



The study underlying the results published in this paper was conducted as part of research financed under the Research and Technology Innovation Fund (KTIA_AIK_12-1-2013-0043) called Adaptation and ICT-supported development opportunities of regional wellbeing and wellness concepts to the Balkans.

Кратък доклад за благосъстоянието на Балканите

Въведение

Това изследване се фокусира върху единадесет държави от Балканския регион, а именно: Албания, Босна и Херцеговина, България, Гърция, Македония, Румъния, Сърбия, Словения, Турция, Хърватия и Черна Гора. Основната цел на проекта е да изследва нивото на благосъстоянието на жителите в тези държави и главния фактор, който допринася за него. Втората цел е да се определи кои са дейностите, от които те изпитват най-голямо удоволствие, с цел разработване на бъдещи местни и регионални продукти за туризма и свободното време. В изследването са използвани няколко изследователски метода, в това число събиране на вторични данни от академични източници, доклади за качеството на живот, удовлетвореността от живота, щастието и благосъстоянието, и първични данни под формата на анкетиране чрез въпросници на 11 000 жители от единадесетте страни на Балканите. Проведено бе също и изследване „Делфи“ с експерти-практици и изследователи от седемнадесет държави.

Основни резултати

Според вторичните данни, изследванията за качеството на живота, удовлетвореността от живота и благосъстоянието отреждат на балканските държави под средното за държавите от ЕС и ОИСР ниво. В индекса на човешкото развитие за 2014 г. балканските държави са класирани от 25-то (Словения) до 95-то (Албания) място, а в световния доклад за щастието (2015 г.) – от 55-то (Словения) до 134-то (България) място. Словения се представя също така най-добре в повечето аспекти на изследването за благосъстоянието на Галъп (2013 г.) и в световния доклад за щастието (2015 г.). Въпреки това има някои леко различаващи се резултати при сравнение на обективните (напр.

икономически и политически) и субективните показатели (напр. усещания, възприемания). Така индексът за по-добър живот на ОИСР (2013 г.) предполага, че Словения има по-ниска от средната оценка на субективното благосъстояние, но „Юрофаунд“ (2013 г.) отбелязва, че въпреки че България заема едно от последните места в ЕС по отношение на удовлетвореността от живота, тя е на 16-то от 27 места по отношение на хедонистичното благосъстояние (ежедневни усещания и настроения). Някои държави имат много ниски резултати във всички области на благосъстоянието в изследването на Галъп за 2013 г. (напр. Хърватия). Понастоящем Гърция се представя най-зле в многобройни изследвания на благосъстоянието и щастието

Нашето изследване показва, че здравословното състояние намалява бавно с възрастта (факт, който не е учудващ), но хората в същото време полагат повече усилия за поддържането на своето здраве с годините. Албанците и гърците смятат себе си за най-здрави сред балканските държави. Това не е удивително, тъй като те имат най-голямата продължителност на живота в региона, заедно със Словения (HDI, 2014 г.). Предполага се, че средиземноморската диета допринася в известна степен за това (Ginter and Simko, 2011 г.). Въпреки това Словения е под средното ниво по отношение на *усещането* за здраве (едва 8-о място на Балканите) и по отношение на придържането към здравословен начин на живот (последно място). Българите смятат себе си за най-малко здрави и имат най-ниската продължителност на живот. След Македония Албания полага най-много усилия за поддържане на здравословното състояние. Хърватите пък полагат най-малко усилия от всички държави в това изследване за поддържане на своето здравословно състояние. Това не е учудващо, предвид тяхното ниско ниво на физическо благосъстояние, отчетено от Галъп (2013 г.).

Босна и Херцеговина (учудващо) в това изследване заявяват, че са най-щастливите хора на Балканите. Това е в контраст със Световния доклад за щастието (2015 г.), в който те са доста надолу в класацията. От друга страна, Босна и Херцеговина се представят добре в изследването на Галъп (2013 г.) за „цел и смисъл на живота“. Според други изследвания (напр. на Галъп за 2013 г., Юрофаунд за 2013 г. и Световния доклад за щастието за 2015 г.) гърците заявяват, че са най-нешастните на Балканите. Въпреки относително високото класиране на Турция в Световния доклад за щастието (2015 г.), участниците в това изследване не смятат себе си за особено щастливи (заемат 10-то място заедно с Румъния).

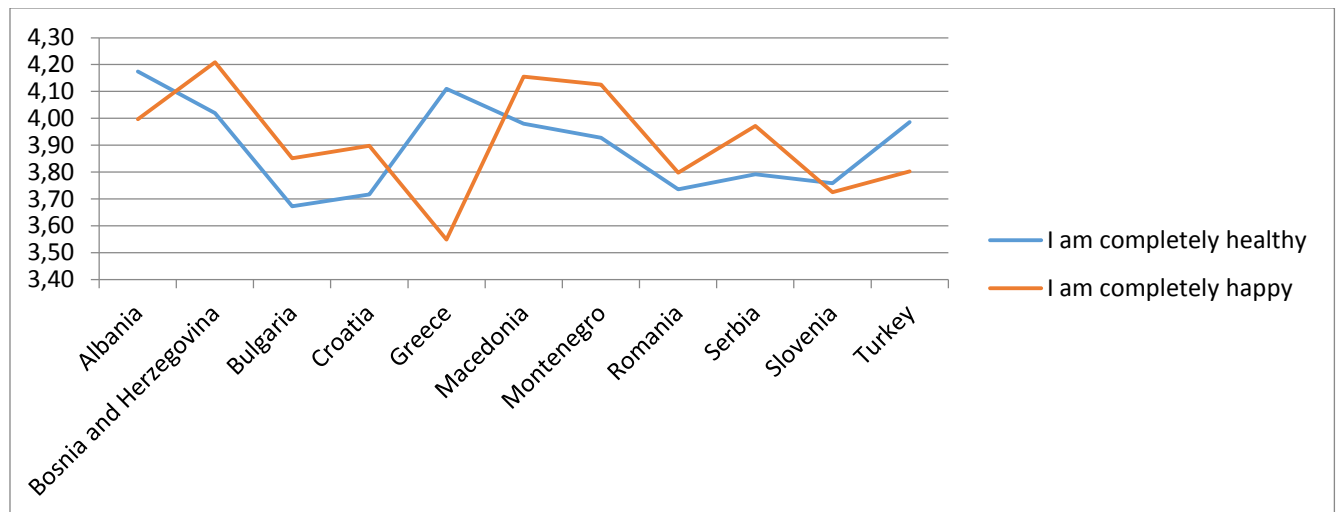
Като цяло не се наблюдават статистически значими разлики между мъжете и жените или жителите на градовете и селата. Младите хора (на възраст 15-39 години), обаче, се чувстват по-щастливи, а тези на средна възраст (между 40-49 и 50-59 години) се чувстват най-нешастни. Редица други изследвания показват, че хората на средна възраст имат най-ниско ниво на щастие по така наречената „U-образна скала“, достигащо най-ниска точка за възрастта 46 години (The Economist, 2010 г.). Хората с по-висока образователна степен често са по-нешастни от тези с по-ниски образователни

степени. Предполага се, че причините за това са високите нива на безработица, ниските заплати или липсата на възможности за кариерно развитие на високо ниво в повечето балкански страни. Хората с ниско образование имат също така по-малки очаквания и стремежи.

Както показват многобройни други изследвания, семейството, здравето и любовта са най-важните фактори за щастие. В повечето страни значителна част от населението не използва спа-услуги, хамами и сауни (напр. 49% в Македония). Словения е единствената държава, отбелязваща увеличение с около 10%. От друга страна, използването на естествени лечебни ресурси се увеличава (напр. с 41% в Босна). Почивката на море бележи увеличение, докато прекарването на време в планини, гори, около езера или реки остава без значително увеличение или намаление, с изключение на един-два случая. Религиозните дейности навсякъде се увеличават, докато практикуването на нерелигиозни спиритуални дейности драматично спада (дори с 90% в Албания). Готвенето и консумирането на традиционна храна бележи ръст във всички страни, като при някои увеличението е значително (с 54% в Черна Гора). Използването на билкови лекарства се увеличава в Албания, България и Словения, а в другите страни намалява. Практикуването на танци/пеене също намалява в повечето страни, въпреки че танците остават много популярни в Албания и Турция.

Повечето държави виждат себе си като бедни, скъпи и, често, нестабилни, но дружелюбни, гостоприемни и екологични.

Фигура 1: Здраве и щастие в балканските държави

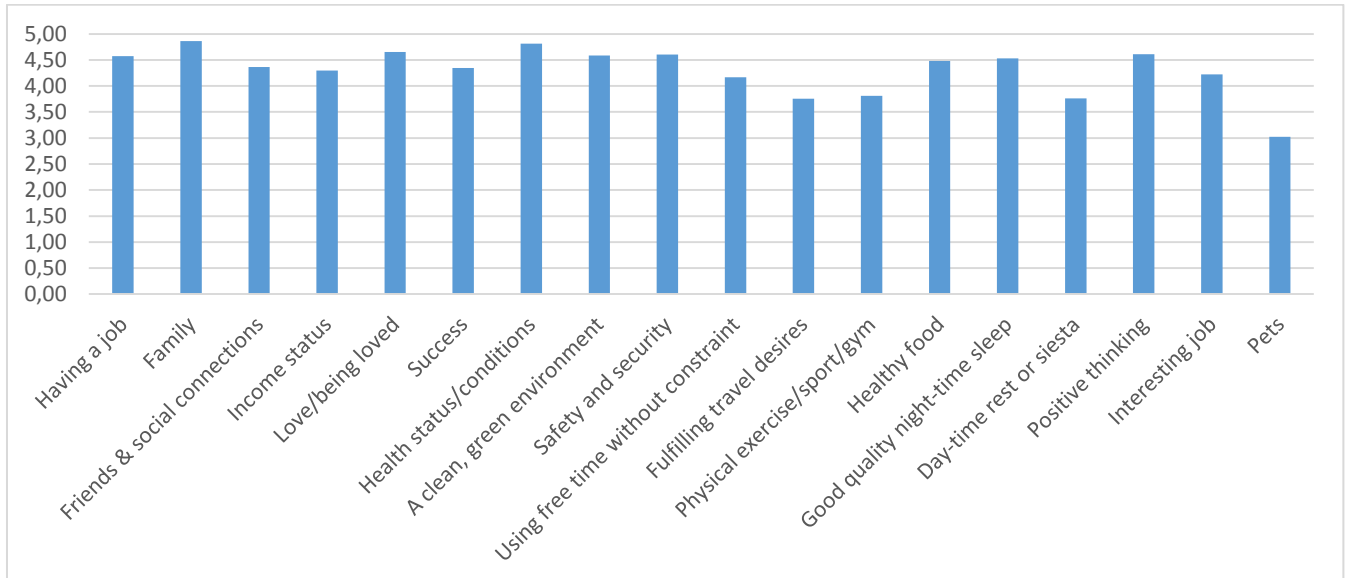


— Напълно съм здрав(а)

— Напълно съм щастлив(а)

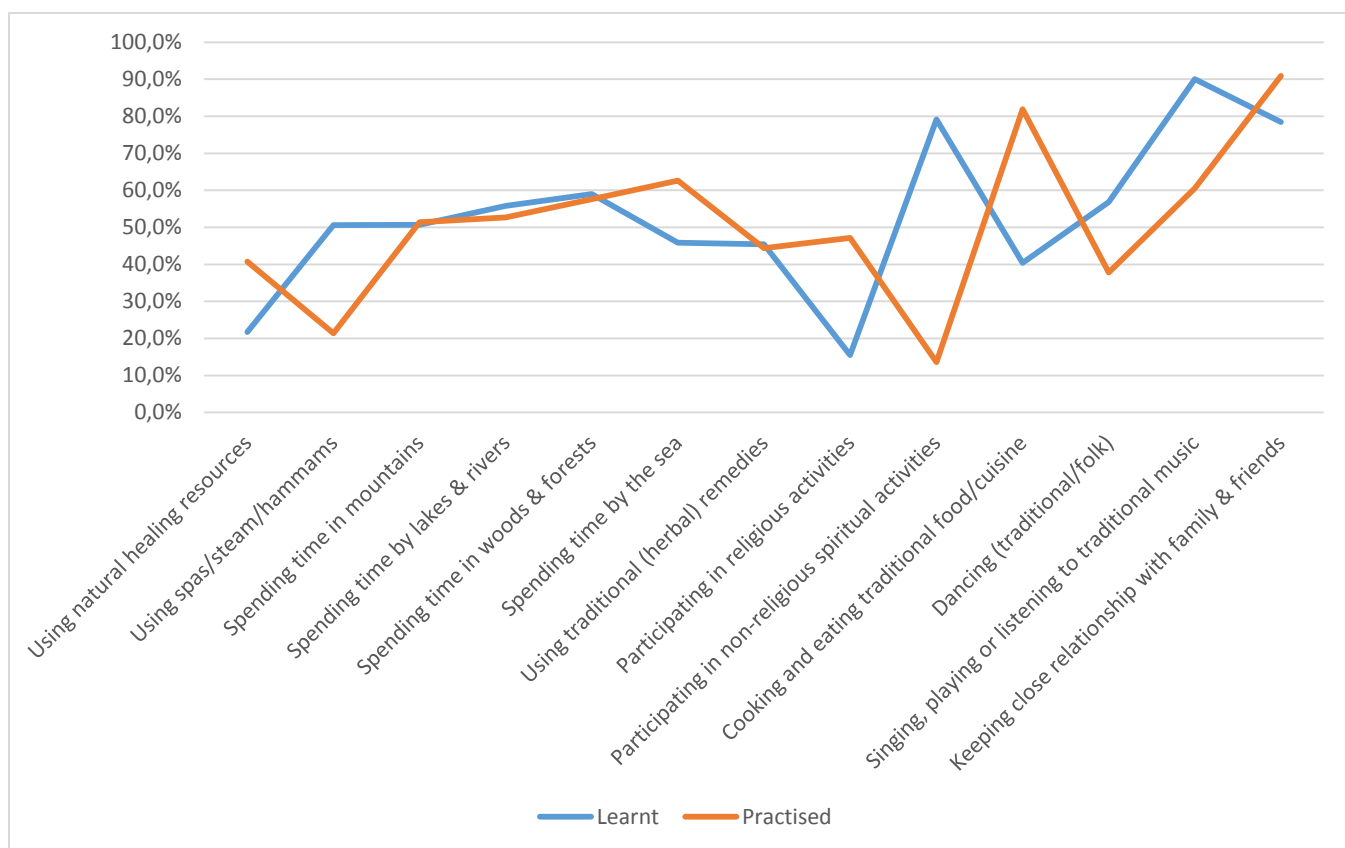
Албания, Босна и Херцеговина, България, Хърватия, Гърция, Македония, Черна гора, Румъния, Сърбия, Словения, Турция

Фигура 2: Фактори за щастие на Балканите



Наличие на работа, Семейство, Приятели и социални връзки, Ниво на дохода, Любов/усещане, че си обичан(а), Успех, Здравословно състояние, Чиста и зелена околна среда, Безопасност и сигурност, Използване на свободното време без ограничения, Възможност за пътешествия според желанията, Физически тренировки/спорт/фитнес, Здравословна храна, Качествен сън, Време за почивка през деня или сиеста, Позитивно мислене, Интересна работа, Домашни любимци

Фигура 3: Научени и практикувани дейности



Използване на естествени лечебни ресурси, Използване на спа/сауна/хаммам, Прекарване на време в планините, прекарване на време около езера и реки, Прекарване на време в гори, Прекарване на време на море, Използване на традиционни (билкови) лекарства, Участие в религиозни дейности, Участие в нерелигиозни спиритуални дейности, Готвене и консумиране на традиционна храна/кухня, Танци (традиционни/народни), Пеене, свирене или слушане на традиционна музика, Поддържане на близки отношения със семейството и приятелите

— Научени

— Практикувани

Заклучения

По отношение на бъдещото развитие на туризма и свободното време изглежда, че дейностите, които в най-голяма степен допринасят за подобряването на благосъстоянието на жителите на Балканите, са свързани с традиционната кухня, религията, природното обкръжение (особено морето) и естествените лечебни ресурси.