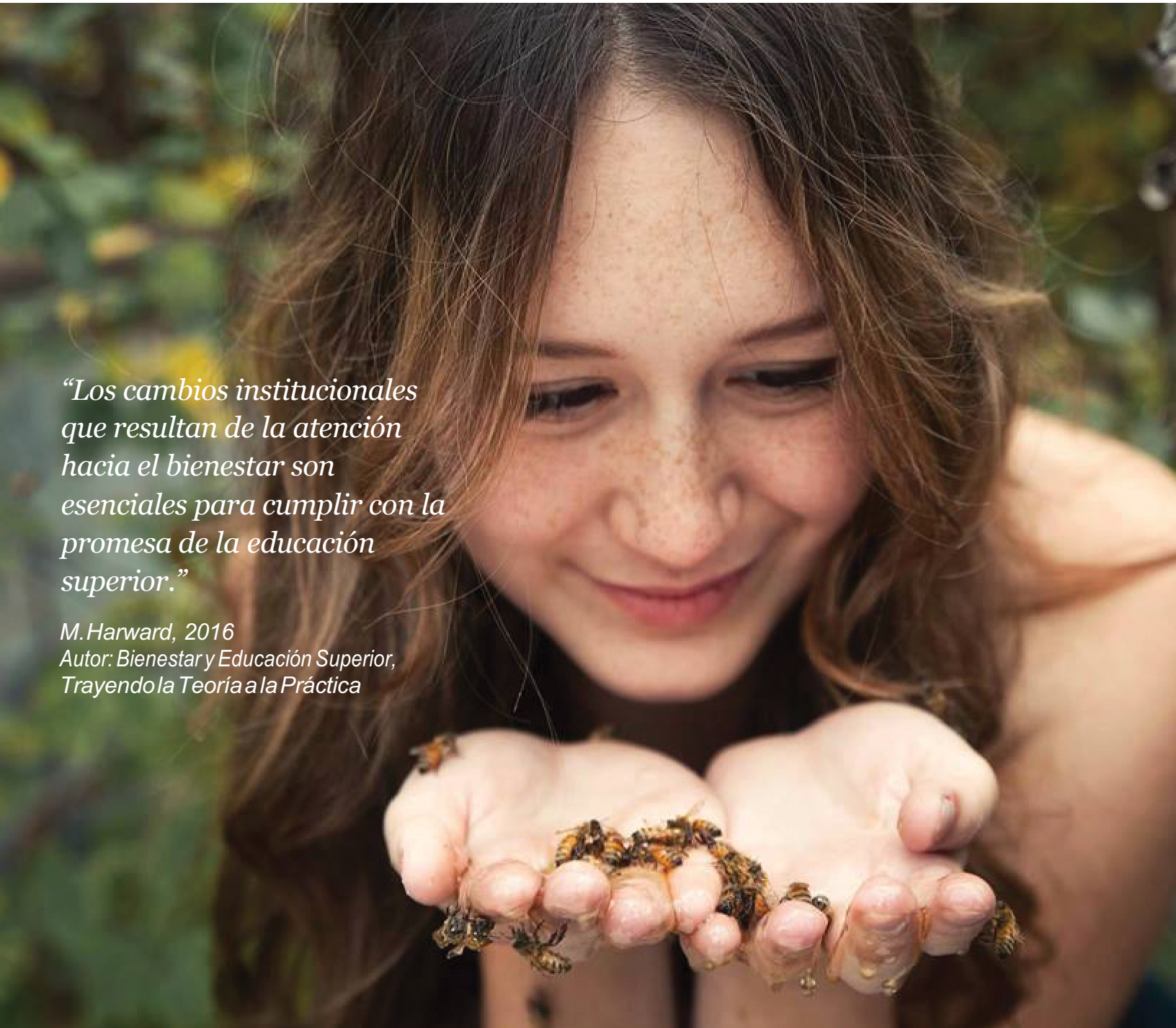


Planteles Vivos y Bienestar Sustentable para Todos

DAWSON COLLEGE, MONTREAL, CANADÁ

“Los cambios institucionales que resultan de la atención hacia el bienestar son esenciales para cumplir con la promesa de la educación superior.”

*M. Harward, 2016
Autor: Bienestar y Educación Superior,
Trayendo la Teoría a la Práctica*



Planteles Vivos y Bienestar Sustentable para Todos

Equipo de Revisión:

Diane Gauvin	Decano Académico
Donna Varrica	Director de comunicaciones
Diana Rice	Coordinador del Centro para la Paz de Dawson
Julia Lijeron	Programa de Revisión, Evaluación y Desarrollo
Ivan Freud	Presidente del Departamento de Religión – Certificado de Estudios de Paz
Uzma Jamil	Desarrollo Profesional e Investigación
Pascahl Scott	Director de Recursos Humanos
Azra Khan	Oficina de Desarrollo Educativo
Alan Stewart	Asistente del Decano Académico
Jennifer de Vera	Dawson Sustentable

Comité Directivo de Dawson para la Sustentabilidad:

Véronique Paris	Coordinador de Mantenimiento de Edificios, Plantas & Instalaciones
Ian MacKenzie	Departamento de Inglés, Jefe de Proyecto WID & Comunidades de Aprendizaje
Annie Quadros	Director de Sustentabilidad, Unión de estudiantes de Dawson
Elisabeth Roy	Oficina de comunicaciones
Geoffrey Kloos	Relaciones Públicas
Gisela Frias	Programa de Geografía, & Coordinadora de Planteles Sustentables
Cindy Elliott	Coordinador de Dawson Sustentable Sustainable Dawson
Anna-Liisa Aunio	Coordinador de Perfil, Estudios Ambientales
Leanne Bennett	Decano, Ciencia Social & Negocios Tecnológicos
Katherine McWhaw	Oficina de Desarrollo Académico
Heather Bradley	Jefe del Departamento de Educación Física
Fiona Hanley	Coordinadora del Programa de Enfermería

Coordinador:

Chris Adam	Jefe del Proyecto Dawson Sustentable/Planteles Vivos
------------	--

Dawson College, febrero 2017

Integrando el principio de Bienestar Sustentable

Qué es el bienestar y por qué es importante para Dawson College?

Son muchos los aspectos del bienestar y existe una gran variedad de definiciones, tanto en el ámbito académico como en el ámbito político. Seligman (2014), identifica cinco aspectos principales del bienestar: Emoción Positiva, Compromiso, Relaciones Sociales Positivas, Significado, y Sentido de Logro. Además, el bienestar entendido como una extensión de la salud, también está íntimamente conectado con la salud del medio ambiente, el bienestar espiritual y el bienestar físico (Fahey et al, 2005). En Dawson College, definimos el bienestar a partir de los siguientes componentes clave:

Componentes del Bienestar



Existe una conexión entre el bienestar y el éxito de los estudiantes. Las experiencias de grupo dentro de los enfoques de enseñanza de alto impacto, permiten que se desarrolle un sentido de pertenencia e identificación con el grupo, contribuyendo con al aprendizaje, la retención y al éxito en general de los estudiantes. (National Survey of Student Engagement, 2006). Cuando el bienestar es considerado y respaldado, los estudiantes, maestros y personal administrativo pueden ser capaces de alcanzar su máximo potencial. Al considerar a la persona en

su totalidad ayudamos a que nuestra comunidad de estudiantes, maestros y personal administrativo desarrollen las habilidades, conocimientos y aptitudes que necesitarán para una vida exitosa. El perfil de egreso de Dawson College promueve esta visión. El Plan Estratégico también tiene como objetivo ser un líder empleador dedicado al desarrollo y compromiso de los empleados.



Existe una conexión entre el bienestar y el éxito de los estudiantes. Las experiencias de grupo dentro de los enfoques de enseñanza de alto impacto, permiten que se desarrolle un sentido de pertenencia e identificación con el grupo, contribuyendo con al aprendizaje, la

M. Harward - Well-Being and Higher Education, 2016, p.15

El bienestar y el Plan Estratégico

En 2016, Dawson College desarrolló su tercera generación del Plan Estratégico. La consulta del plan incluyó la retroalimentación de un número sin precedentes de 1600 estudiantes, 350 maestros y personal administrativo. En la consulta emergieron temas como: compromiso con el éxito de los estudiantes, devoción al compromiso de los empleados, inclusión, sustentabilidad y bienestar para toda la comunidad.

El Plan Estratégico 2016-2021 destaca “el bienestar sustentable para todos” como un valor fundamental. La iniciativa Dawson’s Living Campus (Planteles Vivos de Dawson) fue desarrollada teniendo en cuenta el bienestar y permite Operarlo.

“Cultivamos un ambiente de aprendizaje y de trabajo saludable e inclusivo en el que todos los miembros de nuestra comunidad se sientan respetados y valorados en la búsqueda de sus objetivos personales y profesionales. Nuestro objetivo es promover la salud y el bienestar sustentable a largo plazo para todos”

El valor central del Plan Estratégico 2016-2021

Bienestar, Naturaleza y Planteles Vivos



Es cada vez más la evidencia que demuestra que el contacto con la naturaleza promueve el bienestar y puede además ser parte importante en la transformación de la educación. Los espacios naturalizados tienen un impacto en el estado mental, el humor y la seguridad de las personas, lo que contribuye a su sociabilidad (Kaplan, 1995). Conectarse con la naturaleza también se asocia con emociones positivas y se reconoce como un agente restaurador significativo. (Hernandez & Hidalgo, 2005, O’Brien & Adam 2016).

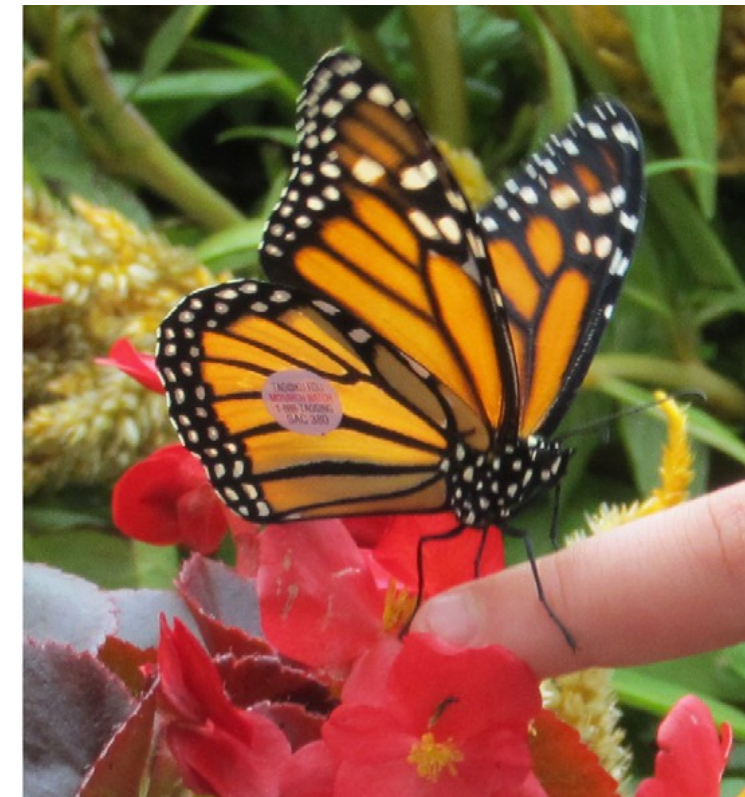
De hecho, se ha demostrado que los efectos beneficiosos de la Naturaleza van más allá de la mera restauración al mejorar positivamente la verdadera salud mental y el bienestar (Passmore 2011) y pueden ayudar a mitigar el estrés (Bagshaw, 2014).

Este párrafo ya existe en el texto, y esta traducido al español, lo mejor es omitirlo

Living Campus (Planteles Vivos) es un concepto que integra enfoques educativos bajo la visión de bienestar sustentable para todos, y visualiza todo el plantel como un laboratorio dedicado al aprendizaje. Es imperativo reconectar a las personas, la comunidad y la naturaleza, utilizando a la naturaleza como catalizador para aumentar la alfabetización y contribuir al bienestar. La investigación en esta área está bien representada dentro del Desarrollo Profesional e Investigación de Dawson por sus proyectos actuales de SSHRC titulados Campus Sustentables: Una Comunidad de Investigación / Acción Norte- Sur y Justicia y Sostenibilidad Alimentaria

Los estudiantes, profesores y personal de Dawson College relacionaron los siguientes beneficios con el Living Campus: cultivar la esperanza, forjar nuevas relaciones, fomentar el pensamiento sistémico, fomentar una vida sana y sustentable, alentar a los creadores de cambios y crear modelos de adaptación para contextos distintos. (O’Brien & Adam, 2016). Un estudio en el Journal of Health Psychology (Revista de Psicología de la Salud) encontró lo que otros investigadores también han observado: La conexión con la naturaleza (CN) y el bienestar (WB) están relacionados.

“En los presentes estudios, se encontró que los distintos indicadores de bienestar estaban fuertemente correlacionados con la conexión con la naturaleza, en particular la significación. La gente alta en conexión con la naturaleza marcó alto en vitalidad y en bienestar psicológico también. Significación, en contraste con la depresión, se entiende como un motivo de desarrollo, refiriéndose a la necesidad del ser humano de estar en el mundo y experimentar un sentido de propósito en la vida. Las personas que califican alto en significación conciben sus vidas como satisfechas y relativamente libres de sentimientos de impotencia, miedo y depresión” (Cervinka et al, 2011 p.384



“Reducir ese déficit, sanar el vínculo roto entre nuestros jóvenes y la naturaleza, es nuestro interés, no sólo porque la estética o la justicia lo exija, sino también porque nuestra salud mental, física y espiritual depende de ella.”

Richard Louv, Autor: Último hijo en el bosque

“Deberíamos estar igual de preocupados con hacer la vida de , las personas cumpliendo como estamos haciendo con patología curativa ... desarrollando intervenciones que alivien la miseria, no son lo mismo que ntervenciones que producen bienestar. ”

M. Seligman, Author: Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-Being, 2014, p.233

Involucrar estudiantes, profesores y personal en el Bienestar



*Respuesta de los Millennials a la pregunta:
Tener un trabajo en el que pueda generar un impacto en los problemas que son importantes para mí.*

Esencial 31% Muy importante 41%

Centro para el desarrollo de la fuerza laboral
Rutgers University

Ya sea consciente o inconscientemente, los estudiantes vienen a la escuela buscando algo más que una educación académica. Anhelan crear un sentido de pertenencia, y sin él es posible que dejen la escuela, o peor, su educación (Brazzell, 2001). La pertenencia y el cuidado son temas clave cuando se describen las clases y prestar atención al sentimiento de pertenencia de un estudiante está vinculado a un alto rendimiento académico. El aprendizaje y el bienestar están conectados. Cuando la educación se ha centrado en aprender a vivir, los estudiantes quieren vivir su aprendizaje.

Un artículo sobre el compromiso de los empleados por la Harvard Business Review afirma que los millennials son "la generación más socialmente consciente desde la década de 1960" (Meister & Willyerd, 2010, p2). Ellos no sólo quieren encontrar un balance entre su vida y su trabajo, sino que además quieren mezclar su vida y su trabajo. Un estudio de Zukin y Szeltner (2012) reporta que la satisfacción en el trabajo aumenta cuando el personal tiene la oportunidad de practicar la sustentabilidad ambiental, la responsabilidad social y la participación cívica.

El Reto

Un desafío educativo continuo es que las disciplinas puedan fragmentar el conocimiento y las estructuras administrativas puedan trabajar en silos. Los especialistas se concentran en sus propias áreas y con ello sacrifican las conexiones con otros, y los proyectos extra y co-curriculares consumen recursos humanos y financieros muy limitados que pueden crear estrés a través de competencias internas. Los proyectos a menudo se originan y se desarrollan como resultado de los esfuerzos individuales y pueden "vivir o morir" según las acciones de una persona. Institucionalizar métodos de alto impacto y proyectos auténticos es un problema común en los institutos de educación superior.

La creciente aplicación de la Política de Sustentabilidad de Dawson, que establece que "el Colegio tiene la responsabilidad de actuar como un agente ecológico y socialmente responsable y avanzar académicamente en el entendimiento, la investigación y la enseñanza de la sustentabilidad", necesitará atención. Es una política clave que contempla el bienestar y el Living Campus para promover el desarrollo de actividades de restauración. Proporcionar un desarrollo profesional continuo para el personal, así como oportunidades de aprendizaje auténticas y orientadas de alto impacto para los estudiantes se puede lograr redistribuyendo o aumentando los recursos existentes. Un cambio de paradigma en el pensamiento rara vez ocurre sin un "replanteamiento" de las prácticas actuales.

El Colegio es rico en actividades curriculares, co-curriculares y extra-curriculares que unen disciplinas, dejan un amplio espacio para vincular sentimientos y conocimientos, y cumplir con los objetivos de aprendizaje del siglo XXI que fomentan el sentido de pertenencia.

Entre los proyectos se encuentran: Active Learning (Aprendizaje Activo), SPACE, Entrepreneurship (Emprendimiento), Living Campus and Sustainability (Planteles vivos y sustentabilidad), Model UN, INSPIRE, WID, Peace Studies (Estudios de Paz), Women's/Gender Studies (Estudios de Género) y una serie de actividades del Centre for Training and Development (Centro de Entrenamiento y Desarrollo), College Life & Leadership (Vida Universitaria y liderazgo) y Dawson Student Union (La unión de estudiantes de Dawson). Estas actividades son significativas para el aprendizaje de alto impacto. Sin embargo, muchas dependen del compromiso individual del personal, de los planes financieros anuales o de la disponibilidad de subvenciones, creando situaciones inestables de planificación a largo plazo.



Enfrentando el Desafío

Se necesita entrenamiento dirigido a la protección de los ecosistemas. Los métodos de enseñanza de alto impacto que aprovechan los proyectos de Living Campus pueden contribuir significativamente al bienestar mediante el cumplimiento de los componentes de bienestar mencionados anteriormente. Abordar los desafíos a través de un filtro de bienestar nos permite contribuir directamente al éxito del estudiante.

Después de revisar casi 2000 sugerencias de estudiantes y miembros del personal, el colegio integró explícitamente el valor del bienestar sustentable para todos, dentro de un plan estratégico. Lo anterior representa una evidencia del cambio en la estrategia del colegio y el cambio actitudinal de la comunidad hacia un paradigma ecológico. Este nuevo paradigma visualiza a las personas como parte de la naturaleza, gobernados por sus leyes y afectados por las consecuencias de ignorar dichas leyes (Lee, 2008) y rechazando la idea de que la naturaleza existe primordialmente para el uso del ser humano. Estudios sugieren que adoptar esta cosmovisión puede contribuir al bienestar y conducir a un comportamiento que beneficie al medio ambiente y las personas.

Una de las metas del Plan Estratégico es ser una institución post-secundaria líder en promover y practicar la sustentabilidad en todos sus esfuerzos. Una de las formas en que esta meta será alcanzada es mediante la implementación del nivel Gold Standard, de la Asociación para el logro de la Sustentabilidad en Educación Superior (AASHE) que hará necesario un aumento de la integración de la sustentabilidad y el bienestar en todos los sectores de la universidad, fortaleciendo su contribución a la calidad ambiental, la conservación y la enseñanza. Dawson también aborda la sustentabilidad de manera didáctica con cursos de sustentabilidad, investigación de sustentabilidad y trabajo pionero en Felicidad Sustentable. Este concepto es definido por su fundadora Catherine O'Brien como:

"Felicidad que contribuye al bienestar individual, comunitario y global sin explotar a otras personas, el medio ambiente o las generaciones futuras."

Autor: Educación para la Felicidad Sustentable y el Bienestar (2016)

Victor Verdugo (2010), en su libro titulado *Psicología de la Sustentabilidad (Psychology of Sustainability)*, afirma que la felicidad es una motivación para actuar de manera sustentable porque las emociones positivas como la felicidad, están conectadas con el altruismo.



Una vez que esta motivación se traduce en acción relacionada con la sustentabilidad, es reparadora pues es capaz de restaurar los recursos psicológicos agotados. Este vínculo recíproco del bienestar como una motivación para la acción relacionada con la sustentabilidad y las actividades de sustentabilidad que contribuyen al bienestar, tiene consecuencias de gran alcance en la educación.

Una respuesta para proteger las iniciativas vulnerables y contribuir al bienestar es el desarrollo de las Learning Communities (Comunidades de Aprendizaje) como un método educativo clave y como piedra angular del cambio positivo. Este enfoque de enseñanza de alto impacto es especialmente efectivo para lograr los resultados del Perfil de Postgrado Universitario, ya que puede integrar tareas de aprendizaje colaborativo, escritura intensiva, socios comunitarios y pasantías. Las Comunidades de Aprendizaje tienen la capacidad de integrar actividades extracurriculares y de institucionalizarlas dentro de los currículos.

Lardner and Malnarich (2004) describen los beneficios de las Comunidades de Aprendizaje como:

"La camaradería de los estudiantes inscritos en la misma escuela puede ayudarlos a permanecer por más tiempo en la escuela, pero las Comunidades de Aprendizaje pueden ofrecer incluso más: Coherencia curricular; Aprendizaje integrador y de alta calidad; Construcción de conocimiento colaborativo; y habilidades y conocimientos relevantes para vivir en un mundo complejo, desordenado y diverso"

Al hablar de la importancia y relevancia de las Comunidades de Aprendizaje, Smith et al (2004) hablan de un proceso de planificación liberador que es un cambio audaz en comparación con los enfoques contemporáneos. Maestros y estudiantes necesitan nuevas formas de interactuar entre ellos y discutir sobre ideas grandes y audaces. Sin esto, poco tienen lugar en la reforma educativa. El concepto de Bienestar Sustentable para todos, de la mano de las Comunidades de Aprendizaje como enfoque de enseñanza, es una ponderosa combinación.

Las Comunidades de Aprendizaje pueden ofrecer las oportunidades para la emoción positiva, el compromiso, las relaciones positivas, el significado y los logros que definen el bienestar y están fundados en la autenticidad de la iniciativa de Planteles Vivos como parte de una experiencia transformadora, tanto para los estudiantes como para los maestros y la institución. La participación en estas iniciativas refuerza nuestro sentido de comunidad y permite que el bienestar florezca "Esas conexiones, cómo crearlas y sostenerlas en múltiples y frecuentes oportunidades, y cómo alentar la acción y la participación en esas oportunidades puede definir una cultura de planteles que atiendan a personas de manera integral" (Harward, 2016 p6).

El Dawson Peace Centre (Centro para la Paz de Dawson) es otro de los componentes importantes del bienestar sustentable para todos. El objetivo de este centro es alcanzar la Paz y la No-Violencia a través de la acción y la educación. El centro trabaja bajo los siguientes valores:

No-Violencia y Paz, Respeto y Cuidado por la comunidad de seres vivos, Integridad Ecológica, Justicia social y económica y Servicio hacia la comunidad.

El énfasis del Centro para la Paz de Dawson en la acción hacia el bienestar, también consiste en ganar experiencia en la resolución de problemas de situaciones inmediatas o existentes relacionadas con la paz y en la participación en proyectos que benefician a otros o al medio ambiente natural. Slavin (2006), Orr (1990), y Dale y Newman (2005) subrayan que la resolución de problemas es un mejor indicador de la alfabetización que el dominio de habilidades individuales. Los proyectos basados en la resolución de problemas, a menudo requieren también resolución de problemas interpersonales.

eren también resolución de problemas interpersonales. Esto, a su vez, requiere herramientas de gestión de conflictos que pueden conducir a la aceptación de los demás, la reconciliación y la resiliencia - una alfabetización de paz práctica que proporcione métodos y herramientas para el logro del bienestar. El trabajo del Centro es crítico en el proceso de transformación educativa, ya que la mediación de los conflictos existentes puede dismantelar las barreras al cambio en la educación y puede construir una base de herramientas que son útiles para futuros retos



Si el bienestar es felicidad, entonces los datos sobre felicidad proveen indicadores fiables de bienestar. Estos datos pueden utilizarse para comprender los efectos sobre la felicidad no sólo de la educación, sino también en salud, riqueza, trabajo, etc. Incluso pueden utilizarse para ayudar a políticas gubernamentales dirigidas a mejorar la calidad de vida de las personas

John Bronsteen, *Well-Being and Higher Education, (Bienestar y Educación Superior)* (2016 p26)

Nota Final

El Colegio Dawson como Plantel Vivo, y por medio de su compromiso con el bienestar sustentable para todos, se aparta de los componentes más problemáticos y anticuados de la educación tradicional y entra en un período de transformación que ayudará a implementar lo que la UNEarth Charter (Carta de la Tierra) claramente declara como una de sus aspiraciones:

“Que el nuestro sea un tiempo para despertar hacia una nueva devoción por la vida, con la determinación de la sustentabilidad, la aceleración de la lucha por la justicia y la paz y la feliz celebración de la vida”.

Dawson está haciendo un intento audaz por ser uno de los líderes en el cambio educativo sobre el que muchos investigadores escriben, muchos estudiantes esperan y que la sociedad necesita para abordar las demandas del siglo XXI.



Bibliografía

- Bagshaw, W. (2014). Environmental Outdoor Education and Exposure to Nature: The Positive Effects on Student Wellness and Academic Achievement, Retrieved on Feb 17, 2017, from <http://www.abcee.org/cms/wp-content/uploads/2011/03/Environmental-Outdoor-Education-and-Exposure-to-Nature-The-Positive-Effects-on-Student-Wellness-and-Academic-Achievement.pdf>
- Brazzell, J. (2001). A sense of belonging. *About Campus*, 8(2), 31-32.
- Cervinka, R., Röderer, K., & Hefler, E. (2012). Are nature lovers happy? On various indicators of well-being and connectedness with nature. *Journal of health psychology*, 17(3), 379-388.
- Dale, A. & Newman, L. (2005). Sustainable development, education and literacy. International, *Journal in Higher Education*, 6(4), 351-362.
- Dawson College (2010). *Sustainability Policy*. Retrieved Jan, 13, 2017, from <http://www.dawsoncollege.qc.ca/?D0FA33EC-8B4B-486E-BA82-C1776AD6F0F9>.
- Dawson College (2017). *Strategic Plan 2016-2021*, Retrieved Feb 16, 2017 from <https://www.dawsoncollege.qc.ca/leadership/strategic-plan-2016-2021/>.
- Fahey, T., Insel, P., Roth, W., Wong, I., 2007, *Fit and Well*, McGraw-Hill Ryerson, Canada
- Harward M. (2016). *Well-Being and Higher Education, Bringing Theory to Practice*, BT to P, Washington DC.
- Hernandez B., Hidalgo MC. 2005. Effect of urban vegetation on psychological restorativeness. *Psychol Rep.*; 96:1025-8.
- Kaplan, S. (1995). The restorative benefits of nature: toward an integrative framework, *Journal of Environmental Psychology*, 15(3), 169-182.
- Larsen, L. (2015) *Why engaging employees on sustainability really isn't about money*, retrieved Feb 13, 2017 from <https://www.greenbiz.com/article/why-engaging-employees-sustainability-really-isnt-about-money>.
- Lee, E. B. (2008). Environmental attitudes and information sources among African American college students. *Journal of Environmental Education*, 33(1), 29-42.
- National Survey of Student Engagement, 2006, retrieved Feb 16, 2017 from http://nsse.indiana.edu/NSSE_2006_Annual_Report/docs/NSSE_2006_Annual_Report.pdf
- O'Brien, C. (2016). *Sustainable happiness and well-being*, NY, NY: Routledge Press
- O'Brien, C., & Adam, C. (2016). Sustainable Happiness, Living Campus, and Wellbeing for All, *Journal of Innovation, Creativity & Change*, Volume 2(4), 85-102.
- Orr, D. W. (1990, May). Environmental education and ecological literacy. *The Education Digest*, 55, 48-53.

Passmore, H. (2011). Feeling Blue–Get Green: The Benefits of Nature on our Mental Health and Well-being, *Earth Common Journal*, Volume 1(1), 80-86.

Seligman, M. (2014). *Florecer, La Nueva psicología positive y la búsqueda del bienestar*, Editorial Oceano de Mexico, Mexico City, Mexico.

Slavin, R. E. (2006). *Educational psychology: Theory and practice*. Boston: Alyn & Bacon.

Smith B. MacGregor J., Matthews R., Gabelnick F. (2004). *Learning Communities: Reforming Undergraduate Education*, Wiley, New Jersey, USA

United Nations Earth Charter, Retrieved February 5, 2017 from <http://earthcharter.org/discover/the-earthcharter/>

Verdugo, V. C. (2010), *Psicología Sustentabilidad*, Mexico City, Mexico: Editoria Press

Zukin, C. and Szeltner, M. (2012). Net Impact, Talent Report: What workers want in 2012, John J. Heldrich Center for Workforce Development Rutgers, The State University of New Jersey. Retrieved February 15, 2017 from <https://www.netimpact.org/sites/default/files/documents/whatworkers-want-2012.pdf>



3040 Sherbooke West,
Westmount, Quebec, Canada, H3Z 1A4