

# DECODIFICANDO EL BIENESTAR HUMANO: MÁS ALLÁ DEL PROGRESO TECNOLÓGICO

Franklin Castro



## SJO DIGITAL 2025



# AGRADECIMIENTO ESPECIAL A NUESTROS PATROCINADORES



Primus Data



BRUNA  
GROUP

NESCAFÉ®

TEC | Tecnológico  
de Costa Rica



THE HONG KONG  
UNIVERSITY OF SCIENCE  
AND TECHNOLOGY

advancelearning



# AGENDA

La indagación apreciativa

¿Quiénes son más felices?

El ejemplo de los países nórdicos

Casos de uso

Conclusión: La necesidad de una brújula y un método



# LA INDAGACIÓN APRECIATIVA

Felicigenia: El arte y la ciencia  
de crear felicidad





# Homo sapiens

300,000 años de historia

**97 %**

sobrevivir

**3 %**

progresar

**1 %**

ser más felices

# 9 hitos de la historia



# Hitos | Felicigenia

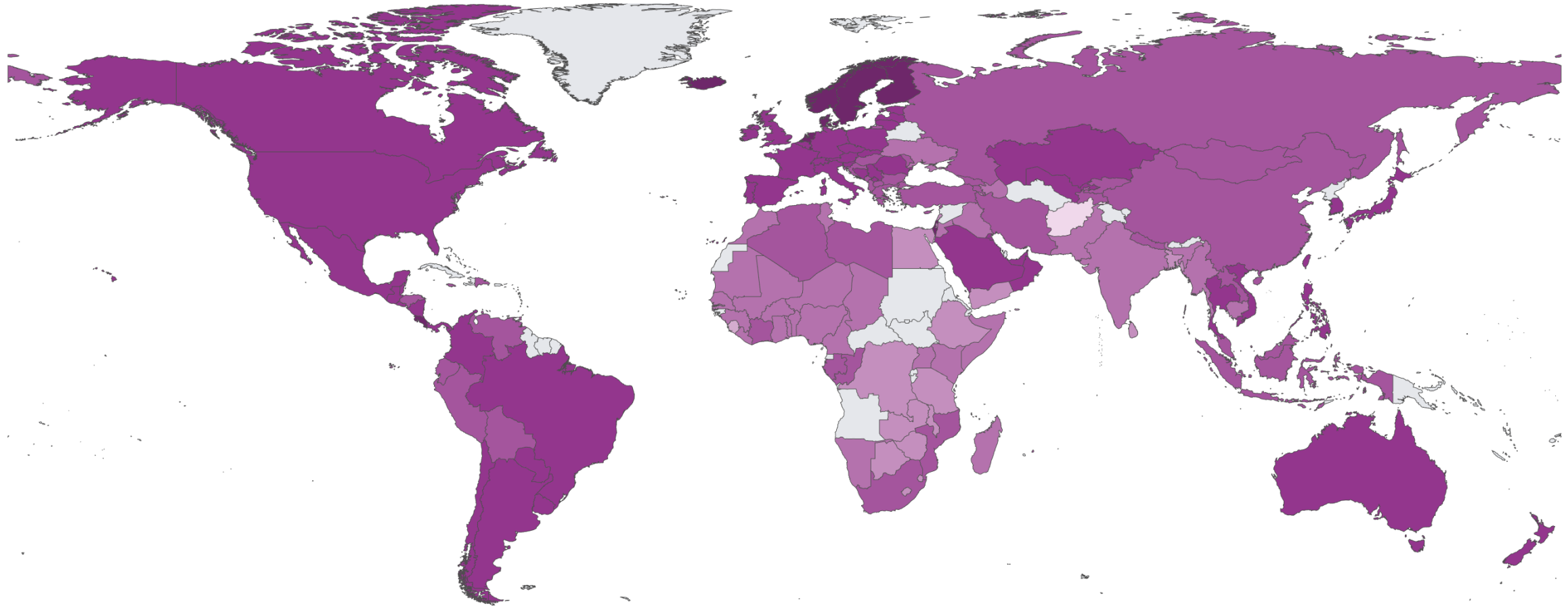


# ¿QUIÉNES SON MÁS FELICES?

The World Happiness Report

















Rank ↑	Country ↑
1	 <u>Finland</u>
2	 <u>Denmark</u>
3	 <u>Iceland</u>
4	 <u>Sweden</u>
5	 <u>Netherlands</u>
6	 <u>Costa Rica</u>
7	 <u>Norway</u>
8	 <u>Israel</u>
9	 <u>Luxembourg</u>
10	 <u>Mexico</u>



Rank ↑	Country ↑	Life evaluation (3-year average) ↑	Change (since 2012) ↑	Inequality ↑	Social support ↑	GDP per capita ↑	Healthy life expectancy ↑	Freedom ↑	Generosity ↑	Perceptions of corruption ↑	Positive emotions ↑	Negative emotions ↑	Donated ↑	Volunteered ↑	Helped a stranger ↑
1	 Finland	7.736	0.347	2	2	15	-	4	56	2	25	7	56	75	77
2	 Denmark	7.521	-0.172	28	4	5	-	10	31	4	11	35	31	60	70
3	 Iceland	7.515	0.160	5	1	8	-	3	5	31	8	8	5	66	102
4	 Sweden	7.345	-0.135	11	27	12	-	21	20	5	23	24	20	78	71
5	 Netherlands	7.306	-0.206	1	28	6	-	41	9	11	41	34	9	46	128
6	 Costa Rica	7.274	0.017	58	36	50	-	13	115	70	9	75	115	84	60
7	 Norway	7.262	-0.393	17	19	2	-	17	18	8	29	46	18	25	92
8	 Israel	7.234	-0.067	15	13	25	-	87	19	32	100	80	19	49	63
9	 Luxembourg	7.122	0.068	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
10	 Mexico	6.979	-0.109	71	61	57	-	27	104	59	6	14	104	81	44

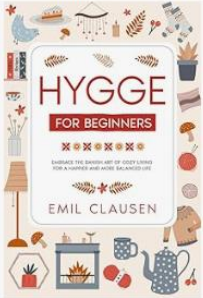
# EL EJEMPLO DE LOS PAÍSES NÓRDICOS

The World Happiness Report





Rank ↑	Country ↑
1	 <u>Finland</u>
2	 <u>Denmark</u>
3	 <u>Iceland</u>
4	 <u>Sweden</u>
5	 <u>Netherlands</u>
6	 <u>Costa Rica</u>
7	 <u>Norway</u>
8	 <u>Israel</u>
9	 <u>Luxembourg</u>
10	 <u>Mexico</u>



Patrocinado ⓘ

Hygge for Beginners: Embrace the Danish Art of Cozy Living for a Happier & More Balanced Life

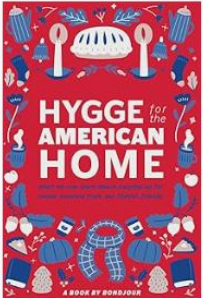
5.0 ★★★★★ (69)

Tapa blanda

US\$15<sup>97</sup>

Ganas: 16 pts

Entrega GRATIS el mar, 20 de may a Costa Rica en US\$35 de artículos elegibles



Patrocinado ⓘ

Hygge for the American Home: Embrace the Danish Way of Cozy Living, Tailored to Your Modern Lifestyle

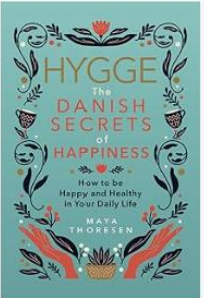
4.4 ★★★★★ (45)

Tapa blanda

US\$11<sup>99</sup>

Ganas: 12 pts

Entrega GRATIS el mar, 20 de may a Costa Rica en US\$35 de artículos elegibles



Patrocinado ⓘ

Hygge: The Danish Secrets of Happiness: How to be Happy and Healthy in Your Daily Life. (Hygge and Lagom)


4.2 ★★★★★ (502)

Tapa blanda

US\$14<sup>97</sup>

Ganas: 15 pts

Entrega GRATIS el mar, 20 de may a Costa Rica en US\$35 de artículos elegibles



The Hygge Game - Conversación acogedora en Pleasant Company multicolor, blanco, 14 años

4.7 ★★★★★ (3.3 K)

700+ comprados el mes pasado

US\$16<sup>49</sup> PVPR: US\$20.00

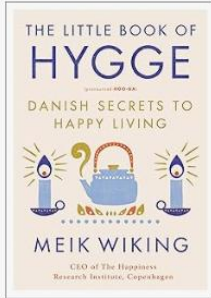
Entrega GRATIS el mar, 20 de may a Costa Rica en US\$35 de artículos elegibles

Agregar al carrito

Más opciones de compra

US\$16.39 (7 ofertas de artículos nuevos y usados)

Edades: 14 años y más



The Little Book of Hygge: Danish Secrets to Happy Living (The Happiness Institute Series)

4.5 ★★★★★ (5.9 K)

Kindle

US\$13<sup>99</sup>

Precio lista ed. impresa: US\$19.99

Ganas: 42 pts

Disponible al instante

Otros formatos: Audiolibro de Audible, Pasta dura, CD MP3

# HYGGE



My Hygge Home: How to Make Home Your Happy Place

4.5 ★★★★★ (533)

Kindle

US\$12<sup>99</sup>



Holy Hygge: Creating a Place for People to Gather and the Gospel to Grow

4.6 ★★★★★ (682)

Kindle

US\$0<sup>54</sup>



The Little Book of Hygge: The Danish Way to Live Well

4.4 ★★★★★ (7.2 K)

Pasta dura

US\$28<sup>85</sup>



ScandiKitchen: The Essence of Hygge

4.5 ★★★★★ (138)

Pasta dura

US\$12<sup>08</sup> PVPR: US\$12.99

Ganas: 13 pts



Hygge for Beginners: Embrace the Danish Art of Cozy Living for a Happier & More Balanced Life

5.0 ★★★★★ (69)

Pasta blanda

US\$11<sup>97</sup>





## CINCO FACTORES ESENCIALES EN LA CULTURA HYGGE

1. Igualdad.
2. Confianza.
3. Comunidad.
4. “Funciona”lidad.
5. “Agency”.

# IGUALDAD

1. IA para reducir sesgos en reclutamiento laboral.
2. Plataformas educativas personalizadas.
3. Análisis de brechas sociales.



# CONFIANZA

1. Gobierno transparente y abierto.
2. Detección de noticias falsas y campañas de desinformación.
3. Plataformas comunitarias de resolución de problemas.





# COMUNIDAD

1. IA para organizar voluntariado.
2. Plataformas de Economía colaborativa.
3. Monitoreo de salud mental comunitaria.



# “FUNCIONA”LIDAD

1. Gestión inteligente del transporte público.
2. Sistemas predictivos para servicios públicos.
3. Trámites digitales simplificados.



# AGENCY

1. Asistentes financieros personales.
2. Guías de salud preventiva personalizadas.
3. Orientadores vocacionales inteligentes.

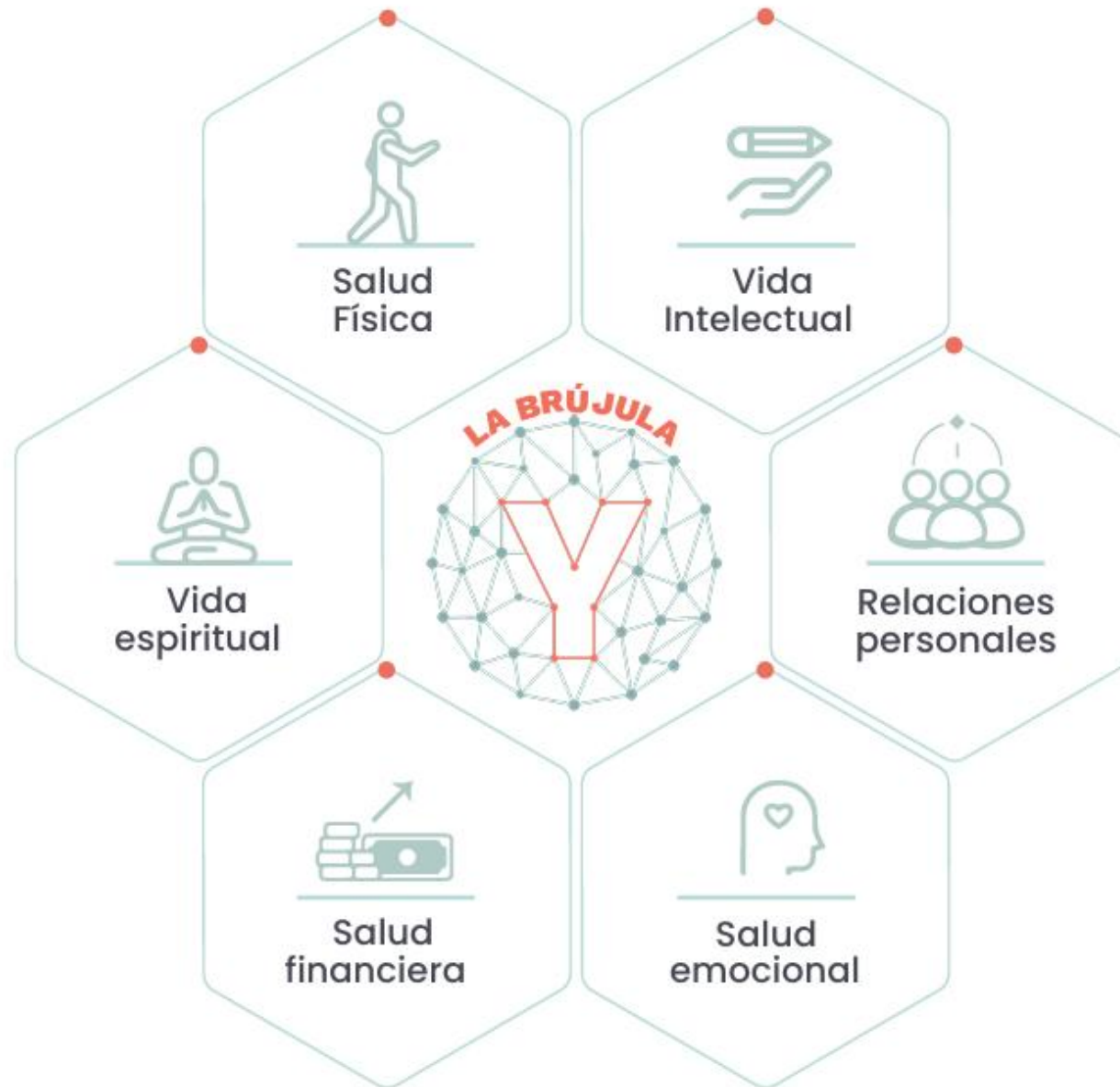


# CONCLUSIÓN: LA NECESIDAD DE UNA BRÚJULA Y UN MÉTODO

Modelos que sirvan de guía

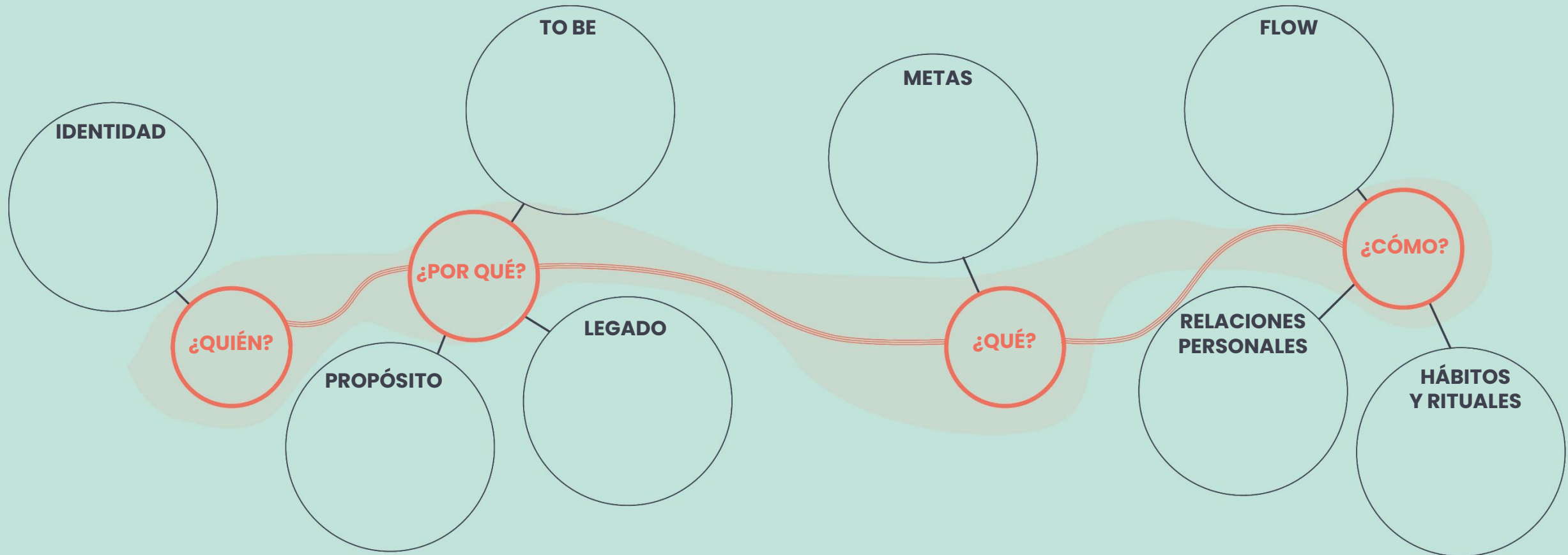


# MODELO SPIRE+F





# Felicigenia: el arte y la ciencia de crear felicidad





Ningún modelo de progreso  
es evolutivo  
si no nos convierte  
en mejores personas



## CON EL APOYO DE

