

Título:

Índice de Felicidad (Basado en el Índice de Felicidad de Bután)

Descripción:

Acorde con la idea de que la felicidad tiene una importancia no menor que los aspectos económicos —los cuales deberán ceñirse a criterios de sostenibilidad— para el desarrollo humano, se propone una dinámica visual, a través de la selección múltiple con respuesta única de imágenes aleatorias, donde se compararán dos situaciones:

1. Cómo se percibe actualmente la persona.
2. Cómo se quisiera ver en el futuro esa persona.

Así, se puede capturar, de forma sencilla y didáctica, la percepción e imaginación, entre tanto se valoran las respuestas, las cuales servirán para elaborar las imágenes de futuro.

Esta actividad toma los nueve dominios del Índice de Felicidad de Bután —(1) Bienestar psicológico, (2) Salud, (3) Educación, (4) Uso del tiempo, (5) Diversidad cultural y resiliencia, (6) Buen gobierno, (7) Vitalidad comunitaria, (8) Diversidad ecológica y resiliencia y (9) Estándares de vida— y los transforma en preguntas simples, por ejemplo:

- ¿Cómo percibe su *bienestar psicológico*?
- ¿Cómo quisiera que fuera en un futuro su *bienestar psicológico*?

Forma de ejecutar:

Las preguntas se responderán mediante la selección de una de las cuatro imágenes¹, ordenadas aleatoriamente. Cada imagen, descrita con una breve frase entre paréntesis², ilustrará adaptativamente los 33 indicadores del Índice de Felicidad de Bután 2011, **Propósito, alcances y resultados:** con lo que se espera conseguir, desde un enfoque holístico, una medición multidimensional, donde se determinará el grado de felicidad actual, para luego producir imágenes que la aumenten o la hagan suficiente en caso de haber carencia. Por ejemplo:

Para *bienestar psicológico* visualizar aleatoriamente:

- a. Emociones negativas (una persona con emociones negativas en el trabajo/familia)
- b. Espiritualidad (una persona con plenitud espiritual)
- c. Satisfacción de vida (una persona agotada en el trabajo/familia)
- d. Emociones positivas (una persona con emociones positivas en el trabajo/familia)

Estas preguntas, pensadas para los trabajadores y su familias, se pueden hacer con el sentido *del otro*, para obtener un contraste perceptivo, es decir, preguntar a cada miembro de la familia cómo perciben (en la actualidad) y se imaginan (en el futuro) el *bienestar psicológico* del trabajador; y viceversa, preguntar al trabajador cómo percibe y se imagina el *bienestar psicológico* del cónyuge, hijo(s) e hija(s), si los hubiera.

Desarrollo:

1. ¿Cómo percibe su *bienestar psicológico*? / ¿Cómo quisiera que fuera en un futuro su *bienestar psicológico*?
 - a. Emociones negativas (una persona con emociones negativas en el trabajo/familia)
 - b. Espiritualidad (una persona con plenitud espiritual)
 - c. Satisfacción de vida (una persona agotada en el trabajo/familia)
 - d. Emociones positivas (una persona con emociones positivas en el trabajo/familia)

¹ Excepto para el dominio *Uso del tiempo*, que cuenta con dos opciones, y para el dominio *Estándares de vida*, que cuenta con tres opciones. De preferirse siempre cuatro opciones para cada pregunta, se podría duplicar cada opción de *Uso del tiempo* y repetir una de las tres opciones de *Estándares de vida*. Las imágenes para ilustrar las opciones repetidas tienen que ser diferentes.

² La frase puede describir un sentido positivo o negativo del indicador.

2. ¿Cómo percibe su *salud*? / ¿Cómo quisiera que fuera en un futuro su *salud*?
 - a. Salud mental (una persona con desórdenes mentales)
 - b. Días saludables (una persona con aparente cordura)
 - c. Discapacidad (una persona con discapacidad aparente)
 - d. Estado de salud auto-informada (una persona con diagnóstico médico —informada de su estado—)
3. ¿Cómo percibe su *educación*? / ¿Cómo quisiera que fuera en un futuro su *educación*?
 - a. Analfabetismo (una persona analfabeta)
 - b. Enseñanza (una persona cursando estudios)
 - c. Conocimiento (una persona graduada de estudios superiores)
 - d. Valores (una persona líder)
4. ¿Cómo percibe su *uso del tiempo libre*? / ¿Cómo quisiera que fuera en un futuro su *uso del tiempo*?
 - a. Sueño (una persona con problemas de sueño)
 - b. Sueño (una persona con sueño pleno)
 - c. Trabajo (una persona agotada en el trabajo/familia)
 - d. Trabajo (una persona descansada en el trabajo/familia)
5. ¿Cómo percibe su *diversidad cultura y resiliencia*? / ¿Cómo quisiera que fuera en un futuro su *diversidad cultura y resiliencia*?
 - a. Participación cultural (una persona participando de una actividad cultural)
 - b. Habilidades artísticas (una persona elaborando un trabajo personal —afición—)
 - c. Hablar un idioma nativo (una persona exponiendo su propuesta artística)
 - d. *Driglam Namzha* (una persona viendo un partido de fútbol)
6. ¿Cómo percibe su *buen gobierno*? / ¿Cómo quisiera que fuera en un futuro su *buen gobierno*?
 - a. Desempeño del gobierno (un líder sindical)
 - b. Servicios (una persona quejándose sola)
 - c. Participación política (una persona elaborando propuestas)
 - d. Derechos fundamentales (una persona concertando una charla de pasillo)
7. ¿Cómo percibe su *vitalidad comunitaria*? / ¿Cómo quisiera que fuera en un futuro su *vitalidad comunitaria*?
 - a. Familia (una persona compartiendo en familia)
 - b. Seguridad (una persona asilada de la celebración familiar)
 - c. Donaciones —tiempo y dinero— (una persona relacionándose vía *online* con su familia)
 - d. Relaciones con la comunidad (una red comunal)
8. ¿Cómo percibe su *diversidad ecológica y resiliencia*? / ¿Cómo quisiera que fuera en un futuro su *diversidad ecológica y resiliencia*?
 - a. Problemas ecológicos (un territorio degradado)
 - b. Responsabilidad hacia el medio ambiente (un territorio sostenible, con sus componentes naturales en buen estado)
 - c. Problemas de urbanización (una persona activista en temas medioambientales)
 - d. Daño de la vida silvestre —rural— (una persona protectora o educadora de temas medioambientales)
9. ¿Cómo percibe sus *estándares de vida*? / ¿Cómo quisiera que fuera en un futuro sus *estándares de vida*?
 - a. Bienes (una persona con muchos bienes materiales)
 - b. Vivienda (una persona con bienes materiales estándares a una sociedad)
 - c. Ingreso per cápita (una persona con bienes materiales precarios)

- d. Bienes (una persona con altos niveles de felicidad sobre los bienes materiales)

Glosario:

1. Bienestar psicológico: es un estado intrínsecamente valioso y deseable de los elementos afectivos en términos positivos como la felicidad o la satisfacción de las necesidades.
2. Salud: es la ciencia de la prevención y curación.
3. Educación: es la obtención profunda de conocimientos con los cuales se pueda discernir y construir.
4. Cultura: son las dimensiones que definen los rasgos de identidad personal y territorial.
5. Uso del tiempo: es el equilibrio entre el tiempo remunerado, no remunerado y ocio, así como la flexibilidad que las teje a ellas.
6. Buen gobierno: es la confianza que se tiene en las instituciones gubernamentales.
7. Vitalidad de la comunidad: son las relaciones de cooperación y la actividad de las redes sociales dentro de la comunidad.
8. Diversidad ecológica y resiliencia: es el desempeño de los factores ambientales junto con el desarrollo de las personas.
9. Driqlam Namzha: es el comportamiento oficial y el código de vestimenta de Bután. Para este caso se entiende como orden, disciplina, costumbre, reglas, régimen.