29 Ιανουαρίου 2022

Έτσι θα κάνετε τα παιδιά σας ευτυχισμένα

Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Υγεία και ιατρικά θέματα



Νέα μελέτη δείχνει για πρώτη φορά ότι η σύνδεση με τη φύση κάνει τα παιδιά πιο ευτυχισμένα λόγω της τάσης τους να συμπεριφέρονται με οικολογικά κίνητρα και με έννοια για την προστασία του πλανήτη



Σε μια εποχή που προβλήματα όπως η κλιματική αλλαγή, οι καταστροφές δασών και η εξαφάνιση σπάνιων ειδών του ζωικού βασιλείου, οι επιστήμονες στρέφουν το ενδιαφέρον τους προς τη σχέση του ανθρώπου με τη φύση και πώς μπορεί αυτή να αποφέρει λύσεις για τα μείζονα περιβαλλοντικά ζητήματα.

Στο πλαίσιο αυτό και με επίκεντρο τα παιδιά, τους μελλοντικούς θεματοφύλακες του πλανήτη, ερευνητές από από το Τεχνολογικό Ίδρυμα Sonora θέλησαν να διαπιστώσουν πώς ο δεσμός με τη φύση επιδρά στα παιδιά, και με ποιους τρόπους μπορεί να ενισχυθεί η οικολογική τους συνείδηση, καθώς χαλάρωση αυτού του δεσμού μπορεί να οδηγήσει σε αδιαφορία για την προστασία του πλανήτη.

Σύμφωνα με τα ευρήματα της μελέτης που δημοσιεύτηκαν στο Frontiers in Psychology, οι ισχυροί δεσμοί των παιδιών με τη φύση μέσα από συμπεριφορές και δράσεις υπέρ της προστασίας του περιβάλλοντος, τα καθιστά πιο ευτυχή και χαρούμενα.

Για τις ανάγκες της έρευνας, ζητήθηκε από 296 παιδιά ηλικίας 9 έως 12 ετών από το Μεξικό να αξιολογήσουν τη σύνδεσή τους με τη φύση, τον τρόπο που λειτουργούν σε σχέση με την οικολογία, την απλότητα, τον αλτρουισμό και την ισότητα, καθώς και το αίσθημα της ευτυχίας. Η αξιολόγηση βασίστηκε στον βαθμό σύμπνοιας των παιδιών με δηλώσεις όπως «Οι άνθρωποι είναι κομμάτι της φύσης» και «Διαχωρίζω τα ανακυκλώσιμα μπουκάλια από τα υπόλοιπα σκουπίδια».

Οι ερευνητές διαπίστωσαν ότι τα παιδιά με αναπτυγμένη την οικολογική τους

συνείδηση και συμπεριφορές που προάγουν την προστασία του πλανήτη και την αρχή της αειφορίας, σημείωσαν εντονότερα αισθήματα ευτυχίας, πόρισμα που έρχεται να συμπληρώσει τα ευρήματα παλαιότερων ερευνών σε ενήλικες, όπου είχαν αναδείξει την ευτυχία ως αποτέλεσμα της ενισχυμένης οικολογικής ανησυχίας.

Παρά τον περιορισμό της μελέτης σε παιδιά από την ίδια πόλη, τα αποτελέσματα παρέχουν σημαντικές πληροφορίες για τη σχέση των παιδιών με την αιφορεία και τη βιωσιμότητα του πλανήτη. Η βαθύτερη κατανόηση του δεσμού μεταξύ αυτών των μεταβλητών μπορεί να προσφέρει πρακτική γνώση για τα προστιθέμενα ψυχολογικά οφέλη που θα είχε η προώθηση προτύπων οικολογικής συμπεριφοράς στα παιδιά καθώς και κίνητρα για να περνούν περισσότερο χρόνο στη φύση. Στο πλαίσιο αυτό, οι ειδικοί εφιστούν την προσοχή σε γονείς και δασκάλους, οι μπορούν να συμβάλουν προς αυτήν την κατεύθυνση.

Πηγή: ygeiamou.gr