Happykrazia

IRATI LABAIEN EGIGUREN
EHU-KO IRAKASLEA

Zer behar duzu zoriontsu izateko? Desiratuz gero, lortuko duzu. Dena da posible jarrera positiboarekin. Zoriontasunak dena sendatzen du. Zoriontasuna ez da helmuga, bidaiatzeko erabili beharreko jarrera baizik. Pentsamendu negatiboak ez dizu inoiz bizitza positiboa emango, aldatu jarrera. Izan zoriontsu!

Nonahi ikus ditzakegu gisa horretako esaldiak, besteak beste: produktuak zein zerbitzuak saltzeko iragarkietan, autolaguntza liburuetan, geroz eta ohikoagoak diren coach zerbitzuetan, baita norbanakoon sare sozialetako profiletan ere. 80ko hamarkadatik gaur egun arte garatuz joan da psikologia positiboa deritzon hau, eta beste hainbat alorrez gain, lotura handia izan du zoriontasunaren ekonomiarekin. Honela, korronte honen bultzatzaile nagusienetakoa izan zen Richard Layard ekonomialariak zoriontasuna bere osotasunean ulertzeko psikologoak eta ekonomialariak elkarlanean aritzearen garrantzia azpimarratu zuen 2003an.

Dena dela, bada pentsamolde hau zalantzan jarri duenik ere, nolabait, psikologia positiboan edota zoriontasun psikologian oinarritzen den diskurtsoak izan ditzakeen eragin kaltegarriak mahaigaineratu eta aztertu nahi dituenik; horien artean dago happykrazia deritzona. Besteak beste, desiratzen dugun oro eskuragarri izango dugula pentsatzeak, hamaika frustrazio eta depresio eragin ditzakeela dio.

> Desiratzen dugun oro eskuragarri izango dugula pentsatzeak hamaika frustrazio eragin dezakeela dio 'happykraziak'

Psikologia positiboaren korrontearen arabera, zoriontasuna lortzeko bidean, norbanakoongan eragiten duten baldintzak honakoak dira: %50 joera genetikoak, %40 norberaren jarrerak, eta %10 kanpoko baldintzak. Hau ontzat emango bagenu, zoriontasunaren lorpenaren %90 norberaren baitan egongo litzateke eta %10 bakarrik legoke kanpoko faktoreen menpe. Horrek norberaren arduran jartzen du arreta, hots, neoliberalismoak behin eta berriz sustatu nahi dituen indibidualismoaren baloreetan. Zoriontsua izan ezean, ardura norbanakoarena denaren ideia azpimarratzen du, pertsona uharte baten modukoa izango bailitzan. Nolabait, norberaren iraganak, testuinguru sozial eta ekonomikoak, arrazak, generoak, edota nazionalitateak eraginik izango ez balute bezala.

Kurioski, esplotatu zitezkeen balio guztietatik zoriontasuna gailendu da, lankidetza, boluntariotza edota leialtasunaren gainetik. Cabanas eta Illouz autoreek idatzitako eta artikulu honen izenburu bera duen liburuak dioenez, gai honen inguruan industria handia sortu da, eraiki den diskurtsoa kontsumoari erabat lotuta baitago. Ideia honen harira, pentsamendu honek ez du zoriontasuna definitu ondoezaren falta moduan, geroz eta zoriontsuagoa izateko etengabeko prozesu pertsonal gisa baizik. Are gehiago, zerbitzu eta produktuez haratago, bizitza zoriontsuaren eredua dugu, sentitzeko, pentsatzeko eta ekiteko modu konkretuetan oinarritzen dena.

Autore hauen aburuz, langilearen identitatea eraikitzeko ere erabili izan da hainbatetan berritzailea den diskurtso hau. Erabateko aldaketa pairatzen duen lan-merkatu lehiakor eta hainbatetan prekarioan biziraun eta garatzeko jarrera positibodun eta zoriontasunaren bilaketan dabiltzan langileak hobeak direla dio pentsaera horrek. Honela, autonomoa, malgua, lehiakorra edota erresilientea bezalako ezaugarriak entzun ohi dira maiz. Baina sektore orotarako balio al dute horiek? Norentzat dira hobeak ezaugarri hauek?

Zalantzarik gabe, askotariko ertzak ditu zoriontasunaren gaiak. Gainera, hainbatetan, errezeta magiko bakarra bistaratzen zaigu berau lortzeko: edertasun mota bat, bizitza arrakastatsuaren eredu bakarra, harreman mota jakin batzuk, ondasun jakin batzuk... Ez ote gaituzte amaigabeko betebeharrek gobernatzen? ●