

## Dinheiro ou felicidade? Na dúvida, opte pela qualidade de vida

Muito se fala da ligação entre o dinheiro e felicidade. Pesquisas recentes têm conclusões contraditórias em relação ao tema. Enquanto alguns apontam países menos desenvolvidos e até em conflitos entre os mais felizes do mundo, outros colocam aqueles com maior poder aquisitivo entre os que possuem maior índice de felicidade.

E para você, qual a resposta?

Especialistas no assunto acreditam que tudo é relativo. Felicidade, dinheiro... vai depender do ponto de vista. É claro que aqueles que possuem um bom salário, um bom trabalho e gostam do que fazem, têm uma satisfação maior e aproveitam os benefícios da "vida tranqüila". Outra constatação óbvia é que, para aqueles que vivem em pobreza absoluta, um dinheirinho a mais vai tornar as coisas muito mais fáceis.

No entanto, de acordo com o professor David Schkade, da Universidade da Califórnia, a diferença está na importância que as pessoas dão ao fato. Para aquele que tem a vida tranqüila, mais dinheiro ou menos dinheiro não fará tanta diferença quanto para aqueles que têm dificuldades. Para eles, "os ganhos fazem diferença, mas não da forma que as pessoas pensam".

De acordo com um estudo de cinco professores americanos, publicado na edição de junho da Science Magazine, as pessoas com melhores salários são aquelas que gastam mais tempo no trabalho e, conseqüentemente, dedicam menos tempo à família, ao lazer e a si próprio.

Segundo o estudo, esta falta de "tempo" está diretamente relacionada à infelicidade. Diante do impasse, existe resposta? Onde está a fórmula da felicidade? Especialistas listam quatro dicas importantes:

**1º) Controle seus desejos:** Sonhe de acordo com o que pode ter e não dê "o passo maior que a perna". Não significa que você deve se acomodar com a situação, mas sim que não deve sair por aí gastando mais do que ganha ou investindo em planos que não condizem com sua realidade.

**2º) Preserve seu tempo livre:** Corte horas a mais no trabalho, mesmo que isso signifique perda de dinheiro. O ganho em qualidade de vida será incalculável.

**3º) Pense antes de gastar:** Tenha objetivos concretos com relação aos seus sonhos de consumo. Um carro pode não ser a razão da sua felicidade,

mas uma divertida viagem para a Europa sim. Por mais que o carro represente um bem adquirido, a felicidade de realizar a viagem dos sonhos vale muito mais.

**4º) Divirta-se:** Aproveite seu tempo de folga. Ao invés de ficar em casa assistindo televisão, saia para jantar, dançar, ir ao cinema. A vida social é muito importante e a sensação de ter algo além do que trabalho para fazer torna as preocupações do dia-a-dia muito mais fáceis de serem resolvidas.

Fonte: InfoMoney