

# redes

Título: «Dar para ser felices» – emisión 159 (09/06/2013) – temporada 17

**Entrevista de Michael Norton, profesor de la Harvard Business School.  
Boston, 12 de marzo del 2013.**

**Vídeo del programa:**

<http://www.redesparalaciencia.com/8863/redes/redes-159-dar-para-ser-felices>

*No hace falta que hagas cosas increíbles con tu dinero para ser feliz.*  
**Michael Norton**

**Eduard Punset:**

*Este es un programa sobre felicidad y dinero... y yo sé muy bien por qué me viene a la memoria una carta que me envió una fan... se llama Paquita Muela, de 82 años, diciéndome que ya que tenía la oportunidad de hablar con grandes científicos de este mundo, por qué no les preguntaba cuál era una vacuna certera, que funcionara, para curar la maldad de la gente.*

En otras palabras, de forma algo diferente, eso es de lo que vamos a hablar hoy. ¿Cómo podemos ser felices ganando dinero, pero no para nosotros (esa es tu gran aportación al tema), sino ganando dinero para el bienestar de otros? ¿Para que otros se sientan mejor? ¿Has encontrado a alguien que te crea?

**Michael Norton:**

No. De hecho, cuando decimos que la mejor forma de que el dinero nos haga felices es donarlo, nos miran como si estuviéramos locos. Todo el mundo cree que la mejor forma de usar el dinero es gastarlo en ti mismo o tal vez en tu familia, pero la idea de que donarlo a una organización benéfica lejana podría hacerte más feliz resulta muy difícil de comprender y contraviene gran parte de lo que creemos que deberíamos hacer con nuestro dinero.

# redes

Título: «Dar para ser felices» – emisión 159 (09/06/2013) – temporada 17

**Eduard Punset:**

¿Y cómo es? Sabemos tan poco sobre la felicidad... ¿Qué te hace pensar que la gente es más feliz cuando ve que a alguien le va mejor gracias a su dinero?

**Michael Norton:**

Creo que también estamos hechos para sentirnos bien cuando hacemos daño a otras personas: a veces ser agresivo y pegar a alguien hace que te sientas bien. Y si tienes hermanos, sabes lo mucho que disfrutan pegándose. Pero, al mismo tiempo, también estamos hechos para ser muy amables con otra gente. Así que tenemos esta especie de impulsos contrapuestos para ser crueles y para ser amables. Y ambos nos hacen sentir bien a veces. Intentamos que la gente se incline más por el «sé amable y siéntete bien» que por el «sé agresivo y siéntete bien». Y lo hacemos intentando decir que se puede ser amable de muchas formas: puedo hacerte un cumplido o podría abrazar a alguien. Y a veces olvidamos hacer esas cosas. Así que le decimos a la gente: «toma dinero y haz algo bueno con él; aquí tienes cinco dólares» y vemos cuán felices se sienten después de hacerlo.

**Eduard Punset:**

Es fantástico, porque, si realmente crees que el dinero de alguna manera es la respuesta, si la gente tiene suficiente dinero para ser feliz y para hacer felices a otras personas, ¿por qué buscan más dinero día tras día? ¿Por qué?

**Michael Norton:**

Creo que una de las cruces de ser humano es que siempre queremos mirar atrás y sentir que ahora nos va mejor. Tenemos el impulso de decir: «¿Me va mejor este año que el pasado?» Y es difícil saberlo. Muchas de estas cosas son difíciles de cuantificar. ¿Son mis hijos más felices este año que el pasado? No estoy seguro. ¿Va mi matrimonio mejor que el año pasado?

# redes

Título: «Dar para ser felices» – emisión 159 (09/06/2013) – temporada 17

No estoy seguro. ¿Gano más dinero que el año pasado? Puedo hacer cuentas: puedo restarle el año pasado a este año y ver si la diferencia es grande. Y esa cuantificación, el hecho de poder contar el dinero, es muy importante porque entonces siento que sé cómo me va la vida. Y el dinero sigue sumando, así que cada año, si gano más que el anterior, debería ser más feliz, porque gano más, pero todo lo que pienso es: «Necesito ganar más dinero el año que viene porque entonces me sentiré cada vez mejor». Es el cuento de nunca acabar. Cuando le preguntamos a la gente cuánto gana y a continuación lo felices que son, y luego les preguntamos: «¿Serías más feliz si ganaras el doble?», nos contestan que serían el doble de felices. Pero no es verdad. Cuando examinamos los datos, ganar el doble hace que seas un poquito más feliz, pero realmente deberías dedicar el tiempo a hacer cosas que no sean intentar ganar más y más dinero.

## **Eduard Punset:**

Pienso también en un estudio reciente en los Estados Unidos según el cual unos simples *clicks* de ratón revelan los sentimientos profundos de la gente, sentimientos que la mayor parte del tiempo se mantienen ocultos.

## **Michael Norton:**

Esto me hace pensar en una ataque a una empresa de tarjetas crédito hace unos años. Si piensas en tu tarjeta de crédito, todo lo que haces se mete en la tarjeta, saben todo acerca de ti. Y pueden predecir, por ejemplo, cuándo va a divorciarse la gente. Pueden mirar lo que estás haciendo este año y decir: «Se divorciará en dos años». Y no son necesariamente cosas como habitaciones de hotel y ciudades extrañas como podrías pensar; son los pequeños cambios en nuestro comportamiento los que muestran algo sobre nosotros que, al comparar a un montón de personas, puedes empezar a extraer señales y averiguar cómo es la gente. Es increíble, con las nuevas formas de procesar datos que tenemos, sobre todo con redes sociales. Facebook

# redes

Título: «Dar para ser felices» – emisión 159 (09/06/2013) – temporada 17

tiene tanta información sobre cómo te comportas... Crees que no porque simplemente haces *clic*, pero lo sabe todo sobre ti a través de tus *clics* y puede predecir mucho sobre tu personalidad con esos datos.

**Eduard Punset:**

Eso me llevó a decirle hace unos años a un amigo que estaba preocupado por qué tenía que poner en la declaración anual de la renta: «Bah, olvídalo, si saben todo lo que haces...». El Ministerio de Hacienda sabe exactamente cómo y cuánto has gastado... Así que lo confirmas: lo saben. Y esta relación con el hecho de que todo el mundo ahora esté conectado con todo el mundo. ¿Afecta esto de alguna manera? ¿Va a cambiar nuestro mundo afectivo tanto como se dice o no?

**Michael Norton:**

Creo que no lo sabemos todavía...

**Eduard Punset:**

No lo sabéis...

**Michael Norton:**

Si piensas en las necesidades humanas básicas, una de ellas es encajar, sentir que encajamos en algún sitio y con algunas personas, y eso puede conseguirse mediante la interacción con tu familia y abrazando a alguien como dijimos antes. Pero también puede conseguirse de alguna forma haciendo clic en algo y chateando con alguien por Internet. Y por raro que parezca, aunque abrazar a alguien y chatear por Internet son dos cosas completamente distintas, ambas nos ofrecen esa sensación de conexión que buscamos. Así que creo que estas cosas cambian la forma en que se manifiestan nuestras necesidades: hay menos abrazos y más tecleo. Pero,

# redes

Título: «Dar para ser felices» – emisión 159 (09/06/2013) – temporada 17

fundamentalmente, buscamos conectar y, si la tecnología nos lo ofrece, nos pegaremos a ella y la utilizaremos para estos tipos de necesidades básicas que tenemos.

**Eduard Punset:**

Encajamos o no encajamos, y esto es algo muy viejo. Es otra forma de exponer el hecho de que es muy importante recibir el reconocimiento de los demás. Otros podrán decir que eres genial o que eres malo. Entonces...

**Michael Norton:**

Si les preguntas a los padres por la primera vez que sus hijos dijeron su nombre, «mamá» o «papá», los padres dicen que es uno de los momentos más importantes de su vida. Y probablemente el niño no tiene ni idea de qué está diciendo, pero la sensación de reconocimiento y amor de alguien es una de las cosas más impactantes que experimentamos.

**Eduard Punset:**

Y es curioso, porque también leí en los Estados Unidos que las personas que trabajan desde sus casas a través de Internet, hablan más y no menos. Hablan más entre sí. Eso tendría algo que ver con lo que estás diciendo.

**Michael Norton:**

Cierto. Creo que la gente suele creer que si trabajan desde casa tendrán un lugar tranquilo y harán un montón de cosas y podrán concentrarse en sus tareas. Pero, en vez de eso, tras seis minutos concentrado en tu tarea, te aburres y te gustaría tener a gente a tu alrededor, así que te pones a escribir correos, entras en Facebook y llamas a gente por teléfono porque lo necesitamos para seguir y mantenernos interesados en lo que hacemos. Es muy duro estar trabajando solo sin que haya otra gente implicada de algún modo en lo que haces.

# redes

Título: «Dar para ser felices» – emisión 159 (09/06/2013) – temporada 17

**Eduard Punset:**

Es curioso, pero uno de los grandes descubrimientos modernos es probablemente el hecho de que la soledad no es un fantasma de la sabiduría, como solíamos pensar; hoy tendemos a pensar que únicamente el puente con otras personas, otras naciones, otros países, otro universo es lo que crea el conocimiento. Solos no vamos a ninguna parte.

**Michael Norton:**

Es cierto. Y también somos muy, muy infelices cuando estamos solos.

**Eduard Punset:**

Sí, ¿verdad?

**Michael Norton:**

Uno de los mayores predictores de ser una persona feliz es el apoyo social. Alguien que te quiera. Alguien que, si lo llamas, responderá y te dirá: «¿Cómo estás?». Es uno de los factores clave para ser feliz: tener a gente. No hace falta que sea un mejor amigo: puede adoptar muchísimas formas. Pero tienes que sentir que a alguien en el mundo le preocupa si estás vivo. Y si no es así, la gente se deprime muchísimo. Y si lo es, es casi como un parachoques frente a acontecimientos negativos: aunque me pase algo malo, aunque no te llame, saber que podría llamarte es muy importante para sentirme bien acerca de lo que me ha ocurrido. Llamar es todavía mejor, pero tan solo saber que alguien se preocupa por ti influye muchísimo en cómo nos sentimos.

# redes

Título: «Dar para ser felices» – emisión 159 (09/06/2013) – temporada 17

**Eduard Punset:**

Es fantástico, ¿no? Así que no es tan cuestión de poder transformar, de actuar en tu genoma, en tu estructura, en tu capacidad cognitiva... no, es poder acudir a alguien y decirle: «Ayúdame». ¡Es increíble!

**Michael Norton:**

Los abrazos son una de las cosas más importantes que han inventado los humanos. Es algo increíble que no hacemos lo suficiente.