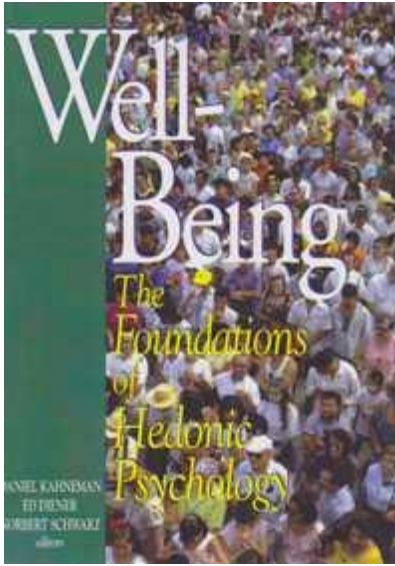


Economía Moral

Investigaciones recientes avanzan en la comprensión del bienestar humano/ XVI
Kahneman *et al.* y los fundamentos de una nueva disciplina: la psicología
hedónica

JULIO BOLTVINIK



Portada del libro editado por Kahneman y analizado en el texto

Doce años antes de publicar *Pensar rápido, pensar despacio*, libro que analicé en la entrega del 24/2/17, Daniel Kahneman (DK), junto con Ed Diener y Norbert Schwartz, publicaron (como editores) *Well-Being. The Foundations of Hedonic Psychology* (*Bien-estar. Los fundamentos de la psicología hedónica*, 2011, 593 pp.; no sé si hay edición en español), obra colectiva cuyo ambicioso propósito, dicen los editores en el prefacio, es anunciar la existencia de un nuevo campo:

“de estudio: la *psicología hedónica*, que es el estudio de lo que hace que las experiencias y la vida sean o no placenteras. Se ocupa de sentimientos de placer y dolor, de interés y aburrimiento, de alegría y tristeza, y de satisfacción e insatisfacción. También es su materia la totalidad de circunstancias, desde las biológicas a las sociales, que ocasionan sufrimiento y gozo. (...) la psicología hedónica del futuro, como la imaginamos, analizará el rango completo de la experiencia evaluativa, desde el placer sensorial al éxtasis creativo, de la ansiedad fugaz a la depresión duradera, de la miseria a la alegría, así como los determinantes de estas experiencias, de lo genético a lo social, y de lo bioquímico a lo cultural” (p.ix).

Los editores han tratado de anticipar desarrollos futuros al presentar algunos nuevos enfoques y al enfatizar distinciones con frecuencia desdibujadas. Uno de los nuevos enfoques que destacan es el de “reunir las mediciones de experiencias hedónicas a lo largo del tiempo, en lugar de depender sólo de evaluaciones globales retrospectivas, basadas en la memoria de experiencias pasadas. Aunque el estudio de mediciones *en línea* de la experiencia y de

mediciones fisiológicas *en tiempo real* están en la infancia cuando este libro va a la prensa, creemos que habrá un uso creciente de dichos índices en el futuro, y que éstos definirán eventualmente los estándares de precisión en la medición de los placeres y dolores de la vida individual y de una medición más objetiva del bien-estar total” (p. x). Distinguen cinco niveles en los cuales la pregunta sobre qué hace que una vida sea buena puede y debe abordarse: 1) Cualquier evaluación de la calidad de la vida está incrustada en el contexto social y cultural. Visiones alternativas de lo que constituye la buena vida, dicen, debe ser parte del análisis. Otros valores, distintos al balance entre placer y dolor, y las condiciones objetivas de la sociedad, contribuyen a tal evaluación. 2) La medición misma del bien-estar subjetivo (BES), que involucra un componente de juicio y comparación con ideales, aspiraciones, condiciones de otras personas y el propio pasado personal. En este nivel introducen su visión de la medición, en línea y no sólo retrospectiva, del BES. 3) Estado de ánimo, o humor, que se caracterizan por su persistencia y por su escasa conexión con eventos particulares. Hay grandes diferencias individuales en el humor característico de las personas, al cual se debe asignar un peso sustancial al valorar su BES. 4) Estados afectivos transitorios, placeres y dolores. Más allá de la experiencia del momento hay una codificación cognitiva del presente y una codificación retrospectiva de afectos pasados. Hay también cambios fisiológicos y químicos transitorios y adaptaciones permanentes. 5) Sistemas neurales y bioquímica de hormonas y neurotransmisores que regulan el sistema motivacional al cual las respuestas afectivas están asociadas. Una de las lecciones importantes de los años recientes, añaden los editores, es que los niveles de análisis fisiológicos y bioquímicos se caracterizan por la prevalencia de sistemas opuestos y por bucles de retroalimentación complejos, con efectos que a veces parecen paradójicos (como la euforia del corredor muy fatigado). Es probable que sea en este nivel donde se encontrarán las claves para entender las adicciones, la anhedonia (incapacidad de sentir placer), y la depresión.

Los editores también abordan las relaciones entre los niveles. Señalan que el entendimiento de los niveles más generales o superiores (uno y dos) requieren una consideración detallada de los inferiores, pero añaden que hay también influencias importantes que viajan de arriba abajo: Entre las más dramáticas están la supresión casi completa del dolor en algunos heridos en guerra y en algunos estados exaltados, y los bien documentados efectos de los estados mentales en las respuestas fisiológicas (p. xi). Los editores esperan que la publicación en el mismo volumen de análisis referidos a los cinco niveles, contribuya a la comprensión de dudas que surgen a varios niveles. Una de ellas es la relación entre afecto positivo y afecto negativo: ¿es ésta una dimensión bipolar única, donde los factores que producen un tipo de afecto pueden cancelar los efectos de los factores que actúan en sentido opuesto? ¿o debemos entender los afectos positivos y negativos como atributos separados de la experiencia? En el nivel bioquímico, el placer y el dolor parecen mediados por diferentes neurotransmisores. Otra cuestión general se refiere a la adaptación, término que se ha aplicado a veces a bucles de retroalimentación negativa en el medio intracelular, y también ha sido usado para explicar por qué el nivel medio de satisfacción con el ingreso casi no ha cambiado en un periodo de 15 años en el cual el ingreso medio casi se duplicó. ¿Existen rasgos comunes de los procesos de adaptación en diferentes niveles? Cortando horizontalmente la organización del análisis por niveles, está la organización por causas y contextos. Es útil, señalan, conocer las circunstancias bajo las cuales es más probable que las personas experimenten BES o miseria. Por ejemplo, ¿cómo explicar el

hallazgo de que las personas viven los momentos más felices cuando están con amigos, mientras que las relaciones familiares más íntimas suelen estar cargadas de ambivalencia?

Concluyen el prefacio del libro al tratar la importancia de la psicología hedónica para las políticas públicas, pero empiezan reconociendo que el entendimiento científico en este campo es hoy (1999) lamentablemente inadecuado para proveer un fundamento sólido para políticas nacionales. Pero expresan sus esperanzas que en los próximos decenios habrá más éxito en el entendimiento de lo hedónico, y que emergerán principios que puedan ser usados por los hacedores de políticas. En particular, tienen esperanzas en el desarrollo de indicadores hedónicos válidos que reflejarán qué tan agradable es la vida cotidiana. Al presente:

“...los indicadores económicos dominan los círculos de política. Sin embargo, el enfoque económico está limitado de varios modos: 1) Se centra en los aspectos de la vida que pueden ser comerciados en el mercado. Así,... el amor, el desafío mental, y el estrés, se consideran poco. A medida que la gente llega a lo que Ingelhard ha llamado un nivel pos-materialista en el cual las necesidades físicas están satisfechas, se ocupa crecientemente de la satisfacción en reinos menos materialistas...3) La económica valora variables que son sólo indicadores indirectos de la satisfacción subjetiva. Lo que no se sabe es si la gente se está volviendo más o menos feliz, y en qué situaciones la gente experimenta los placeres más duraderos. A este fin, proponemos que las naciones monitoreen placer y dolor mediante registros en línea de las experiencias entre muestras de personas, para complementar los indicadores sociales existentes... Afortunadamente, ha habido ya avances mayores en la psicología hedónica...” (pp.xi-xii)

julioboltvinik.org

julio.boltvinik@gmail.com