



Τα

απλά πράγματα που δεν εξαργυρώνονται με χρήματα.

Στην ερώτηση αυτή οι περισσότεροι ενήλικες

θα απαντούσαν, ένα καινούριο παιχνίδι,

μια βόλτα στις κούνιες, ένα ποδήλατο.

Η αλήθεια είναι πως όλα αυτά μπορούν να κάνουν το παιδί να χαμογελάσει και να περάσει όμορφα, ωστόσο τίποτα από αυτά δεν σημαίνει πραγματική ευτυχία για το παιδί.

What Makes a Happy Child?

Ένα στοργικό χάδι, ένα μπράβο, μια αγκαλιά,

μια κοινή δραστηριότητα, η αγάπη,

είναι αυτά που ζητούν για την ευτυχία.

Τι είναι αυτό που θα μπορούσε να χαρακτηρίσει ένα παιδί ευτυχισμένο αλλά και να

τον μετατρέψουν σ' έναν ευτυχή ενήλικα στο μέλλον;

Η αλήθεια είναι πως οι ειδικοί έχουν ασχοληθεί περισσότερο με τα «αρνητικά» συναισθήματα πάρα με το τι προκαλεί σ' ένα άτομο «θετικά» συναισθήματα, αν και δεν είναι ωραίο να βάζουμε ταμπέλες.

Μια πολύ πρόσφατη έρευνα που μελέτησε την παιδική ευημερία και παρουσιάστηκε στο Γραφείο Ερευνών της UNICEF, διαπίστωσε ότι αν και η Ελλάδα καταλαμβάνει την 25η θέση στο συγκεντρωτικό πίνακα κατάταξης της παιδικής ευημερίας και την 23η θέση στη σχετική παιδική φτώχεια (από 29 χώρες), σκαρφαλώνει στην 5η θέση στο συγκεντρωτικό πίνακα Ικανοποίησης. Όταν ζητήθηκε από τα Ελληνόπουλα να βαθμολογήσουν την ικανοποίηση από την ποιότητα ζωής τους από το 1 μέχρι το 10, το 90% των παιδιών την βαθμολόγησαν από 6 και πάνω.

Το συμπέρασμα που προκύπτει είναι πως τα υλικά αγαθά δεν φέρνουν την ευτυχία. Αυτό που έχει σημασία είναι οι ανθρώπινες σχέσεις. Αυτό το εύρημα έρχεται να συμπληρώσει τη θεωρία του John Bowlby, ο οποίος τόνισε ότι η σχέση γονιού-παιδιού έχει τεράστια επιρροή στη διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης του παιδιού, στην άποψή του για τον κόσμο και αποτελεί το σημείο εκκίνησης για την ευτυχία. Τα παιδιά που διαμορφώνουν από νωρίς μια καλή σχέση με τους γονείς τους, τείνουν να αναπτύσσουν πιο καλές και θετικές σχέσεις με τους φίλους, με τους ερωτικούς συντρόφους και με τα δικά τους τα παιδιά στο μέλλον.

Ένας ακόμη παράγοντας που φαίνεται να επηρεάζει την ευτυχία είναι η πίστη στον εαυτό μας.

Όταν τα μικρά σας νιώθουν πως τα πάνε καλά σ' ένα τομέα, τότε νιώθουν πώς είναι σημαντικά και προσφέρουν. Ωστόσο τα παιδιά δεν θα πρέπει να εγκλωβίζονται στην ικανοποίηση στόχων που νιώθουν ότι η ευτυχία τους έχει άμεση εξάρτηση από την απόκτησή τους. Για παράδειγμα, ένα παιδί που απολαμβάνει να παίζει ποδόσφαιρο για το παιχνίδι, είναι πιο πιθανό να νιώθει ευτυχισμένο από την εμπειρία του παιχνιδιού, παρά από ένα παιδί που νιώθει ευτυχισμένο μόνο όταν κερδίζει.

Η αποδοχή επίσης παίζει μεγάλο ρόλο.

Τα μικρά νιώθουν ασφάλεια και σιγουριά όταν τα αποδέχεστε όπως είναι. Η αυστηρή κριτική και οι ταμπέλες δεν βοηθούν. Η θετική προσέγγιση των γονιών και η αισιοδοξία για το μέλλον θα βοηθήσουν τα παιδιά να αποκτήσουν την πολυπόθητη ευτυχία.

Τι κάνει επομένως τα παιδιά ευτυχισμένα;

Τα απλά πράγματα που δεν εξαργυρώνονται με χρήματα.

Ένα στοργικό χέρι, ένα μπράβο, μια αγκαλιά, μια κοινή δραστηριότητα, η αγάπη, είναι αυτά που ζητούν για την ευτυχία.

Πηγές: jenny.gr – hamomilaki.blogspot.gr