

"La felicidad que contribuye al individuo, a la comunidad y al bienestar global sin explotar a los demás, al medio ambiente, o las generaciones futuras."

Catherine O´Brien



"El concepto felicidad sustentable de la Dra. Catherine O´Brien es una de las 5 mejores ideas en educación ambiental que surgió en los últimos 25 años."

Tim Grant, Editor/Publisher of Green Teacher magazine

"La conexión entre sustentabilidad y felicidad es ilustrada por el concepto de felicidad sustentable propuesto por Catherine O´Brien...no es posible imaginar un futuro donde la búsqueda de la felicidad no este de alguna manera conectada con la sustentabilidad. Mientras el ser humano continúe su camino hacia la felicidad y el bienestar, mas énfasis debe ser puesto en la sustentabilidad y en la interacción entre felicidad y sustentabilidad."

Happiness Research Institute, Denmark
(Sustainable Happiness report, 2015, p.16)

¿QUE ES LA FELICIDAD SUSTENTABLE?

La felicidad sustentable integra la investigación de la psicología positiva y la sustentabilidad. Esto significa que no solo buscamos la felicidad individual y el bienestar aislado, sino también como las elecciones tomadas impactan en otras personas y el medio ambiente. Las investigaciones en psicología positiva han revelado el beneficio de las emociones positivas al mismo tiempo que las medidas que podemos tomar para aumentar la satisfacción en nuestras vidas y mejorar el bienestar. Explorar como la felicidad y el bienestar están interconectados con el bienestar de otras personas y el medio ambiente que nos sostiene expande el significado de la psicología positiva. Esto ilustra el hecho vital que nuestra felicidad y deseo de bienestar, puede contribuir o tomar, de la salud ambiental, y el bienestar de otros. Podemos escoger vivir de formas que contribuyan al *bienestar de todos, sustentablemente*.

EDUCACIÓN PARA LA FELICIDAD SUSTENTABLE Y EL BIENESTAR

La felicidad sustentable es un nuevo método hacia la felicidad que invita a reflexionar sobre sustentabilidad y las oportunidades de mejorar nuestra calidad de vida y contribuir a individuos, la comunidad y el bienestar global. La Dra. Catherine O'Brien aplica su conocimiento sobre educación sustentable para crear el concepto de felicidad sustentable como una oportunidad de mejora de las personas y el ecosistema. La felicidad sustentable ha sido incorporada en estudios de grado y post grado Cape Breton University y en Sustainable Happiness Certificate ofrecido por Dawson College en Montreal. [Un curso de felicidad sustentable](#) esta disponible online para todo publico. El trabajo de la Dra. O'Brien ha sido reconocido nacional e internacionalmente. En 2012, ella fue invitada a participar en United Nations High-Level Meeting on Well-Being and Happiness. Ella es la autora de *Education for Sustainable Happiness and Well-Being*.

CONTACTO

Dra. Catherine O'Brien
Obrien@thinkingrock.org

www.sustainablehappiness.world

