

Título Felicidad: Familia, amigos y viajes son los pilares de los porteños

Tipo de Producto Divulgación

Autores La Nación

Código del Proyecto y Título del Proyecto

A17S31 - Perspectivas sobre la felicidad desde un enfoque multidisciplinario

Responsable del Proyecto

Sinópoli, Daniel

Línea

Área Temática

Líneas Transversales

Fecha

Noviembre 2017

INSOD

Instituto de Ciencias Sociales y Disciplinas
Proyectuales

UADE 

Felicidad: Familia, amigos y viajes son los pilares de los porteños

<https://www.lanacion.com.ar/2078885-felicidad-familia-amigos-y-viajes-son-los-pilares-de-los-portenos>

03/11/2017 - La Nación.com.ar

El dato surge de un relevamiento de la UADE; la pareja y el sexo no ocupan los primeros puestos en la lista de motivaciones

Facebook puede dar algunas pistas. Bajo el hashtag #PuraFelicidad, Nina Conde escribe que eso siente cuando disfrutar del tiempo de vacaciones con su hijo. También Camila Echevarría cuando comparte fotos de sus viajes en las redes. En cambio, Sergio Ramos está #PlenamenteFeliz de cumplir años rodeado de su familia.

¿Qué nos hace realmente felices? La respuesta parecería radicar en tres cuestiones: la familia, los amigos y los viajes. Al menos las tres conforman el podio de la felicidad según una investigación cualitativa y multidisciplinar, liderada por la psicóloga Diana Trajtenberg, investigadora del Instituto de Ciencias Sociales de la Fundación UADE. El estudio fue hecho en base a más de 800 entrevistas personales y online a personas de entre 18 y 75 años en la ciudad.

El lugar que ocupa la pareja en el ranking llamó la atención. Con excepción del grupo etario que conforman los entrevistados mayores de 60 años, en el que ocupa el mismo lugar que los amigos y la música, en el resto del universo no figura entre los primeros puestos. Especialmente, entre los

jóvenes de 18 a 25, para los que salir a comer, el ocio y los proyectos personales reportan más felicidad que mantener una relación de pareja.

Lo mismo sucede con los que atraviesan la década de los 40, precisamente la etapa en la que se registran la mayor cantidad de divorcios según las últimas estadísticas de la Dirección General de Estadística y Censos de la Ciudad. En este grupo, situaciones como la de estar al aire libre, escuchar música y tener buena salud elevan la sensación de bienestar.

"Si bien se trata de un concepto subjetivo y difícil de definir, cuando hablamos de felicidad nos vemos envueltos en una serie de representaciones sociales que, en cada momento y para cada cultura, determinan qué objetos de deseo son valiosos y considerados dignos de ser perseguidos", dice Trajtenberg.

Los paradigmas cambiaron, y si bien en todos los grupos analizados está la pareja como una instancia de felicidad, durante las entrevistas surgió un factor común en las respuestas de la mayoría de los entrevistados, sobre todo en gente de mediana edad, que hablaba en términos de relaciones positivas, de tener una pareja sana -cuenta la especialista-. ¿Qué sería una pareja sana? Las respuestas giraban dentro de un mismo círculo. Y se repetían algunas cuestiones vinculadas al excesivo control, los celos y el condicionamiento de la pareja en relación al desarrollo de los objetivos personales".

Para el psicólogo Sebastián Girona, especialista en vínculos y autor de ¡No te aguanto más! Claves para desarticular los conflictos de pareja, los

amigos son un vínculo muy diferente al de la pareja. "Sin dejar de tener en cuenta el contexto cultural, en el que la amistad es uno de los valores más importantes para los argentinos, en una época en la que el compromiso en una relación se muestra como algo difícil de sostener, la amistad parece ser una apuesta donde hay más posibilidades de ganancia". Y toda sensación de ganancia, aunque no se dé en términos monetarios -dicen los especialistas- reporta felicidad.

Girona, por otra parte, también observa que según aumenta la edad de las personas se valoran cuestiones diferentes. "De los 18 a los 25 años, el disfrute y la posibilidad de vivir experiencias nuevas se ubican por sobre las responsabilidades. De los 26 a los 35 crecen las responsabilidades y el disfrute se encuentra más relacionado a los logros personales y a la construcción de una relación. Mientras que en la otra punta, de los 60 años en adelante, el valor está puesto en el disfrute y la compañía de los afectos y, por supuesto, en la salud", señala. Por eso no es casual la publicación en Facebook de Concepción Arano, que este año celebró sus 80 en compañía de sus hijos, sus nietos y sus tres hermanas. "No hay felicidad comparable a la de salir con buenas noticias del hospital después de un chequeo de control", escribió.

Tabú

A la neuropsicóloga Cynthia Zaiatz, jefa del Servicio de Psicología del Sanatorio Modelo de Caseros, le sorprenden algunos resultados, como la baja valoración de algunas categorías entre los resultados de la muestra, entre las que menciona el dinero y, sobre todo, el sexo. "Se liberan endorfinas, hay un estado de euforia y también ayuda a regular los niveles

de estrés -menciona la especialista-. Entre los millennials quizá no llame tanto la atención, ya que hay varios estudios que se centraron en este tema y que intentan develar por qué esta generación tiene menos actividad sexual que las anteriores. Algunos lo relacionan con los cambios rápidos y efímeros, el tiempo que pasan conectados online que los aísla de una interacción física con el otro, y la falta de tiempo para procesar las relaciones y poder vincularse. Pero el sexo tampoco aparece con fuerza en ninguno de los otros grupos analizados".

Sobre este punto, Trajtenberg arriesga otro argumento: "Aunque cueste creerlo, el sexo sigue siendo tabú. Algunos se inhiben a la hora de responder sobre el tema, y los de edad intermedia incluyen el sexo dentro de la [categoría] pareja".

Las mascotas, en todos los grupos analizados, son responsables de buena parte de la felicidad que sienten los porteños. El último censo de animales domésticos reveló que en la Capital viven 430.000 perros y 250.000 gatos. Es decir, una de cada dos familias tiene una mascota. "Para quienes viven solos significan una gran compañía", apunta Trajtenberg. Y a diferencia de una pareja, opina Zaiatz, "no ofrecen conflictos ni discusiones y no difieren de nuestras opiniones. Casi como los hijos, significan un amor incondicional y para toda la vida".

Por: [Soledad Vallejos](#)