

Priorizar la conexión humana

Chile presentó un amplio descenso en el reciente “Ranking Mundial de Felicidad”, alcanzando su posición más baja en años. Este retroceso de 15 puestos desde 2022 no es un dato aislado, sino el reflejo de una crisis de bienestar subjetivo que debemos analizar con honestidad.

Durante mucho tiempo, los indicadores de felicidad en Chile parecían contradictorios frente a los preocupantes índices de salud mental. Hoy, sospechamos que la “deseabilidad social”, esa presión por proyectar una imagen de éxito y alegría pudo haber camuflado una realidad mucho más frágil. La brecha entre lo que declaramos y lo que realmente sentimos se está cerrando, dejando al descubierto un malestar profundo.

El factor determinante parece ser la fragmentación social. Los datos son claros: estamos más solos. Se observa una caída drástica en la participación en organizaciones, clubes y redes de apoyo tradicionales. Al debilitarse los vínculos familiares y de amistad, perdemos el soporte emocional esencial para la felicidad. Chile está enfrentando problemas propios de naciones desarrolladas: aunque gran parte de la población tiene necesidades materiales resueltas, esto no se traduce en bienestar si existe una pérdida de sentido y de espiritualidad.

Es imperativo que, como sociedad, volvamos a priorizar el tejido comunitario y la conexión humana. La felicidad no es un logro individual de consumo, sino el resultado de pertenecer y encontrar propósito en el encuentro con el otro.

Pablo Palma

*Director de la Carrera de Psicología
Universidad Autónoma de Chile*