

Группа датских женщин занимается водной аэробикой.

Хорошо прожитая жизнь

Опыт трех стран учит, как укрепить здоровье и способствовать счастливой жизни

Аналиса Р. Бала, Адам Бехсуди и Анна Жакьери

Дания, Коста-Рика и Новая Зеландия — это три страны, которые отличаются правильным подходом к здоровью и счастьем своих граждан.

Целевые исследования показывают, что эффективное оказание услуг на местном уровне, культивирование общественного доверия и забота о благополучии на самом высоком уровне определения политики — все это играет важную роль.

Жизнь посреди отчаяния, вызванного мировой пандемией, показала нам, как важно ощущение счастья в его всевозможных известных нам проявлениях для функционирования общества.

«В этом я согласен с Аристотелем. Счастье или процветание — или, как говорили древние греки, *эвдемония* — это *супптим бонит*, величайшее благо», — говорит экономист Колумбийского университета Джеффри Сакс, соавтор ежегодного *Доклада о мировом счастье*, который ранжирует страны на основе обследования качества жизни. «Счастье означает не удовольствие, не бурные эмоции, а, скорее, хорошо прожитую жизнь».

Дания: это вопрос доверия

Корделия Чеснутт, по ее собственным подсчетам, сдавала тесты на COVID не менее 32 раз. Отрицательный тест был нужен всякий раз, когда она хотела заняться своим любимым хобби, — поиграть в бадминтон, после того как Дания отменила режим самоизоляции.

Она считает тесты, которые можно сделать бесплатно и быстро, невысокой платой за то, чтобы обеспечить безопасность других и, в частности, позволить себе немного счастья во время пандемии. Это также в значительной мере показывает, как много людей в Дании рассматривают свои действия как часть коллективных усилий.

Общественное доверие, вне зависимости от того, на чем оно зиждется — на просвещенном личном интересе или на чистом альтруизме — имеет для Дании первоочередное значение. Граждане верят в то, что проводимая правительством политика будет отвечать общественным интересам. Правительство верит в то, что граждане будут сохранять основы общественного устройства. Люди верят в то, что их сограждане-датчане будут делать то, что нужно для всеобщего блага. Этот социальный феномен сработал во время пандемии, обеспечив удивительно успешное обуздание вируса ценой относительно небольших человеческих потерь.

«Я хочу быть в безопасности, а для этого нужно, чтобы все играли по одним и тем же правилам, и мы могли верить, что наше правительство не пойдет слишком далеко», — говорит Чеснутт, 36-летняя датчанка, которая работает консултантом по проблемам беженцев.

Исследователи часто указывают на доверие как на важнейшую культурную особенность, объясняющую, почему Дания постоянно находится в верхних строках всевозможных рей-

Датская семья
в пункте тестирования
COVID-19.



тингов по показателям счастья и удовлетворенности. С этим общественным доверием связана надежная система социального обеспечения страны, обеспечивающая щедрые выплаты по безработице, бесплатное медицинское обслуживание и высшее образование и значительное субсидирование ухода за детьми.

«По существу, вся эта государственная социальная поддержка означает, что вы перераспределяете значительную часть денежных средств в пользу незнакомых людей, а, как мы знаем, люди вряд ли поддержат такого рода систему, если не будут испытывать хотя бы некоторую степень доверия к незнакомым людям», — объясняет Кристиан Бьернсков, профессор экономики датского Орхусского университета.

Бьернсков, у которого недавно вышла книга «Счастье в странах Северной Европы», считает, что культурная особенность доверия практически уникальна для датчан и других северных европейцев. Но он утверждает, что довольными и счастливыми датчан делает не столько обширная социальная защита, сколько сочетание доверия, терпимости, сильных институтов, длительной истории экономического развития и устойчивой демократии.

Как минимум в одном датском городе органы местного самоуправления используют счастье в качестве показателя для разработки программы действий. В 2014 году мэрия живописного рыбацкого поселка Драгер неподалеку от столичного Копенгагена приняла программу действий в качестве ответной реакции на результаты опроса местных жителей.

«Мы хотели понять, какие приоритеты у наших людей, о чем они мечтают, и в целом что делает их счастливыми», — рассказывает Эйк Даль Бидstrup, который был в то время мэром.

Исследование, проведенное совместно с датским Институтом исследования счастья, показало, что жители этого города хотели бы иметь более совершенную инфраструктуру

для отдыха. В результате исследования был построен новый крытый бассейн, отремонтированы спортивные сооружения города, расширены программы для пожилых людей и благоустроено общественное пространство в историческом центре города и гавани.

«Во многом это вопрос баланса между работой и личной жизнью. Работа очень важна для нас, но наш досуг не менее важен. Для руководителей местной общины важной задачей является создание хороших условий, хороших возможностей для организации досуга людей», — говорит Бидstrup, в настоящее время занимающий пост председателя Krifa, — датского профсоюза.

Отсутствие коррупции также играет ключевую роль в высоком уровне доверия.

«Наша политическая система не коррумпирована. Большинство людей доверяют политической системе», — говорит Могенс Люккетфот, член парламента Дании, которому в 1990-е годы было вверено руководство масштабными налоговыми и трудовыми реформами как человеку, занимавшему пост министра финансов дольше всех в истории страны.

По его мнению, именно отсутствие коррупции, давняя традиция стремления к консенсусу (ни одна партия в отдельности не имела большинства с начала 1900-х годов) и общая эффективность государственных услуг позволяют большинству людей в Дании мириться с высокими ставками налогов.

«В основе также лежит понимание того, что предлагаемые государством услуги в области образования, ухода за детьми, ухода за престарелыми, здравоохранения вносят тот или иной вклад либо в эффективность бизнес-сообщества, либо в эффективность рынка труда», — объясняет Люккетфот.

Но все же система сталкивается с проблемами. По признанию Люккетфота, сложности с включением иммигрантов и беженцев в рынок труда и воспринимаемая нагрузка

на систему социального обеспечения приводятся в качестве довода в пользу сокращения социальных пособий. И несмотря на то что правительство реализует инициативы для решения этой проблемы, возникшие в результате дебаты об иммиграции подорвали доверие в некоторых слоях общества.

Однако во время пандемии страна оставалась единой, и меры политики по сдерживанию вируса избежали той политизированности, которая стала бедствием для многих других демократических обществ.

Микаэль Банг Петерсон, профессор политологии Орхусского университета, руководил проектом по изучению на основе фактических данных того, как демократические общества боролись и справлялись с пандемией. В рамках проекта было опрошено более 400 000 человек в Дании и семи других странах. По данным опроса, высокое и стабильное доверие к датским органам здравоохранения стало главной причиной успеха страны. На конец октября было полностью вакцинировано более 75 процентов граждан в категориях, для которых была открыта вакцинация. В разгар пандемии еженедельно тестирование проходило свыше 60 процентов взрослого населения.

«Я немного переживал, когда стали внедрять систему тестирования. Не воспримут ли ее люди как нарушение своих прав? — рассказывает Петерсон. — Но люди вместо этого усмотрели в ней то, что необходимо делать ради других. Не «я прохожу тестирование потому, что государство велит мне проходить тестирование», а «я прохожу тестирование, чтобы защитить вас, чтобы мы могли намного быстрее вернуться к обычной жизни».

Опыт, полученный во время пандемии, лишь укрепил общие высокие уровни доверия в стране — людей к государству (по данным опроса, более 90 процентов датчан доверяют национальной службе здравоохранения), а государства к гражданам.

«Появляется все больше данных, свидетельствующих о тесной взаимосвязи между функционированием политических институтов и общественным доверием, — говорит Петерсон. — По существу, вы начинаете доверять согражданам, когда знаете, что политические институты в вашей стране окажут вам поддержку, если что-то пойдет не так».

Коста-Рика: чистая жизнь

Pura vida, «чистая жизнь». Это выражение вы часто услышите в Коста-Рике. Оно отражает тот неторопливый темп жизни, которым славится эта страна, и объясняет, почему костарики так счастливы.

«Если вы здоровы, имеете работу и возможность проводить время с семьей и друзьями, вы ведете *pura vida*», — говорит Луис Альберто Васкес Кастро, бывший член палаты представителей от костариканской провинции Лимон.

Доклад о мировом счастье 2021 года ставит Коста-Рику на 16 место среди самых счастливых стран мира. Помимо Чеш-

ской Республики, это единственная страна с формирующимся рынком, попавшая в верхнюю двадцатку. Для страны со средним уровнем доходов это очень много счастья на каждый доллар ВВП.

Профессор Мариано Рохас, экономист костариканского происхождения, объясняет высокое благополучие страны сильными социальными связями и чувством общности. «Люди доброжелательны, жизнь течет неторопливо. Это не общество с высокой конкуренцией, где каждый пытается подняться по карьерной лестнице».

Страна также имеет сильную систему социального обеспечения. Костарикам доступно бесплатное образование и гарантирована государственная пенсия. Это единственная страна в Центральной Америке, где 100 процентам населения доступна электроэнергия и питьевая вода.

Это также одна из немногих стран региона, которая обеспечивает гражданам всеобщее медицинское страхование.

Коста-Рика десятилетиями считала своим приоритетом здравоохранение, осуществляя значительные инвестиции в борьбу с наиболее поддающимися профилактике причинами летальных исходов и наступления инвалидности. В 1970-х годах страна тратила на здравоохранение большую долю ВВП, чем даже некоторые страны с развитой экономикой, включая Соединенное Королевство.

Эти инвестиции принесли плоды. К 1985 году средняя продолжительность жизни в стране была самой высокой в Латинской Америке и сравнялась со средней продолжительностью жизни в Соединенных Штатах. Уровни детской смертности упали с приблизительно 74 смертей на 1000 живорожденных в 1970 году до 17 к 1989 году.

Но что выделяет Коста-Рику, так это ее модель первичного медико-санитарного обслуживания.

Введенная в 1990-е годы модель учитывает десятилетия опыта реализации программ здравоохранения в сельских районах и местных общинах, изменив культуру предоставления медицинской помощи в стране. «Она распространяет здравоохранение на местный уровень», — говорит Мария дель Росио Сазнс Мадригаль, бывший министр здравоохранения Коста-Рики.

За каждым костариканцем закрепляется *equipo básico de atención integral en salud* (EBAIS) — местная команда первичной медицинской помощи, состоящая из врачей, медсестер и медико-санитарных работников. Медико-санитарные работники ежегодно посещают каждое домашнее хозяйство на территории, которую они курируют, для оценки потребностей. Собранные ими данные объединяются с электронными медицинскими записями и используются для определения целей, отслеживания прогресса и направления ресурсов на области с повышенным риском.

Когда система была введена впервые, команды EBAIS были направлены в сельские районы, наименее охваченные меди-

цинским обслуживанием, а затем уже распространились и в городах. «Это позволило стране создать очень надежную информационную систему показателей здоровья — условий, в которых живут люди, — считает Саэнс Мадригаль. — Это выходит за рамки лечения заболеваний. Инвестиции в здоровье начинаются с улучшения условий и повышения качества жизни людей. Это очень комплексный взгляд на то, что такое здоровье и благополучие».

Данные свидетельствуют о действенности модели. Средняя продолжительность жизни увеличилась с 75 лет в 1990 году до 80 (существенно выше, чем в США). Завидный результат для здравоохранения, но при этом страна в настоящее время тратит на предоставление медицинских услуг меньшую долю ВВП, чем в среднем в мире (7,3 процента по сравнению с 10 процентами в 2017 году).

Рохас полагает, что доступность первичной медицинской помощи окупается. «Люди, которые счастливы, живут дольше. Вот почему расходы стали меньше. Не только здоровье способствует счастью. Счастье вносит вклад в здоровье».

Так что же стоит на первом месте — счастье или здоровье? Саэнс Мадригаль думает, что это неправильная постановка вопроса.

«В Коста-Рике у нас есть то, что называют общественным договором, — объясняет она. — Вне зависимости от того, кто стоит у руля, следующее правительство должно заложить в фундамент еще один камень. Часто совершаемая ошибка — сказать: «Все, что сделало предыдущее правительство, бесполезно». Замена камня обходится дороже, чем добавление еще одного. Для этого нужны перспективное видение и политическая воля».

История Коста-Рики отмечена длинной чередой демократических лидеров, которые считали благополучие государственным приоритетом. В 1869 году страна одной из первых в мире сделала начальное школьное образование одновременно бесплатным и обязательным. Кристина Экисабаль, профессор политологии, считает, что «в Коста-Рике всегда была очень просвещенная элита».

«Коста-риканской элите хватало мудрости, чтобы поддерживать определенный уровень благополучия в очень серьезной борьбе с бедностью, — говорит она. — Даже несмотря на то что неравенство доходов расширилось, доля людей, живущих в крайней бедности, сократилась — пока не разразился связанный с COVID-19 кризис. Это ощущение защищенности, наличия возможностей и равенства очень важно».

Как же они обрели эту мудрость? «В просвещенности есть толика личного интереса, — объясняет Экисабаль. — В 1970-е годы страна имела один из самых высоких уровней вырубki лесов в Латинской Америке. Основным источником электроэнергии в Коста-Рике является энергия воды, а водохранилища пересыхали. Правительство поменяло курс, потому что, если бы оно этого не сделало, страна лишилась бы элек-

Сельский житель занимается резьбой по дереву, Коста-Рика.



троэнергии». Сегодня Коста-Рика — среди «зеленых» лидеров мира. «Чем зеленее окружающая среда, тем больше рабочих мест», — добавляет Экисабаль.

Кажется, что у Коста-Рики не одна, а множество убедительных причин для счастья.

Кастро, бывший член палаты представителей, это подтверждает: «Еще до рождения костариканцу гарантированы жизнь, образование, пропитание, социальная безопасность и то, что он или она узнает о войне только из фильмов... вот что такое *pura vida* страны!»

Новая Зеландия: новый подход в разговоре о благополучии

В 2019 году лейбористское правительство Новой Зеландии под руководством премьер-министра Джасинды Ардерн обнародовало бюджет, нацеленный на решение ряда долгосрочных задач, стоящих перед страной, в таких областях, как домашнее насилие, детская бедность и жилищное строительство.

Так называемый Бюджет благополучия 2019 года уделял первостепенное внимание пяти основным областям: психическому здоровью, детскому благополучию, поддержке устремлений народа маори и тихоокеанских народностей, созданию продуктивной нации и преобразованию экономики. Он предусматривал выделение миллиардов на психиатрические службы и решение проблемы детской бедности, а также рекордные инвестиции в меры по борьбе с домашним насилием.

Сельская местность,
Коста-Рика.



Новая Зеландия, страна с населением 5 миллионов человек, показывает хорошие результаты по многим показателям благополучия по сравнению с большинством других стран — членом Организации экономического сотрудничества и развития. Но она также занимает одно из первых мест по распространности домашнего и сексуального насилия, а еще одной проблемой является детская бедность. В 2020 году до 210 500 детей жили в бедности (18,4 процента), по данным бюро статистики Новой Зеландии.

Основополагающим аспектом подхода страны к благополучию является признание того, что все составляющие благополучной жизни необходимо рассматривать в комплексе, будь то доступ к медицинскому обслуживанию и образованию или чувство сильной связи с местной общиной.

«Хорошая новость заключается в том, что разговор поменял направление», — говорит Гирил Каракаоглу, бывший главный экономист Казначейства Новой Зеландии, ныне руководитель Школы государственного управления в Веллингтонском университете Виктория. Он также является автором книги «С любовью: государственная политика распределения благополучия между поколениями».

«Мы осознаем, что есть много вещей, о которых нам нужно беспокоиться, помимо доходов. Новая Зеландия относится к ним очень серьезно, и хорошим примером этого служит Бюджет 2019 года».

Бюджет признает, что здоровье и экономика идут рука об руку. Кирк Хоуп, руководитель BusinessNZ, считает, что это шаг в правильном направлении.

«Много средств инвестируется в систему здравоохранения. Важно, чтобы эти инвестиции были результативными. Благополучие жизненно важно для бизнеса. Без него не обеспечить высокопроизводительную рабочую силу».

В то же время некоторые эксперты заявляют, что для изменения результатов и расширения возможностей местных общин еще нужно потрудиться.

«Процесс имеет решающее значение в достижении желаемых показателей благополучия, а самое важное изменение в процессе — это требование дать местным общинам больше прав и ресурсов для того, чтобы стимулировать перемены», — говорит Каракаоглу.

«Те вопросы, которыми мы занимаемся, невозможно решить из центра, — центр должен прислушиваться и поддерживать».

Переориентация на более комплексный подход означает изменение подхода правительства к решению этих проблем и оценке результатов. По мнению Доминика Стивенса, нынешнего главного экономиста Казначейства, еще многое предстоит сделать, и на это нужно время».

«Мы более комплексно подходим к вопросу обеспечения лучших результатов для населения. Но мы также продолжаем формировать наше представление о благополучии. Это непросто».

Эмили Мейсон, которая 20 лет занималась социальной политикой, а теперь руководит консультационной компанией Frank Advice в Веллингтоне, считает, что инструменты измерения существуют, но правительство ими не пользуется.

«Благополучие — это правильная концепция, но чтобы она заработала, нужны показатели и инфраструктура для приня-

Детская площадка,
Веллингтон, Новая
Зеландия.



тия решений. Нужно знать местное население и их прошлое и увязать это знание с управлением данными, рассматривая каждого человека на протяжении его жизни. На самом деле, благополучие — это очень индивидуальная вещь».

«У нас есть статистический потенциал, но мы не в полной мере его задействуем».

Помимо прочего, бюджет предусматривал инвестиции в размере 1,9 млрд новозеландских долларов в психическое здоровье и особое внимание к сокращению детской бедности — это область особой заботы для премьер-министра.

Шон Робинсон, глава новозеландского Фонда психического здоровья, говорит, что еще предстоит много работы, чтобы обеспечить столь необходимые улучшения в психическом здоровье. Но правительство принимает правильные меры, в том числе включение услуг по своевременной поддержке людей, страдающих психическими заболеваниями, в общую врачебную практику и деятельность центров по работе с местным населением.

«Но чего мы не делаем, так это не даем людям инструментов, чтобы они сами могли позаботиться о собственном благополучии и благополучии своих близких», — делится он, добавляя, что недавно опубликованная 10-летняя стратегия психического здоровья признает эту проблему, и это шаг в верном направлении.

И хотя некоторые говорят, что результаты бюджета благополучия еще не проявились, они также признают воздействие пандемии.

«Начиная с 2019 года правительство последовательно формулирует цели в каждом последующем бюджете, несмотря

на большие проблемы, созданные COVID-19», — отмечает Каракаогу.

Мари Браун, директор группы по защите прав ребенка в Департаменте премьер-министра и Кабинета министров, говорит, что COVID-19 «повысил ставки. ...Стратегия благополучия детей и молодежи и так уделяла повышенное внимание объединению усилий по увеличению благополучия детей и молодежи. В связи с COVID необходимо удвоить эти усилия».

Браун рассказывает, что принятая в августе 2019 года стратегия излагает общее понимание того, что нужно молодым новозеландцам, по их собственным словам, чтобы чувствовать себя вполне благополучными, что делает правительство и чем могут помочь остальные.

Она говорит, что в ответной реакции на пандемию на местном уровне проявились сильные стороны, присущие местным общинам, и правительству нужно использовать эти сильные стороны.

«Раньше мы обычно спускали слишком много инициатив сверху. В последнее время усиливается тенденция делегирования ресурсов и полномочий по принятию решений, разработке инициатив совместно с семьями и заинтересованными сторонами и вооружения маори и других поставщиков решений ресурсами для разработки решений, которые помогут их общинам».

«Эта работа еще ведется, но это совершенно верное направление движения». **ФР**

Подготовили **АНАЛИСА Р. БАЛА, АДАМ БЕХСУДИ и АННА ЖАКЬЕРИ.**