



## Revisión de artículo...

# “BIENESTAR, FELICIDAD Y POLÍTICAS PÚBLICAS”

Traducción por Jenny A. Pinzón<sup>SS</sup>

Background paper (draft) for the International Expert Working Group on Well-being and Happiness within the Prime Minister of Buthan’s Commission for a New Development Paradigm Sabina Alkire, enero 2013



Este es un documento preliminar realizado por el International Expert Working Group on a New Development Paradigm (IEWG). Analiza los “nueve dominios” del índice de Felicidad Nacional Bruta de Bután<sup>\*\*\*</sup>, y muestra cómo pueden aplicarse en un contexto internacional, donde las teorías y puntos de vista sobre el progreso y el bienestar humano son muy diversos. Además, presenta algunas políticas costo-efectivas, fundamentadas en estos nueve dominios, cuya implementación distingue entre el paradigma actual de desarrollo y la auténtica felicidad y bienestar.

*“El antiguo modelo es inservible. Necesitamos crear uno nuevo... tenemos que unirnos alrededor de una visión compartida sobre el futuro -una visión para un desarrollo humano justo, un planeta saludable y un dinamismo económico perdurable.”*

*Bank Ki-moon, Secretario General de las Naciones Unidas*

*“Nuestra visión de la nación solo puede ser cumplida si el alcance de nuestros sueños y aspiraciones armoniza con nuestro compromiso real para apoyar a nuestros futuros ciudadanos.”*

*Su Majestad Jigme Khesar Namgyel Wangchuck, quinto rey de Bután*

La tecnología y el intercambio económico moderno han hecho que hoy, como nunca, hayan aumentado el progreso y la riqueza de la humanidad. Aun así, hoy vemos cómo el sistema económico continúa siendo inadecuado para pobres y ricos por igual; para los primeros porque muchas veces son olvidados y para la clase media y la rica, por la inestabilidad y la impredecibilidad del sistema y, para todos, por el consecuente arruinamiento del planeta. Paralelamente, en el mundo se están emprendiendo

<sup>SS</sup> Ing. Coord. Centro Tecnologías de la Educación. FUJNC, jenny-pinzon@juanncorpas.edu.co.

<sup>\*\*\*</sup> Para conocer cómo surgió el indicador GNH puede ver el video publicado en:

[http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/transcoded/c/c4/What\\_is\\_Gross\\_National\\_Happiness.ogv/What\\_is\\_Gross\\_National\\_Happiness.ogv.480p.webm](http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/transcoded/c/c4/What_is_Gross_National_Happiness.ogv/What_is_Gross_National_Happiness.ogv.480p.webm). En español: [http://es.wikipedia.org/wiki/Felicidad\\_nacional\\_bruta](http://es.wikipedia.org/wiki/Felicidad_nacional_bruta)



iniciativas para aprender a ser más compasivos, productivos y felices. Ciudadanos, gerentes, académicos, artistas, líderes espirituales y empresas como Google y sus afines, entre otros, están promoviendo el bienestar humano desde sus diferentes perspectivas al fomentar un desarrollo sostenible, movimientos sociales, la reducción de la pobreza, etc.

### **Cómo se aborda el tema**

Lo interesante de este documento es que resalta aquellas políticas radicales que pretenden distinguir el bienestar y la felicidad del paradigma actual sobre el desarrollo social y sostenible, para lo cual inicialmente y basado en las experiencias del Reino de Bután, así como en fuentes literarias, delinea la concepción de bienestar, éxito y felicidad para todos (objetivo del nuevo paradigma de desarrollo) como un concepto multidimensional que debe ser tan específico para enmarcar un nuevo paradigma e incentivar la acción colectiva y tan amplio que permita abarcar diversas perspectivas. Además, plantea que, aunque ya se está considerando incluir ciertos aspectos de este nuevo paradigma en las políticas de bienestar, aún se pasa por alto otras políticas que son costo-efectivas, a partir de las cuales plantea posibilidades concretas y factibles necesarias para reorientar las organizaciones. También llama la atención a cambios comportamentales necesarios para asegurar el nuevo paradigma sobre el bienestar y una esperanza realista para el futuro.

### **Un proyecto realista**

Explican los autores que su propuesta parte de reconocer la naturaleza humana con todas sus debilidades, fortalezas, diversidad e intereses distintos. Esto marca la diferencia entre un proyecto utópico, que asume un escenario perfecto. El éxito se define entonces como un sistema económico que maximiza la capacidad de ser y hacer de cada persona, lo que ella valora y por qué lo valora, lo cual puede incluir aspectos materiales, sociales, comunitarios, del medio ambiente, culturales, espirituales y las actividades políticas, así como el tiempo para la reflexión y el descanso.

### **El índice de Felicidad Nacional Bruta**



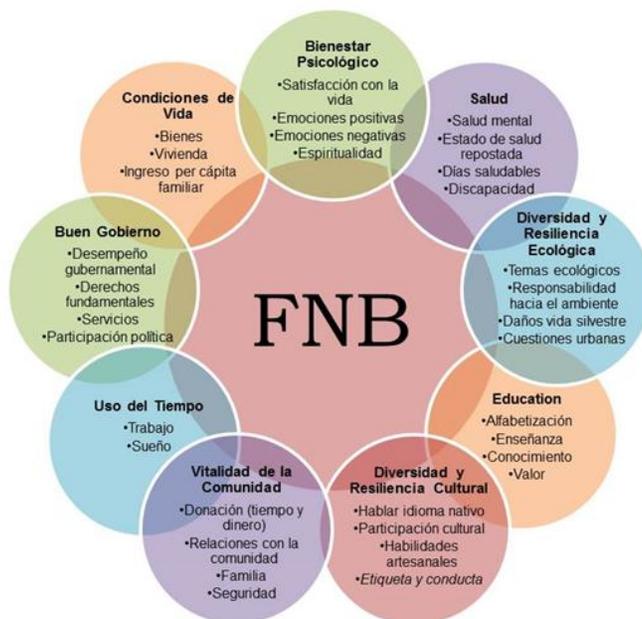
<https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANU9GzK2u5QpG2m1z7N085v7T2Gp-488033w07Q81sv1>

Las ideas aquí propuestas se basan en el objetivo de Bután de optimizar el índice de Felicidad Nacional Bruta (FNB), el cual se considera que mide la calidad de un país de una forma más holística que el Producto Interno Bruto (PIB), pues sostiene que el desarrollo benéfico para la sociedad humana tiene lugar cuando se producen lado a lado el desarrollo material y espiritual de manera que se complementen y se refuercen el uno al otro. En otras palabras, el desarrollo material debe ser complementado con el desarrollo cultural, las relaciones, la espiritualidad, el bienestar psicológico y la armonía con el medio ambiente. En Bután, al igual que en las demás naciones, no todas las personas son felices y enfrentan los mismos desafíos propios de esta era tecnológica repleta de entretenimiento



donde el rápido crecimiento de la corrupción industrial drena los recursos. Aun así, el objetivo de Bután de incrementar el FNB es tanto resolutivo como autocrítico y de una forma consciente da forma a programas y políticas (como lo demuestra la definición que dan del éxito y el mismo indicador FNB). Al mismo tiempo que experimenta un fuerte crecimiento económico, Bután, con toda su sabiduría y flaquezas, está en camino de alcanzar las metas del milenio mientras trata de proteger atentamente el medioambiente y los aspectos sociales.

*La felicidad y el bienestar tienen múltiples dominios*



<http://iberoamericasocial.com/wp-content/uploads/2014/03/Sin-t%C3%ADtulo.png>

Desde la perspectiva butanés, la felicidad y el bienestar de todo ser viviente es un concepto multidimensional que incluye los dominios económico, social, político y espiritual, que fomenta la solidaridad hacia otros, así como para uno mismo. La necesidad de legisladores que tengan en cuenta el bienestar humano tiene precedentes en muchas culturas, filosofías y políticas. Por su parte, las aproximaciones filosóficas hacia lo que es la felicidad y el bienestar han estado divididas entre quienes definen la felicidad en términos de una sola dimensión (por ejemplo, las que se enfocan solo en tener una vida satisfactoria o en el estado de ánimo o en sentimientos positivos) y quienes la abordan de forma multidimensional, afirmando que la felicidad incluye el bienestar psicológico, ampliamente definido para incluir el dominio de la satisfacción, las emociones positivas y negativas y la espiritualidad, entre otros. De acuerdo con este último enfoque, este reporte enumera y analiza los siguientes dominios relacionados con la felicidad y el bienestar:

1. Educación.
2. Vitalidad de la comunidad.
3. Buen gobierno.
4. Diversidad y resiliencia cultural.
5. Salud.
6. Nivel de vida.



7. Diversidad y resiliencia ecológica.
8. Uso del tiempo.
9. Bienestar psicológico.

La idea es que estos dominios se mantengan en equilibrio e integren políticas para apoyar a la persona en forma holística y que sean flexibles y multidimensionales.

### Definir la felicidad no es sencillo



<https://encrypted-tbn1.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQs13T4UPIWO9FAVU7-Gkbp3TzV9HppSAsguEgeu9B8luQYuWqM>

En este reporte la felicidad o el bienestar se refieren a un objetivo "multidominio". El bienestar muchas veces es abordado como un aspecto multidimensional que incluye elementos subjetivos y objetivos, aunque las definiciones pueden variar. Por otra parte, el uso de la palabra "felicidad" puede confundir y hasta asombrar. Se podría limitar la felicidad a un dominio y utilizar un término diferente para los logros conjuntos en la vida humana, tal vez un término como bienestar o prosperidad. Aun así, se observa que la mayoría de las sociedades más felices, de acuerdo a las medidas subjetivas actuales para el bienestar, son aquellas que más profundamente están afectando el ecosistema (de acuerdo al ranking tomado de Helliwell and Wang 2012). Así que podemos preguntarnos si esto es realmente felicidad o si un solo dominio es una guía incompleta aún para la felicidad misma. La siguiente consideración lleva a concluir al respecto...

### Qué es un dominio (dimensión)

Para definir qué es un dominio o dimensión del bienestar, se deben tomar en consideración los siguientes aspectos:



Cada dominio tiene un valor intrínseco y posee aspectos específicos que son de particular prioridad en diferentes contextos teniendo en cuenta que la protección de la libertad para la diversidad personal requiere un tratamiento separado que abarque principios como la equidad, la eficiencia, la sostenibilidad, la justicia, el respeto por los derechos humanos y la participación. Estos dominios son pertinentes tanto para el bienestar del individuo como para enmarcar las metas de bienestar de la sociedad. Esto puede parecer obvio, ya que como individuos



valoramos el altruismo, la colaboración, etc., pero, por otro lado, las teorías económicas tradicionales asumen y proveen incentivos solo para los intereses personales.

😊 Cualquier persona puede determinar el valor de cada dominio. Los nueve dominios propuestos no están basados en alguna filosofía especial, religión o teoría de bienestar humano. Más bien, su valor está en la razón práctica, lo que significa que cada persona puede corroborarlo desde su propia experiencia o la de otros.

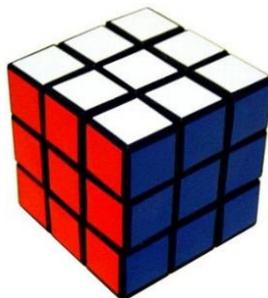
😊 Cada dominio es único, no se pueden comparar en el sentido de que todas sus atrayentes cualidades no están totalmente presentes en otro y, en esa medida son irreducibles (si se acortara la lista de los nueve dominios, eso significaría dejar a un lado algo valioso).

😊 Los dominios no se pueden abarcar de una vez por todas, más bien se debe trabajar para alcanzarlos.

😊 Los dominios no tienen un orden jerárquico. Eso quiere decir que, en un momento dado, cualquier dominio puede ser juzgado como el 'más importante' por una persona o grupo mientras que, legítimamente, se deja de lado a los otros. En otras palabras, los dominios no se pueden ordenar en una jerarquía permanente ni por una persona ni por una comunidad o nación.

Los dominios tienen en común que los logros de cada uno, o la realización de las potencialidades humanas en cada uno, pueden contribuir de manera única al bienestar o la prosperidad de la vida humana. Es decir, que lo más importante es la interrelación entre estos dominios.

### La felicidad es multidimensional



<https://ronnyeo.files.wordpress.com/2008/10/0102201.jpg>

Mientras que es comprensible que el bienestar psicológico esté en una dimensión independiente, la felicidad no es un dominio o dimensión. Más bien la felicidad se alcanza mediante la participación en todos los dominios en un balance apropiado para la persona o la sociedad.

Así se llega al punto de partida, desde la concepción unidimensional de la felicidad hasta su aproximación multidimensional para esquematizar tentativamente lo que es un dominio de bienestar, con la anticipación de que la búsqueda equilibrada de esos dominios producirá la felicidad. El reporte descrito aquí puede fácilmente ser usado para apoyar un nuevo paradigma de desarrollo.



## Riqueza, felicidad unidimensional y demanda del consumidor



[http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/c/c8/Amartya\\_Sen\\_20071128\\_cologne.jpg/220px-Amartya\\_Sen\\_20071128\\_cologne.jpg](http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/c/c8/Amartya_Sen_20071128_cologne.jpg/220px-Amartya_Sen_20071128_cologne.jpg)

Esta sección presenta la crítica de Amartya Sen hacia los sistemas económicos basados en la riqueza, en una aproximación unidimensional de la felicidad y en la demanda del consumidor. En su lugar, él propone que el bienestar económico y el desarrollo evalúen su éxito en el espacio del bienestar humano y la libertad, lo que describe en los términos de funcionamiento, capacidades y voluntad.

Amartya Sen categoriza así los aspectos del bienestar humano que dan forma al actual sistema económico:

- ✎ **Opulencia (riqueza):** enfoque que evalúa el bienestar humano basándose en los recursos económicos que tiene la persona. Sen considera que este enfoque pasa por alto las diferentes necesidades que tienen las personas por lo que no es útil para medir el bienestar.
- ✎ **Utilidad (felicidad):** se refiere a un estado psicológico de felicidad definido como satisfacción, deseos cumplidos y balance emocional. Sen menciona que un sistema que base sus metas y políticas públicas en la satisfacción personal sin tener en cuenta las circunstancias externas, puede llegar a ser cruel e insensible con los más necesitados y podría impulsar medidas que solo impacten dicha satisfacción, pero que no demuestren solidaridad hacia otros ni cuidado por la tierra ni por un desarrollo sostenible.
- ✎ **Preferencia revelada (demanda de mercado):** En las economías de mercado, este enfoque asume que lo que la gente compra revela sus valores, pasando por alto el hecho de que lo que las personas eligen comprar puede deberse a compromisos adquiridos, porque no tienen más opciones, por ser manipulados por propagandas, por mala información, por presión de otros o simplemente les da lo mismo entre escoger una cosa u otra.

De esta manera Sen señaló por qué es necesario un multifacético y más directo recuento de los aspectos de bienestar humano para guiar el sistema económico. Dicho recuento puede basarse en los enfoques que consideran que la felicidad es absolutamente multidimensional.

Si bien Sen no es el único que presenta un enfoque multidimensional del bienestar humano, sí es uno de los más ampliamente citados y tiene la ventaja de que hace una distinción entre la economía tradicional y un enfoque más abarcador que está alineado con el índice de Felicidad Nacional Bruta. La mayoría de las profundas implicaciones que presenta este informe para el desarrollo de un nuevo paradigma, basado en este enfoque multidimensional, se han pasado por alto en el actual pensamiento económico.



### *En qué consiste cada dominio*

En esta parte se considera la **definición** de cada dominio, su **valor intrínseco** (cómo contribuye al bienestar) y su **valor instrumental** (referido a cómo el avance en un dominio puede ser útil para otro).

#### **Primer dominio: Educación**



Nalanda University, Bihar

*“La más potente arma en las manos del opresor es la mente de los oprimidos”.*  
Steve Biko, Cape Town, 1971

#### *Definición de la educación*

La educación en este dominio no se refiere simplemente a estar escolarizado, pues los colegios pueden ser lugares inseguros donde reinan el matoneo, los prejuicios y otra serie de problemas. Más bien, la educación en el contexto del bienestar implica el desarrollo pleno de la personalidad y las habilidades de cada estudiante. Este concepto está también consagrado tanto en el Artículo 26 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos como en la Constitución de Bután.

La Felicidad Nacional Bruta de Bután aplica cuatro indicadores a esta clase de educación. Dos están relacionados con la escolaridad tradicional y, los otros dos, se refieren al conocimiento práctico (incluyendo política, salud, cultura y aspectos históricos), así como valores sociales tales como decir la verdad. Melanie Walker<sup>+++</sup>, en contraposición a la interpretación del neoliberalismo de la educación (productividad económica), concluye que la educación implica cultivar las siguientes competencias:

- ☞ *Autonomía, creatividad* referida a la capacidad de resolver problemas, planear y tomar decisiones, innovar.
- ☞ *Conocimiento* de temas intrínsecamente interesantes y/o que sean útiles.
- ☞ *Relaciones sociales* o de amistad, colaboración, comprensión, empatía, etc.

<sup>+++</sup> Walker M. Towards a capability-based theory of social justice for education policy-making. Journal of Education Policy. 2006; 21(2): 163-185.



- ✎ *Respeto y reconocimiento* del valor de los demás y de sí mismo, compasión, generosidad, ausencia de prejuicio, escuchar el punto de vista de los demás, diversidad de lenguaje, creencias, etc.
- ✎ *Aspiración*, motivación para crecer, para contribuir al bienestar humano, para ser feliz.
- ✎ *Voz*, tener capacidad de hablar, de escribir, de cantar, etc., y al hacerlo, expresar sus propias ideas.
- ✎ *Integridad corporal y de la salud* para desarrollarse físicamente, para estar seguro y protegido de condiciones difíciles, para hacer ejercicio y jugar.
- ✎ *Integridad emocional y emociones*, ser capaz de reconocer, entender y cultivar emociones positivas sin temor, una saludable autocomprensión y autogestión de las emociones.

### ***El valor intrínseco de la educación***

La educación nos permite desde disfrutar de la poesía y la literatura hasta desenvolvemos con más confianza en la sociedad, nos permite desarrollar habilidades en la comunicación escrita y satisfacer nuestra curiosidad mediante la lectura. Así mismo, las habilidades de los niños que asisten a la escuela están más desarrolladas que las de los niños que no lo hacen. Todo esto se traduce en tranquilidad interior y en poder enfrentar dignamente los desafíos de la vida, así como en un deseo de servir a la comunidad.

### ***El valor instrumental de la educación***

El valor instrumental de la educación está dado por su impacto en campos tan variados como el crecimiento económico y la productividad, las oportunidades de empleo, en el uso productivo de la tierra, las prácticas de salud -como la higiene, la planificación familiar, la rehidratación oral, la prevención de enfermedades, etc.- la resolución de conflictos, la promoción de valores sociales en las escuelas -desde el cuidado de la Tierra y el reciclaje hasta la participación comunitaria-, etc. Por supuesto, la educación ideal debería promover la tolerancia, la innovación y la preservación de la cultura y las tradiciones y, de ninguna manera, debería impulsar el prejuicio ni fomentar la inestabilidad política. Por esto último, hoy se está discutiendo mucho sobre la calidad y la seguridad de la educación. Así las políticas en educación deberían promover la igualdad de género, fomentar logros acordes a las habilidades e intereses de los estudiantes a través de estrategias de resolución de problemas, promover el deporte y dar atención a los valores emocionales para el cultivo de comportamientos y actitudes para el bien social.

### ***Lo que ya se está haciendo***

**Objetivo 2: Lograr la enseñanza primaria universal**

- Asegurar que en 2015, la infancia de cualquier parte, niños y niñas por igual, sean capaces de completar un ciclo completo de enseñanza primaria.

**Objetivo 3: Promover la igualdad entre los géneros y la autonomía de la mujer**

- Eliminar las desigualdades entre los géneros en la enseñanza primaria y secundaria, preferiblemente para el año 2005, y en todos los niveles de la enseñanza antes de finales de 2015

*Tomado de Objetivos de Desarrollo del Milenio*



1. Toda persona tiene derecho a la educación. La educación será gratuita, al menos en lo concerniente a la instrucción elemental y a las etapas fundamentales. La instrucción elemental será obligatoria. La instrucción técnica y profesional habrá de ser accesible en general y el acceso a los estudios superiores será igual para todos, en función de los méritos respectivos.
2. La educación tendrá por objeto el pleno desarrollo de la personalidad humana y el fortalecimiento del respeto a los derechos humanos y a las libertades fundamentales. Promoverá la comprensión, la tolerancia y la amistad entre todas las naciones y todos los grupos raciales o religiosos, y promoverá el desarrollo de las actividades de las Naciones Unidas para el mantenimiento de la paz.
3. Los padres tendrán derecho preferente a escoger el tipo de educación que habrá de darse a sus hijos.

*Artículo 26. Declaración Universal de los Derechos Humanos*

Hay varias iniciativas en pro de la accesibilidad a los textos de estudio donde el idioma o el costo no sean un obstáculo para la educación. Ejemplo de esto es el proyecto *Siyavula* en Sudáfrica, que permite la producción y distribución de libros de texto libres de impuestos bajo la licencia de Creative Commons copyright, los que también están disponibles en forma gratuita en internet. *Well-Told Story* es otro proyecto que mediante historietas pretende compartir ideas prácticas entre los jóvenes de Kenia (país donde más de la mitad de sus habitantes tienen menos de 18 años y cerca de tres cuartas partes menos de 30 años), para enseñarles desde el manejo de las semillas hasta cómo ayudar a los niños de la calle u oponerse a las expresiones de odio. Estas historietas circulan en redes sociales, en el periódico local y en quioscos de la calle. Estos y otros son ejemplos de políticas innovadoras y costo-efectivas con un alto impacto en la educación en valores que pueden hacer la diferencia para lograr el verdadero bienestar.

### **Segundo dominio: Vitalidad de la comunidad**



*“Consideramos vivir juntos, no como un accidente desafortunado que garantiza una competencia sin fin entre nosotros, sino como una intencionada comunidad de hermanos y hermanas involucrados en conjunto en la misión de dar una respuesta colectiva a los diferentes problemas de la vida”.*  
Steve Biko, “Algunos conceptos culturales de África”.

#### ***Definición de vitalidad de la comunidad***

Este dominio afirma la necesidad de cultivar y dar constante atención a comunidades vitales que se caractericen por relaciones (sea familiares, profesionales u otras relaciones sociales más transitorias) pacíficas, armoniosas, basadas en la verdad y respetuosas, con sentido de pertenencia y solidaridad. Se basa en la premisa de que se debe luchar por la esencia de la humanidad y perfeccionarla a través del cuidado y el amor que se dispense a otros. De esta manera está implicada una fuerza moral que nos motiva a actuar con responsabilidad en nuestras relaciones con los demás.

El índice de Felicidad Nacional Bruta de Bután incluye cuatro aspectos para este dominio:



- ☞ Apoyo social, que describe la contribución civil de la comunidad.
- ☞ La relación comunitaria, que se refiere a la confianza y al sentido de colectividad.
- ☞ Las relaciones familiares.
- ☞ Seguridad ante el crimen y la violencia.

### ***El valor intrínseco de la vitalidad de la comunidad***

Cada aspecto que envuelve este dominio posee un valor intrínseco obvio: vivir sin la probabilidad de que haya crimen ni violencia, tener una relación familiar amorosa y vivir en una comunidad con un sentido de cuidado, confianza y pertenencia.

### ***El valor instrumental de la vitalidad de la comunidad***

Las personas con sólidas relaciones logran más satisfacción en la vida, mejor salud mental y física, más probabilidad de tener empleo, de disfrutar de su tiempo libre y de tener éxito en sus proyectos. Además, contar con una red de apoyo no solo es invaluable en momentos de dificultad, sino para llevar a cabo proyectos, resolver conflictos y reducir costos en la colaboración ciudadana, las comunicaciones, etc.

### ***Lo que ya se está haciendo***

En el mundo ya hay algunos casos que muestran que este dominio (vitalidad de la comunidad) contribuye al bienestar. En los campos de refugiados de Tanzania, un grupo de adultos mayores una vez a la semana cuentan historias, que se transmiten también por radio, a los más jóvenes con el fin de preservar sus tradiciones culturales. En Chicago (EUA), se realizó un programa modelo donde antiguos perpetradores de asesinatos educan a la comunidad sobre las consecuencias del comportamiento violento. Este modelo ha sido replicado en otras ciudades del mundo con muy buenos resultados. En China, Colombia y Moldava se ha creado un programa donde mujeres mayores, entrenadas previamente en técnicas de lectura, en disciplina y en el desarrollo del cerebro infantil, ofrecen cariño, cuidado, apoyo y estimulación a niños huérfanos, para crear nuevos y fuertes lazos sociales. Estos casos marcan pautas para la creación de políticas de bienestar.

## **Tercer dominio: Buen gobierno**



*“No es el poder el que corrompe sino el miedo. El miedo de perder el poder corrompe a los que lo tienen, y el miedo del abuso del poder corrompe a los que viven bajo su yugo”.*

*Aung San Suu Kyi, “Libertad del Temor”.*



### ***Definición de buen gobierno***

El buen gobierno se refiere a la capacidad de un pueblo para participar, influenciar y pedir cuentas a las instituciones públicas que afectan sus vidas a cualquier nivel. Implica también la capacidad de las personas para exigir sus derechos y, disentir y protestar sin temor contra la corrupción.

Para este dominio, el índice de Felicidad Bruta de Bután incluye cuatro medidas:

- ☞ Si las personas conocen sus derechos fundamentales y si sienten que están protegidos.
- ☞ Cómo evalúan el desempeño de las instituciones gubernamentales.
- ☞ Si confían en las instituciones públicas.
- ☞ La participación política.

### ***El valor intrínseco del buen gobierno***

Su valor intrínseco estriba en la libertad para elegir y expresar puntos de vista. Además, el ejercicio de un buen gobierno permite a las personas contribuir al bien común.

### ***El valor instrumental del buen gobierno***

El buen gobierno informa; esto es útil para dar respuesta apropiada a situaciones calamitosas. También permite que las personas expresen sus preocupaciones, o incluso sus sentimientos de indignación, hacia la manera como se enfrentan los diferentes problemas, lo que ayudará a que los líderes actúen. El debate democrático contribuye a llegar a consensos, a aprender unos de otros y ayudar a la sociedad a conformar sus valores y prioridades. La necesidad de un buen gobierno es obvia, la pregunta realmente necesaria es qué clase de políticas se deben proponer bajo el paradigma de bienestar y felicidad.

Aún en las sociedades armoniosas y equitativas con baja corrupción, es necesario tomar dediciones que fomenten la cultura, la identidad y los valores. Dichas dediciones implican, por ejemplo, el límite de velocidad permitida en carretera (esto refleja cuánto se respeta la vida); o el idioma que se enseñará en las escuelas (esto podría determinar si se discrimina a grupos étnicos minoritarios); o quizá, el crear incentivos para que los jóvenes permanezcan en el área rural. No hay una respuesta precisa para cada situación, por lo que esas dediciones deben ser revisadas vez tras vez y en esto el buen gobierno desempeña un rol para la acción coordinada, la información y el análisis pertinente.

### ***Lo que ya se está haciendo***

Existen modelos innovadores de buen gobierno. Por ejemplo, los mecanismos de respuesta ante desastres usados por varios países, como en Haití. En Kenia se creó un sitio en internet, *Ushaidi* (que significa testimonio) para llevar un registro de los incidentes de violencia, así como de los esfuerzos para lograr la paz, basado en los reportes enviados vía web o a través de los teléfonos móviles. En la India, *India's Right to Information Act* es otro ejemplo de una valiente inversión del gobierno para facilitar la responsabilidad y transparencia de la vida pública. Con este sistema cualquier ciudadano puede solicitar información y en un plazo de 30 días las autoridades públicas están obligadas a proveer acceso sin restricción a información y documentos del gobierno. A pesar de las dificultades que se enfrentaron para implementar este sistema, su uso se ha generalizado y ha sido útil para comprometer a los ciudadanos a detectar la corrupción y diagnosticar posibles problemas. *Ciencia ciudadana y Supervisión*, es un proyecto que se está realizando en China, en el este y sur de África y en EUA, mediante el cual ciudadanos, no profesionales, pueden participar en investigaciones sobre el medio ambiente para estimular la exactitud y la veracidad de los reportes, documentar los cambios en la ecología local y fomentar la conciencia y responsabilidad de todos frente a este tema.



### Cuarto dominio: Diversidad y resiliencia cultural



“Todas las naciones se han derretido como bolas de nieve ante el sol”.

*Dragging Canoe, 1730-1792.*

#### **Definición de diversidad cultural y resiliencia**

Este dominio, complejo de entender por ser de carácter internacional, claramente provee identidad, expresión artística, conciencia de la historia y profundo significado a las personas. La preservación y promoción de la cultura se ha establecido como una prioridad para muchas comunidades indígenas y culturas tradicionales. La cultura es dinámica y está en constante cambio. Se manifiesta en el lenguaje, las artes, la culinaria, los festivales, etc.

El índice de Felicidad Bruta de Bután incluye cuatro indicadores para evaluar la fortaleza de varios aspectos culturales:

- ཏཱ་མཚན། El lenguaje.
- ཏཱ་མཚན། Un conjunto de 13 habilidades artísticas y artesanales.
- ཏཱ་མཚན། Participación en festivales y eventos culturales.
- ཏཱ་མཚན། *Driglam Namzha* (una forma de etiqueta ampliamente traducida como “El camino hacia la armonía”).

#### **El valor intrínseco de la cultura**

Su valor intrínseco está simplemente en la expresión estética o la apreciación. Tener un elevado Producto Nacional Bruto, pero con pocas oportunidades para la música, la literatura, etc. no equivale a tener éxito en el desarrollo, pues de una u otra forma, la cultura envuelve toda nuestra vida, nuestros deseos y frustraciones, nuestras ambiciones y la libertad que buscamos.

#### **El valor instrumental de la cultura**

La cultura nos une a una comunidad particular, además, puede profundizar y fortalecer nuestras relaciones, lo que a su vez puede producir otros beneficios como los mencionados en el dominio de la vitalidad de la comunidad, tales como la confianza, el apoyo mutuo, la solidaridad, entre otros. Las actividades culturales pueden generar también medios de trabajo a través del turismo, la industria cultural del arte, la música y las artesanías. También puede contribuir al bienestar psicológico al proporcionar una identidad estable, por un lado, y por otro, al proveer apoyo, entrenamiento y entendimiento para cultivar emociones positivas, resolver conflictos y construir la paz. Dependiendo de la cultura, esta puede respaldar el dominio del buen gobierno mediante compartir tradiciones de



debates públicos, generar consensos y reconocer legítimamente el liderazgo. La cultura también podría contribuir a la educación, por ejemplo, en historia, el ecosistema natural, la salud, la agricultura, etc.

Por supuesto, es necesario tener en cuenta que los cambios sociales tales como la migración de la población provocada por diversas situaciones, el intercambio estudiantil, la mezcla familiar que se da por los matrimonios entre personas de diferente origen, la globalización, la urbanización, la religión, así como problemáticas sociales como la mafia, los carteles de droga, etc., son factores que hacen que millones de personas no tengan un sólido fundamento para su identidad.

Por su parte, la modernidad y la tecnología han creado una cultura masiva donde aspectos como la música, la comida rápida, el deporte, incluso los timbres de los celulares, entre otros, hacen que las personas encuentren su identidad alrededor de grupos socioeconómicos detrás de los cuales hay intereses comerciales y de dominio.

Todas estas situaciones presentan un desafío para la forma como se debe preservar la cultura y, al mismo tiempo, cultivar la tolerancia y el respeto por la diversidad. Además, dado que los sistemas gubernamentales varían considerablemente de país a país, esta es un área en la cual hay más dificultad para conocer cuáles son las políticas actuales propuestas.

### *Lo que ya se está haciendo*

En Nueva Zelanda, el Ministerio de Educación ha fundado escuelas de inmersión al lenguaje maorí desde 1985. En Tailandia se han establecido escuelas que funcionan los fines de semana con el fin de impartir conocimientos y habilidades en artes, en el lenguaje local, las danzas, agricultura, etc. Los profesores son voluntarios y el programa es una forma de intercambio entre generaciones. En la India el baile tradicional se usa para transmitir tradiciones e historias, por esto el gobierno hizo un esfuerzo junto con otras organizaciones para crear un archivo digital de esta herencia cultural.

### **Quinto dominio: Salud**



*“La curación es una cuestión de tiempo, pero a veces es también una cuestión de oportunidad”.*

*Hipócrates*

*“Los ciudadanos saludables son el más importante recurso que un país puede tener”.*

*Winston Churchill*

### *Definición de salud*

La salud se alcanza cuando el cuerpo y la mente disfrutan de movilidad, de energía, salud mental y ausencia del dolor o la enfermedad.

### *El valor intrínseco de la salud*

Su valor intrínseco es evidente, sobre todo cuando la perdemos.



### *El valor instrumental de la salud*

Todos los otros dominios se ven afectados cuando no se tiene salud. La salud es necesaria para el trabajo y el aprendizaje (las personas con salud y mejor nutridas tienen mejor concentración).

El índice de la felicidad en Bután incluye el número de días saludables al mes, la presencia de alguna enfermedad crónica y el estado en general de la salud física y mental.

Las políticas en salud van en aumento. En 1978, en Alma Ata, se hizo la primera declaración internacional de invertir en la atención primaria y otras políticas para generar salud para todos. Los Objetivos de Desarrollo del Milenio incluyen metas importantes en salud como, por ejemplo, las relacionadas con la desnutrición, la mortalidad materna e infantil, la tuberculosis, el SIDA y la malaria. Asimismo, las campañas de vacunación han aumentado. Al mismo tiempo, en muchos países hay un renovado interés en los determinantes sociales de la salud, los recursos humanos en salud, la reforma al sistema de salud, las políticas de salud pública, etc.

Dado lo anterior, ¿cuál entonces es el valor agregado de este dominio para el nuevo paradigma del bienestar? En primer lugar, para apoyar la necesidad urgente de defender la salud de todos y dar atención a lo que se ha descuidado, como la desnutrición, aspecto que ensombrece el futuro de millones de niños. Se necesita un suficiente gasto público para el cuidado de las necesidades básicas de la salud o para la prestación de la atención primaria. Es necesario dar atención a las enfermedades infecciosas en los países en vías de desarrollo a través de intervenciones de salud pública, así como a la dieta, al ejercicio, a la planificación familiar y al cuidado de la salud reproductiva de las mujeres. Se requiere, además, investigar sobre las enfermedades que más afectan a las poblaciones pobres y marginadas. En resumen, las políticas deben abordar la salud de manera integral, incluyendo los determinantes sociales de la salud, la inequidad, la nutrición, la exclusión social y el conflicto.

### *Lo que ya se está haciendo*

Entre los casos de estudio para este dominio, se encuentran aspectos importantes, y poco investigados, tales como los cuidados paliativos. La Robert Wood Johnson Foundation's Promoting Excellent in End-of-Life Care (RWJ Foundation's) creó 22 proyectos, incluyendo centros para atender pacientes con cáncer, hogares de ancianos y clínicas de diálisis, entre los asentamientos de nativos americanos en Alaska, los centros de salud en barrios marginales y en las cárceles. Existen servicios viables económicamente, que pueden ser usados para ofrecer los cuidados paliativos y mejorar la calidad de atención. La clave está en la individualización del paciente y la valoración de la familia, incluyendo el discutir sobre la atención de los enfermos terminales. Después de haberse concluido los proyectos de la RWJ Foundation's, 20 continuaron activos o expandieron sus modelos.

El cuidado de los enfermos terminales es, en primer lugar, un deber moral y espiritual. Pero, además, es importante por otras razones. En los Estados Unidos, el 30 % de los gastos médicos se atribuyen al 5 % de los usuarios que mueren cada año, y cerca de un tercio de los gastos durante el último año de vida se gastan en el último mes. Por otro lado, los costos acarreados por intervenciones agresivas e innecesarias, pueden, parcialmente, evitarse proveyendo apoyo holístico al enfermo y a su familia.

Otro aspecto importante es el suicidio entre comunidades indígenas, las cuales presentan las más altas prevalencias entre los grupos culturales o étnicos. En Manitoba, Canadá, los mismos grupos indígenas desarrollaron una estrategia para prevenir el suicidio, dirigida a recuperar y restaurar su identidad, cultura, lenguaje, historia, relaciones y el espíritu de autonomía. Para ello se involucró a los ancianos para que ofrecieran sus conocimientos a un grupo de jóvenes, quienes, a su vez, los transmitieron a los jóvenes con deseos suicidas. El programa fue apoyado por otras personas interesadas, por líderes de la comunidad y por agencias gubernamentales. El resultado fue que no solo descendieron las tasas



de suicidio, sino que se fortaleció la colaboración intersectorial. Se demostró, además, la utilidad de involucrar a jóvenes en este tipo de proyectos. El programa ha sido replicado en otras provincias de Canadá.

Para destacar el carácter holístico de la salud, se podría hablar también del programa realizado en Australia por *The Heart Foundation*, en Victoria, el cual provee a los urbanistas planos para diseñar vecindarios que promuevan el uso de transporte público y que tengan espacios seguros para caminar, ciclorrutas, espacios abiertos para la recreación, etc.

### Sexto dominio: Nivel de vida



*“El dinero es más afilado que una espada”.*

*Proverbio africano*

*“Mejor es un plato de legumbres donde hay amor que un toro cebado y junto con él odio”.*

*Proverbio judío*

#### ***Definición de nivel de vida***

Este dominio tiene diferentes componentes:

- ☞ Trabajo decente y sustento, incluyendo el cuidado y las actividades familiares.
- ☞ Vivienda segura.
- ☞ Economía (dinero, inversiones, negocios, etc.).

#### ***El valor intrínseco del nivel de vida***

El trabajo es la forma como la persona aplica y usa sus talentos, desarrolla su potencial, crea, da, etc. El trabajo incluye la labor de criar hijos, el cuidado de otros, las actividades de las personas pensionadas, el trabajo de la casa, etc. Es fácil saber cuál es el valor intrínseco de la vivienda imaginando la ausencia de ella. Es un refugio que ofrece seguridad tanto a nosotros como a nuestros bienes. El valor del dinero quedará supeditado, en cierta medida, por el contexto. Su valor intrínseco puede darse por las relaciones cubiertas en el dominio de la vitalidad de la comunidad. Obviamente se reconoce la 'libertad' que ofrece el dinero para hacer cosas que, de no poseerlo, no podríamos hacer, incluyendo el poder ahorrar para el futuro.

#### ***El valor instrumental del nivel de vida***

Su valor para promover los otros dominios está asociado, en el caso de algunos trabajos, con proveer ingresos, aprender y desarrollar habilidades y con el bienestar físico y psicológico. Las políticas para mejorar el nivel de vida van desde las que impulsan el crecimiento del Producto Interno Bruto y la expansión del comercio nacional e internacional hasta las políticas para reducir la pobreza, promover la tecnología y la innovación, el acceso a los servicios para las familias pobres, etc. Aun así, la autosuficiencia, como pilar fundamental del nuevo paradigma económico propuesto en este dominio,



es un principio que no se respeta en el actual modelo económico, pues muchas políticas públicas y privadas buscan maximizar la riqueza y los beneficios sin tener en cuenta el costo que supone para los otros dominios del bienestar en futuros años.

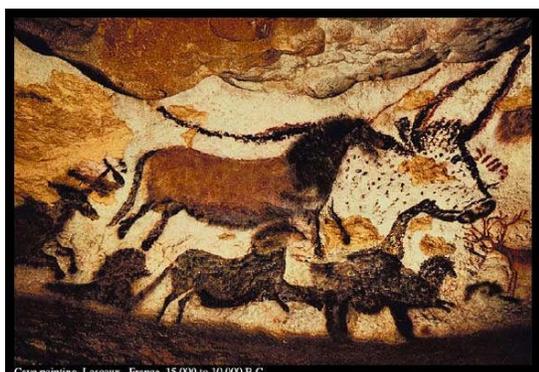
***Lo que ya se está haciendo***

En este dominio se proponen políticas deseables que, en el momento, no son muy concretas y aún no se han implementado:

- ☞ La creación de trabajos significativos donde no se margine ni menosprecie a la persona, un trabajo que no sea simplemente para la productividad y la remuneración, sino uno que active los talentos, los dones y la vocación del trabajador.
- ☞ La creación de un consenso ciudadano donde se reconozca que las metas elegidas de autonomía, cualesquiera que sean, deben promover la vida no reprimirla. La investigación sobre la experiencia de Tailandia en este respecto podría ser muy enriquecedora.
- ☞ El reconocimiento y la dignificación del trabajo no remunerado, por ejemplo, la crianza de los hijos y las labores domésticas en general.
- ☞ Transformar la vida del trabajador pobre, una meta a largo plazo, con el fin de no perpetuar su pobreza en el futuro. Esto no necesariamente implica grandes inversiones, sino la redistribución de las tierras, la formación profesional, el promover la cultura del ahorro, etc.
- ☞ La revaluación del dinero, implica reconocer su valor intrínseco (la libertad que ofrece para la seguridad, la diversidad, generosidad y autonomía económica) y permitir que este valor prevalezca sobre la concepción que se tiene de simplemente poseer cosas.

Aunque la codicia ha marcado la historia de la humanidad, se ha visto de manera empírica, culturas que han equilibrado este instinto humano con otros no negativos, y es a este aspecto a lo que apunta el nuevo paradigma propuesto para el bienestar.

**Séptimo dominio: Diversidad y resiliencia ecológica**



*“A donde vaya el árbol, el hombre irá poco después”.*  
*Thomas Sankara, expresidente de Burkina Faso*

*“Los árboles que crecen son el bosque del mañana”.*  
*Proverbio africano*

***Definición de diversidad ecológica***

El medioambiente, el ecosistema, se refiere al conjunto heterogéneo que abarca desde los animales, árboles, las aguas subterráneas hasta las condiciones atmosféricas, con todas sus interacciones y elementos, por pequeños que sean. Es inmenso y está fuera del control humano. Como resultado la diversidad medioambiental y la resiliencia entran en el nuevo paradigma económico de distintas formas desde los otros dominios.



### *El valor intrínseco de la diversidad ecológica*

Este dominio aporta mucho a la felicidad humana. La armonía con la naturaleza produce serenidad, asombro y gozo. La belleza de la naturaleza atrae a nuestros sentidos y provoca diferentes reacciones positivas, que incluso invitan a la reflexión. Todo esto trasciende continentes y edades. Por otro lado, la degradación ambiental disminuye directamente la prosperidad humana. El smog, la erosión, etc., producen malestar, incomodidad y remordimiento por la destrucción de nuestro sagrado espacio. Es evidente cómo este dominio puede contribuir a la felicidad humana o, por el contrario, enturbiarla.

### *El valor instrumental de la diversidad ecológica*

El ecosistema puede contribuir de incontables maneras a la felicidad y prosperidad humanas. Las cadenas de interdependencia de los seres vivos se extienden en todas las direcciones. La vida misma depende del medioambiente. La subsistencia de los campesinos también. A la inversa la degradación del ambiente amenaza al hombre de diferentes maneras y hasta pone en peligro su supervivencia (el cambio climático, la contaminación, la disminución de los recursos naturales, hambrunas que pueden desencadenar conflictos, etc.).

### *Lo que ya se está haciendo*

Las políticas delineadas en el documento "Rio+20. The World We Want" (2012), dan una legítima y vigorosa prioridad a la erradicación de la pobreza, a la promoción de la armonía con la naturaleza, al entendimiento de los pueblos indígenas, a la necesidad del transporte ecológico y a la planeación holística de las comunidades, incluyendo las áreas urbanas. Sin embargo, solo menciona de pasada la conservación de la herencia natural y, aunque menciona la educación en prácticas de sostenibilidad, no hace énfasis en la necesidad de cambiar la mentalidad subyacente de la humanidad hacia los bienes materiales para transformar la esperanza de ser millonarios algún día, por el anhelo de una verdadera felicidad y un real bienestar para todos.

Es necesario entonces apoyar políticas que promuevan la autosuficiencia y permitan a grupos de ciudadanos participar activamente en delinear fuerzas de trabajo que cambien la mentalidad antes mencionada, por ejemplo, que promuevan el mercado de la 'energía limpia'. También políticas para la preservación de los espacios naturales, y no solo por su valor práctico, sino por su belleza. Políticas que incluso protejan a los animales.

## **Octavo dominio: el uso del tiempo**



*"El tiempo perdido nunca se recupera".*

*Benjamin Franklyn*

*"La forma como utilizamos nuestros días es, evidentemente, la forma como utilizamos nuestra vida".*

*Annie Dilliard, The Writting Life*

### *Definición del uso del tiempo*

Los valores se reflejan en la forma como se gasta el dinero y el tiempo. El mal uso del tiempo se evidencia en aquellos cuyas vidas son controladas por trabajo, pago o no, y en quienes no duermen



lo suficiente. La mala calidad del tiempo se manifiesta cuando las personas están siempre corriendo y no pueden disfrutar de los momentos que comparten con otros. También se presenta en los trabajos monótonos, que no permiten la creatividad. Por otro lado, el uso ideal del tiempo se evidencia cuando la mayoría de las actividades son significativas, intencionales, valiosas y se pueden realizar a conciencia y eficientemente y se puede descansar. Por su puesto que el tiempo invertido en las actividades dependerá de los gustos, las necesidades y las circunstancias de cada persona.

Desde esta concepción, los menos favorecidos usan su tiempo ineficientemente, simplemente para buscar su subsistencia enfrentando el desempleo, las deudas y el alto costo de la vida, hasta que un día enferman. Para los que nos son pobres en sentido material, el buen balance del tiempo puede ser estorbado por las presiones socioculturales, los hábitos ineficientes de trabajo, el estrés o la postergación de las cosas o porque no se sientan realizados en su trabajo o con lo que hacen en el tiempo libre.

### *Lo que ya se está haciendo*

Dentro de las políticas que se han implementado están la delimitación de trabajar 48 horas semanales, propuesta por la Organización Internacional del Trabajo, y los salarios dignos. También están las políticas relacionadas con las horas extras, las incapacidades, los días festivos y las licencias. Además, están los intentos por limitar los excesos en los turnos de trabajo, la protección para los trabajadores informales y las personas retiradas. Y, por supuesto, las políticas asociadas a los demás dominios fortalecen el buen uso del tiempo, por ejemplo, un sistema de transporte público eficiente, redes sociales seguras, vivienda adecuada, adecuados servicios de salud para los niños, los ancianos, las personas con discapacidades y apoyo para sus cuidadores.

### *Lo que se propone...*

- ☞ Máximo rendimiento y manejo del tiempo.
- ☞ Disponer de espacios en el sitio de trabajo para hacer ejercicio, meditar, hacer una siesta.
- ☞ Aprender haciendo (en el trabajo).
- ☞ Calidad de tiempo con la familia.
- ☞ Licencia de paternidad (permitir que el padre comparta con su hijo recién nacido o recién adoptado).
- ☞ Mejorar el contenido significativo de la televisión, de la radio, los videojuegos y las redes sociales.

Con relación al manejo del tiempo y el máximo rendimiento, se propone que todos los adultos deberían tener la oportunidad de aprender a usar bien su tiempo de acuerdo a sus valores y prioridades. Esto incluye el entender las implicaciones de postergar las tareas que se tengan, la adicción al trabajo y saber establecer sus prioridades. Lo anterior se podría enseñar a los niños mediante actividades propuestas en los colegios; para los adultos a través de educación continuada ofrecida por diferentes organizaciones y, cursos cortos para la población que rara vez tiene acceso a estas capacitaciones (y que, por lo general, pasan su tiempo libre viendo televisión), como las amas de casa, quienes trabajan en fábricas, en obras de construcción, pensionados, etc.



### Noveno dominio: bienestar psicológico



*“Permite que el primer acto de la mañana sea tomar la siguiente determinación para el día:*

- *No voy a temer a nadie en la Tierra.*
- *Temeré sólo a Dios.*
- *No tendré mala voluntad hacia nadie.*
- *No me someteré a la injusticia de nadie.*
- *Venceré a la mentira con la verdad.*

*Y en la resistencia contra la mentira, aguantaré con sufrimiento”.*

*Mahatma Gandhi*

#### **Definición de bienestar psicológico**

Se refiere al fortalecimiento de la conciencia. Al desarrollo de una genuina intención de tratar a los demás con compasión. A no juzgar las emociones y a sanar las que obsesionan o que hieren. Pero, también, a la habilidad de reconocer las deficiencias y los problemas y, a pesar de ello, no dejar que ello arruine la vida, sino lograr coexistir con esas circunstancias con una sensación de paz. Este dominio permite a las personas desarrollarse desde su interior. Es una habilidad que se puede aprender, un tipo de independencia y estabilidad, y no meramente el resultado de causas externas.

En el Índice de la Felicidad Nacional, el bienestar psicológico tiene tres componentes:

- ☞ *La espiritualidad:* la meditación y la reflexión sobre las consecuencias de los actos propios.
- ☞ *El balance emocional:* el resultado de la inteligencia emocional y de cultivar emociones positivas tales como la generosidad, la empatía y la compasión.
- ☞ *La evaluación de la satisfacción* obtenida en los demás dominios.

#### **El valor intrínseco del bienestar psicológico**

Las personas que han desarrollado su inteligencia emocional son capaces de entender sus propias emociones y transformarlas de manera positiva y entender mejor las de otros, lo cual es muy útil en todo tipo de relaciones. La práctica de la espiritualidad proporciona una estabilidad y calma que ni la opulencia ni la escasez pueden destruir.

#### **El valor instrumental del bienestar psicológico**

Su valor instrumental es inmenso pues se asocia con una mejor salud, un sistema inmunológico fuerte, con relaciones estables y satisfactorias, mejor desempeño y progreso en el trabajo, y mucho más. Al respecto, se han realizado bastantes investigaciones<sup>\*\*\*</sup>.

\*\*\* Cummins RA. Objective and Subjective Quality of life: An Interactive Model. Social Indicators Research 52. 2000; 1: 55-72.  
 Diener E, Lucas R, Schimmack U, Helliwell J. Well-being for public policy. 2009; New York: Oxford University Press.  
 Helliwell JF, Wang S. The State of World Happiness’, in Jhon F. Helliwell, Richard Layard, and Jeffrey Sach. World Happiness Report. 2012; 10-57.  
 Layard R. 2005. Happiness: Lessons from a new science. London Penguin.  
 Kahnemann D. 2011. Thinking Fast and Slow. Penguin.  
 Ricard M. 1999. Happiness: A Guide to Developing Life’s Most Important Skill. Atlantic Books.  
 Seligman M. 2011. Flourish: A New Understanding of Happiness and Well-Being- and How to Achieve Them. Nicholas Brealey Publishing.

### *Lo que ya se está haciendo*

Hoy se ofrecen infinidad de cursos y entrenamiento para lograr el bienestar psicológico, desde las diferentes prácticas religiosas hasta cursos para desarrollar la inteligencia emocional. También se encuentran libros, audios, páginas web, grupos de apoyo, aplicaciones para los aparatos móviles que incluyen consejos y recordatorios diarios, etc.

Como casos de estudio de este dominio se encuentra el programa *Roots of Empathy*, creado en 1996 y avalado científicamente, el cual se ideó para enseñar empatía y compasión en las escuelas elementales. Un padre, junto con su bebé, visita nueve veces al año el aula de clase y se hacen discusiones sobre el desarrollo infantil y el entendimiento emocional. El propósito es que los estudiantes aprendan a entender la perspectiva del bebé y sus sentimientos para luego aplicar ese conocimiento fuera del aula. Este programa se ha implementado en Canadá, Nueva Zelanda, Isla de Man, Irlanda del Norte, República de Irlanda y en Escocia. Las investigaciones demuestran que los niños que participan en el programa son más bondadosos, más cooperativos, menos agresivos y con menos probabilidad de ser acosadores, que aquellos que no son incluidos en el programa. Se demostró que estos efectos perduran hasta al menos tres años después.

En la India y en otros lugares, se han implementado programas de meditación en las cárceles con el fin de educar la conciencia y reducir la violencia y la reincidencia. Asimismo, El Oxford Mindfulness Center, perteneciente al Departamento de Psiquiatría de la Universidad de Oxford, aplica técnicas de concienciación para ayudar a los pacientes con depresión crónica a anticipar, minimizar y aliviar los episodios recurrentes de la enfermedad.

### Cierre

Con esta consideración termina este primer borrador del documento realizado por la comisión IEWG.

*“Esperanza no es la convicción de que algo resulte bien, sino la certeza de que tiene sentido, sin importar cómo termine”.*

*Vaclav Havel, dramaturgo y expresidente de la República Checa*



<http://espejosconcavosdotnet.files.wordpress.com/2013/02/vivir-en-la-utopia.jpg?w=700>

-----