediques més o menys temps del que voldries a les activitats següents?
Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Usos del temps i satisfacció amb la vida

% de persones (N=4.005 | Total mostra)

■ Molt menys del que voldria
 ■ Menys del que voldria
 ■ El temps just
 ■ Força més del que voldria
 ■ Molt més del que voldria
 ■ No escau



Context social i polític

— 6% —

% de persones que menciona algun concepte sobre aquest àmbit com a aspecte que afecta el seu nivell de satisfacció amb la vida

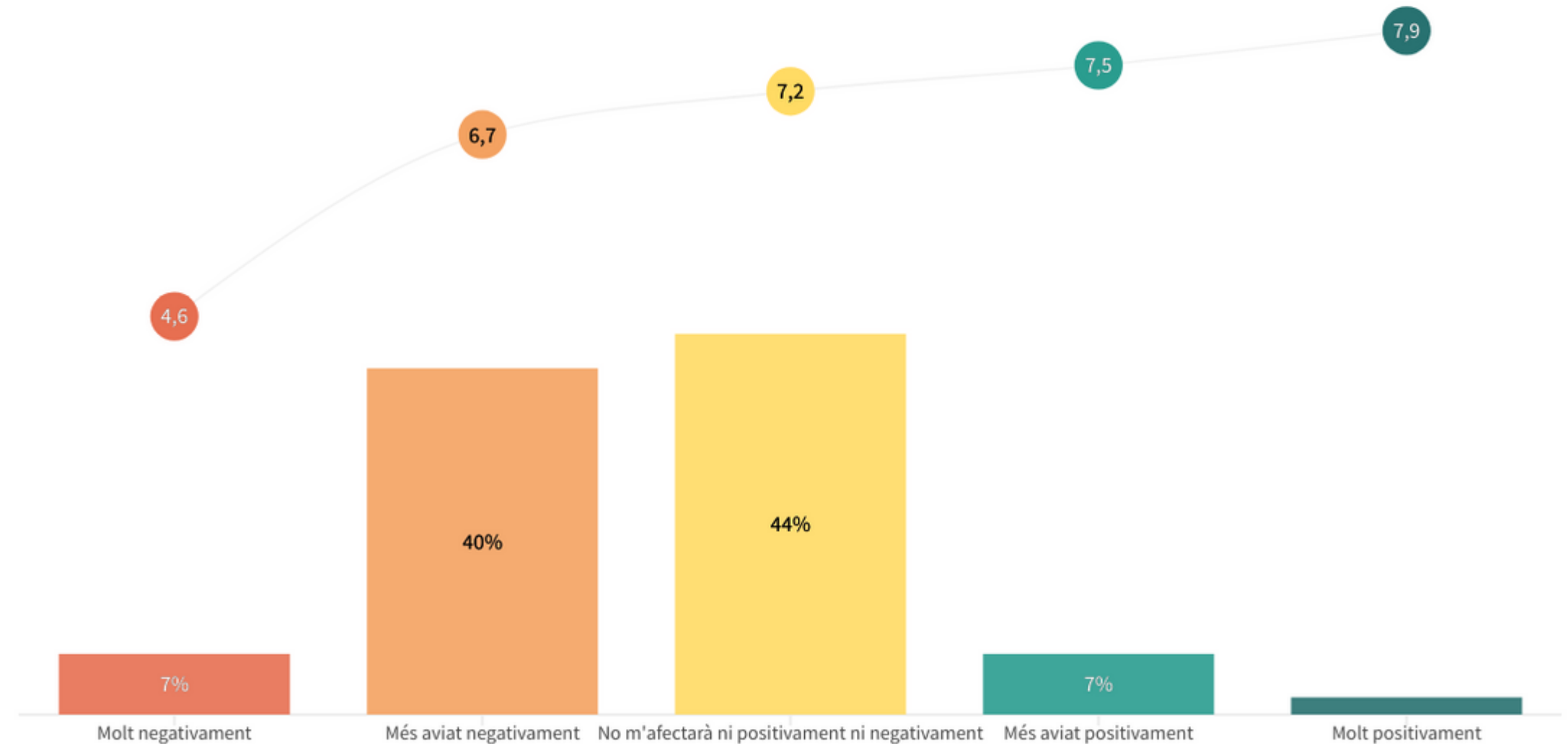


El 47% de les persones enquestades considera que la seva situació socioeconòmica dels pròxims mesos afectarà negativament el seu nivell de satisfacció amb la vida.

La satisfacció amb la vida de les que preveuen una situació socioeconòmica molt negativa és de 4,6 punts, i la de les que preveuen una situació més aviat negativa, és de 6,7.

Afectació situació socioeconòmica futura en la satisfacció amb la vida

% de persones (N=4.005 | Total mostra)



PREGUNTA: Com creus que afectarà la situació socioeconòmica dels propers mesos en el teu nivell de satisfacció amb la vida?
Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

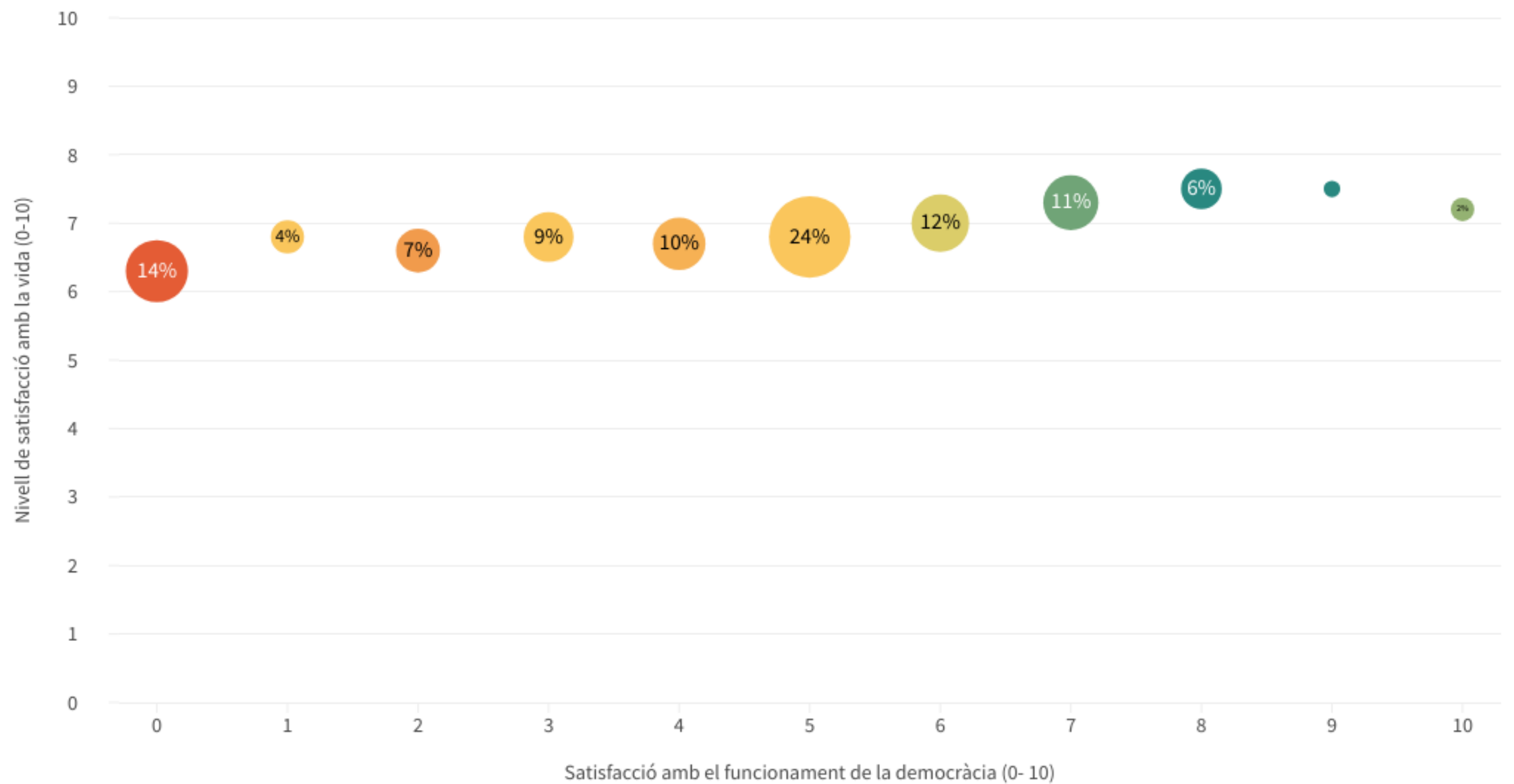


El 44% de la població puntua el funcionament de la democràcia per sota dels 5 punts.

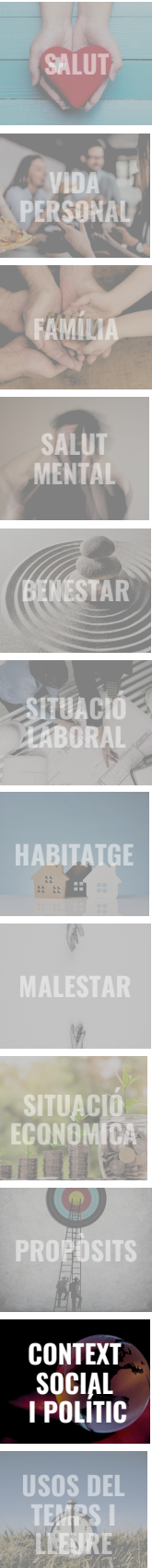
La satisfacció amb la vida augmenta gairebé 1 punt entre les persones que valoren el funcionament de la democràcia molt positivament i les que la puntuen amb un 0.

Satisfacció amb la democràcia i satisfacció amb la vida

% de persones (N=4.005 | Total mostra)



PREGUNTA: Fins a quin punt estàs satisfet/a amb el funcionament de la democràcia a Catalunya? Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

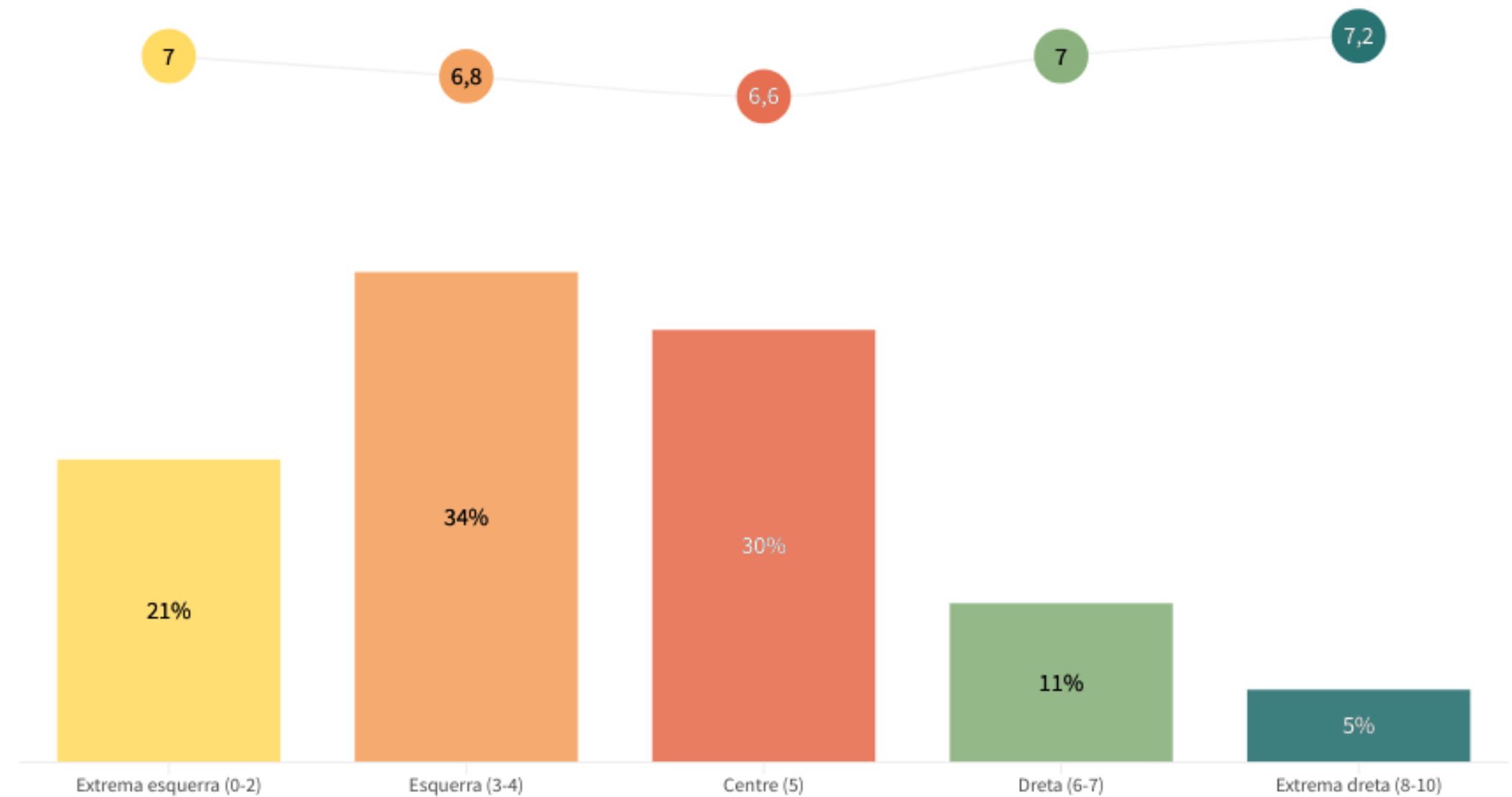


El 64% de la població catalana s'ubica en l'eix ideològic en posicions de centre i esquerra.

Les persones que es defineixen en els extrems tenen un nivell de satisfacció amb la vida més elevat que la resta d'autoubicacions ideològiques.

Eix ideològic i satisfacció amb la vida

% de persones (N=4.005 | Total mostra)



PREGUNTA: Quan es parla de política, normalment s'utilitzen les expressions esquerra i dreta. Em pots dir on t'ubicaries en una escala del 0 al 10?
Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?



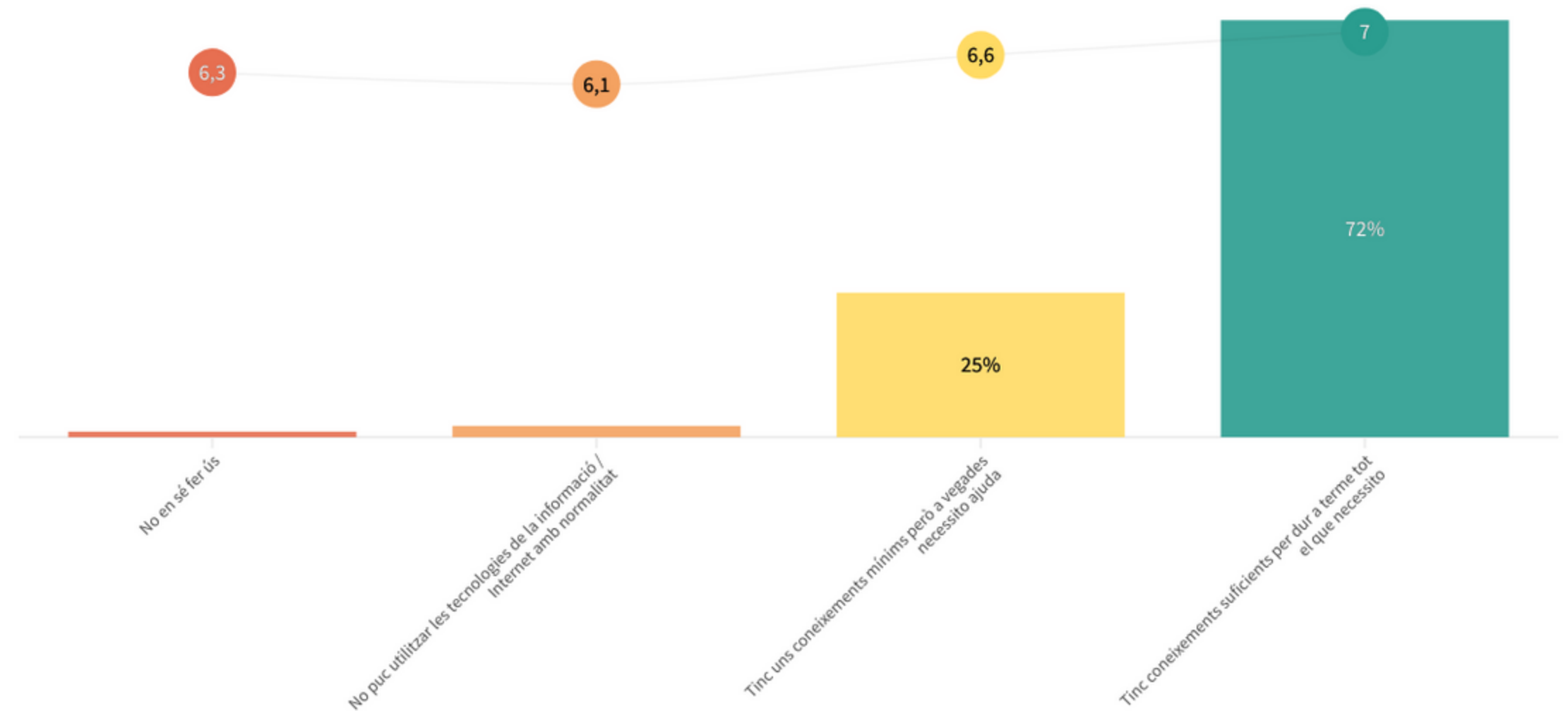
Tot i que representen una part petita de la població, les persones que no poden o no saben fer ús de les tecnologies de la informació i internet tenen un nivell de satisfacció amb la vida més baix.

Les persones que se senten excloses per no saber-ne fer ús tenen una satisfacció amb la vida de 5,8 punts, en canvi, les que no se senten excloses tenen un nivell de satisfacció de 6,7.

PREGUNTA: En quina situació et trobes tu respecte de l'ús de les tecnologies de la informació/ Internet? Et sents exclòs/osa per no fer ús de les noves tecnologies de la informació/ Internet, per no poder utilitzar-les amb normalitat o per necessitar ajuda per fer-hi algunes coses? Quin és el nivell de satisfacció global amb la teva vida en l'actualitat?

Coneixement i ús de les tecnologies de la informació i internet i satisfacció amb la vida

% de persones (N=4.005 | Total mostra)



FASE 2 / 2024

1

**Onades de
seguiment
trimestrals**

2

**Col·laboració
amb panell
ciutadà CEO**

3

**Bloc benestar
subjectiu
disponible per
enquestes de la
Generalitat**

4

**Bloc benestar
subjectiu disponible
per organismes
externs**

Regularitat i evolució

**Increment
representativitat**

Focus col·lectius

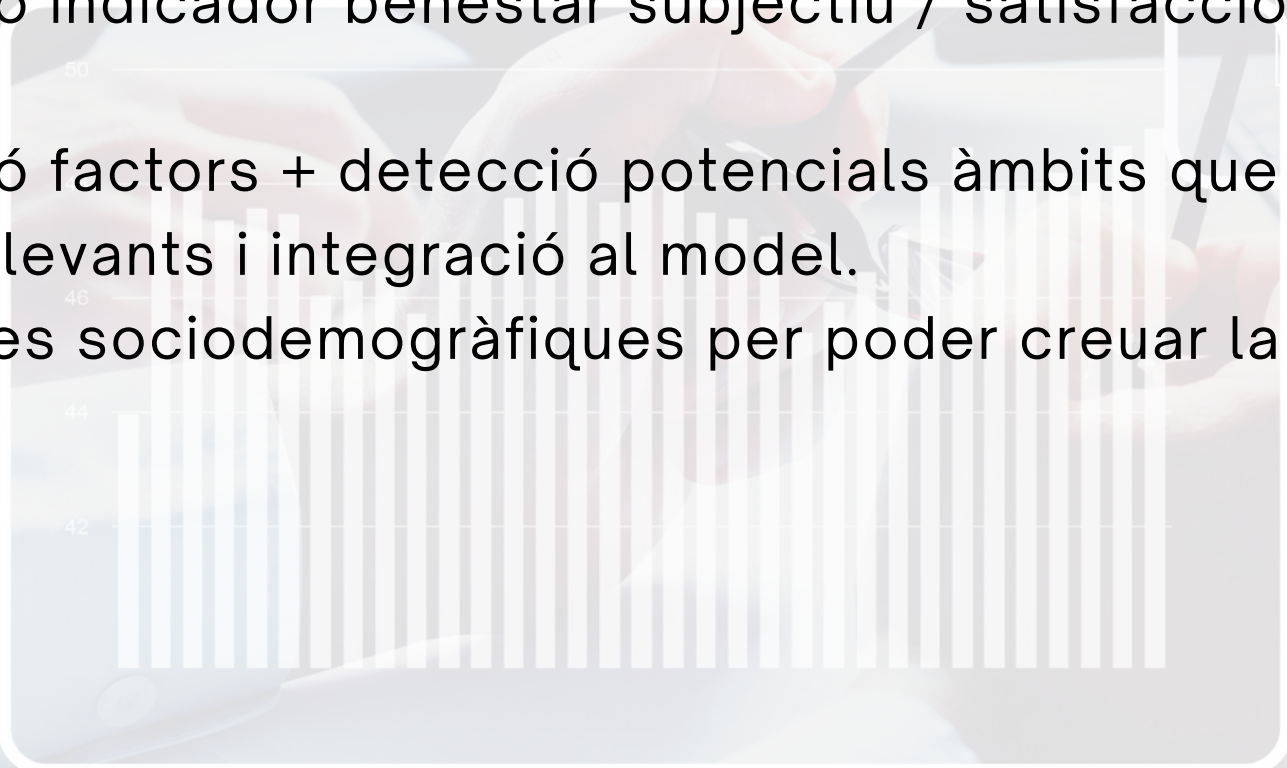
FASE 3/ 2024-2025

Plataforma de seguiment i anàlisi del benestar subjectiu a Catalunya i dels factors vinculats.

- Evolució indicador benestar subjectiu / satisfacció amb la vida.
- Evolució factors + detecció potencials àmbits que esdevenen més rellevants i integració al model.
- Variables sociodemogràfiques per poder crear la informació.



janv	\$ 31 555,00	\$ 82 710,00	\$ 338,00
fevr	\$ 56 032,00	\$ 43 685,00	\$ 37 128,00
mars	\$ 88 728,00	\$ 34 549,00	\$ 52 101,00
avr	\$ 62,00	\$ 15 810,00	\$ 7 307,00
mai	\$ 53 225,00	\$ 30 359,00	\$ 29 905,00
juin	\$ 16 477,00	\$ 27 176,00	\$ 92 545,00
août	\$ 47 572,00	\$ 15 818,00	\$ 42 796,00
sept	\$ 41 374,00	\$ 39 292,00	\$ 11 922,00
oct	\$ 71 259,00	\$ 62 236,00	\$ 43 920,00



Alícia Adserà, Verónica Benet-Martínez, Lídia Farré Olalla, Ada Ferrer Carbonell, Nela Filimon Costin, Marc Grau Grau, Jordi Gumà Lao, Montserrat Llobet Abizanda, Anna Muro Rodríguez, Núria Pérez Escoda, Jordi Quoidbach, Pedro Rey Biel, Filka Sekulova, Carmelo Vázquez Valverde, Diana Zavala

Francina Alsina Canudas, Roger Civit Carbonell, Xènia Carné Ureña (Taula Tercer Sector)

Centre d'Estudis d'Opinió (CEO)
Institut d'Estadística de Catalunya (IDESCAT)
Departament de Drets Socials
Departament de Salut
Departament d'Igualtat i Feminismes
Departament d'Economia i Hisenda
Pacte Nacional de Salut Mental

Pere Rovira, Laura Marino (One Tandem)

Carol Graham

Agraïments



**Generalitat
de Catalunya**

**sempre
endavant**



Fitxa tècnica

Àmbit	Catalunya
Tipologia	Enquestes per Internet/en línia amb panels d'accés
Anàlisi	Codificació, anàlisi de dades, extracció d'outputs i disseny i generació de l'informe des del Departament de la Presidència
Univers	Població resident a Catalunya de 18 o més anys
Mostreig	Selecció aleatòria amb quotes a partir d'un panel d'Internet
Grandària mostra	4.005