



PLAN DE LA LECCIÓN

La naturaleza de la felicidad



FILME DE LA LECCIÓN

Mr. Happy Man

POR MATT MORRIS



La naturaleza de la felicidad

Idea principal

La búsqueda de la felicidad puede parecer ardua, requiriendo esfuerzos y tiempo para alcanzar las propias metas. Sin embargo, algunas veces, la felicidad puedes ser simple, experimentando momentos de amor y atención.

Marco teórico

La mayoría de las personas ponen mucho esfuerzo y atención en lograr la felicidad. La Constitución de Estados Unidos reconoce la “búsqueda de la felicidad” como un derecho inalienable. Sin embargo, según el Washington Post, los estudios muestran que mientras los estadounidenses nos estamos haciendo más ricos, no hacemos más felices. De hecho, nuestro nivel del felicidad se ha reducido desde 2005.* En apoyo a un cambio global en cómo pensamos, trabajamos y difundimos felicidad, las Naciones Unidas han adoptado una resolución que identifica la “felicidad” como un indicador de progreso social. Los países miembros están invitados a evaluar la felicidad de sus ciudadanos por medio del Índice de Felicidad Global, que utiliza seis medidas para explorar quién está feliz y por qué. Los puntajes muestran desde 2015 a Suiza, seguidos por Islandia, Dinamarca y Noruega como los países más felices del mundo, con Estados Unidos en el lugar número 15.

El corto metraje, Mr. Happy Man, de Matt Morris, documenta la vida de Johnny Barnes, un hombre de 88 años de las Islas Bermudas, quien dedica seis horas del día saludando a los pasantes en una glorieta en la capital de Hamilton, con la esperanza de propagar positivismo y alegría así como también de estar al servicio de los demás.

*Brigid Schulte, “[Why the U.S. rating on the World Happiness Report is lower than it should be – and how to change it.](#)” *The Washington Post*, Mayo 11, 2015.

Conexiones con los estándares nacionales

Estándares comunes de lengua inglesa. SL.11-12.1.c. Impulsar conversaciones haciendo preguntas y respondiéndolas para probar el razonamiento y la evidencia; asegurar una audiencia de un rango lleno



Filme: 11 minutos

Clase: 60 minutos

MATERIAS/ÁREAS RELACIONADAS

EN SECUNDARIA

- Lengua inglesa
- Filosofía
- Sociología

EN PREGRADO

- Inglés
- Filosofía
- Sociología

TEMAS

- Modelos de roles positivos
- Aprendizaje social y emocional

MATERIALES

- Acceso al filme en línea

PREPARACIÓN

- Cómo usar nuestro plan de la lección



La naturaleza de la felicidad

de posiciones en un tema o problema; clarificar, verificar o ir más allá de ideas y conclusiones; y promover perspectivas divergentes y creativas.

Estándares comunes de lengua inglesa. SL.9-10.1 y SL.11-12.1. Iniciar y participar efectivamente en un rango de discusiones colaborativas (uno a uno, en grupos, maestro liderando) con diversos compañeros en temas de grados 9-10 (o 11-12), textos y situaciones, construyendo sobre las ideas de los otros y expresando las propias de forma clara y persuasiva.

Universidad, profesión y vida civil (C3) Marco teórico para los estándares estatales de ciencias sociales. D2.Psy.2.9-12. Investigar el comportamiento humano desde las perspectivas biológicas, cognitivas, comportamentales y socioculturales.

Lección

PREPARACIÓN DE LA CLASE

Comparta con los estudiantes que las Naciones Unidas ahora reconocen la importancia de la felicidad como una medida de bienestar global. Desde 2011, las N.U. han invitado a los países miembros a llevar registro de la felicidad de sus ciudadanos. El Índice Mundial de la Felicidad mide la felicidad por medio de seis variables:

1. Dinero (poder de gastar)
2. Expectativa de vida y salud
3. Apoyo social (tener a alguien con quien contar)
4. Libertad para tomar decisiones de vida
5. Libertad de la corrupción
6. Generosidad (sentirse y actuar)

Pregunte a los estudiantes lo que piensan sobre esta lista. ¿Hay algo que falta en esta lista que ellos sienten que debería ser reconocido como un indicador de felicidad? Pregunte a los estudiantes: ¿Cuáles son algunas cosas que los hacen felices? ¿Creen los estudiantes que la felicidad puede inspirarse y compartirse? ¿Cómo?

CONEXIÓN CON LA HISTORIA

Introduzca el filme diciendo a los estudiantes que verán una película sobre Johnny Barnes, un hombre de las Islas Bermudas de 88 años. Desde



La naturaleza de la felicidad

1986, Barnes ha llevado a cabo un ritual diario de pararse en una esquina en la calle de Hamilton, la capital de las Islas Bermudas. Él comparte afirmaciones positivas con los pasantes.

Dirija a los estudiantes a mirar el filme y pídeles que tomen nota de los rasgos de personalidad de Barnes. Pida a los estudiantes que hagan una lista de los comentarios que hace y las respuestas que recibe de las personas con las que interactúa.

Profundización

Después de mirar el filme, lidere una discusión con preguntas como esta:

- Haga una lista de las ideas y las creencias de Johnny Barnes que apoyan sus esfuerzos de hacer a los otros felices. (Algunas respuestas incluyen: vivir una vida de servicio, disfrutar la belleza de la naturaleza, amarse los unos a los otros, y la satisfacción de ayudar a los demás).
- En el filme, un presentador de radio dijo, “mucha gente no puede entender por qué él hace lo que hace”. En sus propias palabras, describa la motivación detrás de las acciones de Johnny Barnes.
- ¿Cuáles son tres sinónimos y tres antónimos de la palabra “felicidad”?
- Una mujer entrevistada en el filme explica que no quería ver a Johnny Barnes cuando iba conduciendo a su trabajo una mañana porque ella quería “quedarse con sus momentos infelices”. ¿Por qué querría alguien querer quedarse con sus momentos infelices?
- Si pudiera resumir lo que representa Johnny Barnes en una oración, ¿cuál sería su descripción?
- El Greater Good Science Center han recolectado investigaciones para mostrar que las personas que son amables y generosas con los demás tienden a ser felices, y que la felicidad contribuye a que sean más amables y generosos. ¿Está de acuerdo con esta afirmación? ¿Por qué?
- ¿Cree que la felicidad es algo en lo que uno puede trabajar? ¿Cómo?



Reflexión y proyección

Entregue a los estudiantes una de las siguientes reflexiones escritas para que demuestren su comprensión de la historia. (Nota para los maestros: Justo como se usan las citas de un libro o texto para probar un pensamiento analítico, los estudiantes usan el filme para justificar sus pensamientos).

1. ¿Es la felicidad una decisión? Esta es la pregunta que se explora en Debate.org, un foro de debates gratis en internet. Visite esta página y lea dos argumentos por el “sí” y dos argumentos por el “no”. En un párrafo, describa por qué usted está de acuerdo o en desacuerdo con uno de los argumentos. Use el filme y su propia experiencia para apoyar su punto de vista. (CCSS.ELA.SL.11-12.1.c)
2. Como se retrató en el filme, se comisionó y levantó una estatua de Johnny Barnes en la glorieta de Hamilton en su honor. Imagine que ha sido elegido para escribir una placa para la base de la estatua. Cree una inscripción de una oración para honrar a Johnny Barnes. En un párrafo, describa las razones detrás de su inscripción. (C3. D2.Psy.2.9-12)
3. Jane Goodall, educadora y primatóloga, dice, “Tengo muchos tipos de felicidad. Soy completamente feliz cuando estoy sola en la naturaleza... Soy realmente feliz cuando me siento con mis amigos en las tardes, particularmente alrededor de una fogata donde contamos historias... Soy totalmente feliz cuando camino con un perro. Los perros me hacen muy muy feliz porque puedes ser tú mismo con un perro”.* Escriba un párrafo, similar a la descripción de Goodall. ¿Cuáles son algunas de las cosas en su vida que lo hacen sentir contento y feliz? ¿Por qué? (CCSS.ELA.SL.9-10.1 y SL.11-12.1)

* Jane Goodall entrevistada para la película, “[Human.](#)”



Recursos

Peter N. Stearns, "[The History of Happiness.](#)" Harvard Business Review, Enero – Febrero 2012 issue.

Darrin M. McMahon, Ph.D., "[A History of Happiness.](#)" YES! Magazine, Octubre 1, 2010

Matthieu Ricard, "[The Dalai Lama: Happiness from Within.](#)" International Journal of Well Being, 2011.

Brigid Schulte, "[Why the U.S. rating on the World Happiness Report is lower than it should be – and how to change it.](#)" *The Washington Post*, Mayo 11, 2015.