



LA FELICIDAD NACIONAL BRUTA-LA ECONOMÍA DE LA FELICIDAD

Cristina Castilla y Silvia Berdullas

Desde hace años, la **Psicología Positiva**, pretende fomentar el bienestar y la felicidad no sólo de forma individual, sino también desde un punto de vista más global, introduciendo cambios en las políticas económicas.

Jeffrey D. Sachs, profesor de economía, director del Earth Institute en la Universidad de Columbia y asesor especial del secretario general de Naciones Unidas sobre los Objetivos de Desarrollo del Milenio, publicó el 4 de septiembre un artículo en www.elpais.com sobre la economía de la felicidad.

Como bien es sabido, a pesar de que vivimos en una época de riqueza y comodidades sin precedentes en la historia, los niveles de malestar y pesimismo se han disparado en la mayoría de los países. Muchos son los ciudadanos conscientes de que “no vamos por el camino adecuado”, con la constante búsqueda de mayores ingresos. El progreso económico es importante y puede mejorar la calidad de vida, pero sólo si es un objetivo que se persigue junto con otros.

Como relata Sachs, hace ya 40 años que el reino de Bután, en el Himalaya, lidera el camino en la búsqueda de la felicidad. Su cuarto rey propuso que el país trabajase para mejorar la “**Felicidad nacional bruta**” (FNB), en vez del tan deseado “producto interior bruto” (PIB). Desde entonces Bután ha seguido una estrategia diferente para su desarrollo, que hace hincapié no sólo en el crecimiento económico, sino también en la cultura, la salud mental, la compasión y la comunidad.

Hace unas semanas, se reunieron Jeffrey D. Sachs y el primer ministro de Bu-



tán junto con decenas de expertos en la materia, instados por la Asamblea General de Naciones Unidas, con el fin de examinar de qué manera las políticas nacionales pueden promover la felicidad en sus sociedades.

El punto de partida de la reunión fue la opinión unánime sobre la importancia de buscar la **felicidad** en lugar de la riqueza. La cuestión fue: ¿de qué manera puede cambiar nuestra vida económica para volver a crear una sensación de comunidad, confianza y sostenibilidad ambiental?

Las **principales conclusiones** que se extrajeron de esta reunión, fueron:

- 1) El progreso económico es fundamental para la felicidad: para poder ser feliz hay que tener cubiertas las necesidades básicas como la comida, agua potable, atención médica, educación...
- 2) La simple búsqueda del PIB, sin tener en cuenta otros objetivos, no conduce a la felicidad, sino que lleva a grandes desigualdades en riqueza y poder.
- 3) La felicidad se logra a través de una estrategia equilibrada frente a la vida. Como individuos, una vez cubiertas nuestras necesidades elementales, sólo

seremos felices si la búsqueda de mayores ingresos no reemplaza nuestra dedicación a la familia, los amigos, la comunidad, la compasión y el equilibrio interno. Como sociedad, una cosa es organizar las políticas económicas para que los niveles de vida aumenten y otra es olvidar los valores de la sociedad (justicia, confianza, salud física y mental, sostenibilidad ambiental...) para conseguir mayores ganancias.

Debido a que el capitalismo global plantea amenazas directas a la felicidad, proponen algunas actitudes que se deberían modificar para fomentar la felicidad: la destrucción del medio ambiente natural; la debilitación de la confianza social y la estabilidad mental; el uso, por parte de la industria de comida rápida, de ingredientes adictivos para crear una dependencia poco saludable a alimentos que contribuyen a la obesidad; o la publicidad que fomenta muchas otras adicciones de consumo que implican grandes costes para la salud pública (tiempo excesivo frente al televisor, apuestas, consumo de drogas, tabaquismo y alcoholismo).

Para promover la felicidad, debemos identificar los muchos factores más allá del PIB que pueden aumentar o reducir el bienestar de la sociedad. La mayoría de los países invierten para medir el PIB, pero gastan muy poco para identificar las causas de la mala salud.

Para acceder al artículo completo, puedes consultar este siguiente enlace:

http://www.elpais.com/articulo/primer/plano/economia/felicidad/elpepueconeg/20110904elpneglse_4/Tes

V CONGRESO INTERNACIONAL Y X NACIONAL DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

Santander, del 26 al 28 de Abril de 2012

Palacio de la Magdalena



Asociación
Española
de Psicología
Conductual



PARA MÁS INFORMACIÓN: <http://www.ispcs.es/xcongreso>

CONFERENCIAS

Obesidad Infantil / Childhood Obesity

Dra. Suzanne Bennett Johnson. *President of the American Psychological Association (APA), Washington, USA.*

Trastornos de ansiedad: teoría de los Cuatro Factores y terapia cognitiva / Anxiety disorders: Four-factor theory and cognitive therapy. **Dr. Michael Eysenck.** *Emeritus Professor of Psychology Royal Holloway, University of London, UK.*

Situación de la actual clasificación de los trastornos mentales y del comportamiento en el futuro ICD 11

Dr. Geoffrey M. Reed. *Senior Project Officer Revision of ICD-10 Mental and Behavioural Disorders, World Health Organization (OMS), Ginebra, Suiza.*

Situación de la actual clasificación de los trastornos mentales y del comportamiento en el futuro DSM-V

Dr. Jordi Obiols Llandrich. *Catedrático de Psicopatología, Universidad Autónoma de Barcelona, España.*

Factores psicosociales en pacientes con cáncer e implicaciones para el equipo médico

Dr. Wayne A. Bardwell. *President of American Psychosocial Oncology Society, California, USA.*

Presente y futuro de la Psicología Clínica y de la Salud en el ámbito profesional

Dr. Francisco Santolaya Ochando. *Presidente del Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos de España.*

APLICACIONES

- * Diseños y selección de tratamientos psicológicos: eficacia, efectividad y eficiencia
- * Perspectivas actuales y retos futuros de la Evaluación en Psicología Clínica
- * Terapias de tercera generación: logros y retos
- * Cultura: el aspecto olvidado en los tratamientos y programas de intervención psicológica
- * Sobre la eficacia de los procedimientos de internet y telepsicología en el tratamiento psicológico
- * Limitaciones en la generalización de la evaluación e intervención clínicas al contexto jurídico-forense
- * Evaluación e intervención en procesos de separación
- * Relaciones íntimas hoy: entre el amor y la violencia
- * Complejidad de la conducta agresiva: implicación para la intervención
- * Implementación del Título de Psicólogo General Sanitario
- * Avances en la identificación de denuncias falsas de abuso sexual infantil, una aproximación práctica desde la experiencia psicológico-forense

Y ADEMÁS
Casos clínicos
Sesiones Clínicas
Comunicaciones
Simposios
Mesas de Expertos
Talleres Prácticos

Precio Especial Colegiados
Hasta el 31 de Enero: 150€
Después del 31 de Enero: 190€

Presentación de trabajos:
hasta el 10 de Febrero 2012

Colaboran, entre otras:



- Sociedad Mexicana de Psicología (SMP)
- Sociedad Interamericana de Psicología (SIP)
- British Association for Behavioural & Cognitive Psychotherapies (BABCP)
- Federação Brasileira de Terapias Cognitivas (FBTC)
- Asociación Colombiana para el Avance de las Ciencias del Comportamiento (ABA COLOMBIA)
- Irish Association of Behavioural and Cognitive Psychotherapy (IABCP)
- Asociación Panameña de Psicólogos (APP)
- Swedish Association of Behaviour Therapy (BTF)
- Sociedad Española de Psicología Jurídica y Forense (SEPJF)

- Croation Association for Behavioural and Cognitive Therapies (CABCT)
- Sociedade Portuguesa de Psicologia (SPP)
- Polish Association of Behavioural and Cognitive Therapies (PTTPB)
- Asociación Argentina de Terapia Cognitiva (AATC)
- Associação Portuguesa de Psicologia (APP)
- Sociedad Chilena de Psicología Clínica (SCPC)
- Sociedad de Psicología del Uruguay (SPU)
- Associação Portuguesa de Terapias Comportamentais e Cognitivas (APTCC)
- Asociación Latinoamericana de Psicología de la Salud, Capítulo Colombia (ALAPSA, Colombia)
- Red de Salud y Bienestar Físico y Psicológico
- Instituto Superior de Psicología Clínica y de la Salud (ISPCS)