

Różnie to bywa. Niektórzy rodzice chcą by ich dziecko wspinało się po szczeblach kariery, a inni odnajdą dumę z klepiącego biedę artysty. Część chce by ich dzieci były najlepsze w tym co robią ale są tacy, którzy z zadowoleniem dostrzegają, że dziecko spełnia podstawowe wymagania. Oczywiście jest, że różnimy się w ocenie tego co dla ich dzieci jest ważne, dobre, pożyteczne, słuszne itd. A jednak jest coś co niemal wszyscy mamy wspólne: ojcowie i matki na całym świecie chcą by ich dziecko było: szczęśliwe, dobre i utrzymywało udane relacje z innymi ludźmi.

Skorzystajmy przez chwilę z naukowego żargonu ekonomistów. Badania wskazują, że szczęście, zachowania prospołeczne (np. pomaganie innym) i satysfakcjonujące relacje z innymi to dobra komplementarne a nie substytucyjne. Oznacza to tylko, że uzyskując jedną z tych wartości nie tylko nie rezygnujemy z innej, ale wręcz ją wzmacniamy. Szczęśliwi ludzie chętniej pomagają innym i utrzymują lepsze relacje z otoczeniem, dobrowolnie robiąc coś dla innych możemy stawać się szczęśliwsi i zdobywać sympatię innych, a będąc lubianymi okazujemy się być szczęśliwszymi, bardziej pomocnymi, nastawionymi na współpracę.

Opublikowano właśnie wyniki interesującego badania przeprowadzonego w kanadyjskim Vancouver. Uczniowie z tamtejszych szkół, dzieci w wieku od 9 do 11 lat, podzielone zostały na dwie grupy. Członków pierwszej z nich, nazwijmy ich „dobroczyńcami”, poinstruowano by przez okres czterech kolejnych tygodni, w każdym tygodniu zrobili trzy dobre rzeczy dla innych, okazały komuś życzliwość czy uprzejmość. Przy czym adresatem tych aktów dobroczynności mógł być każdy. Drugą grupę tworzyły dzieci, które w tym samym okresie, każdego tygodnia miały za zadanie odwiedzić trzy różne miejsca. Co robili „dobroczyńcy”? Przykładowe zapiski: „przytulenie mamy, gdy ta stresuje się swoją pracą”, „podzielenie się z kimś własnym lunchem”, „odkurzenie podłogi”. Tymczasem członkowie drugiej grupy wskazywali na odwiedziny np. w centrum handlowym, domu babci, czy na boisku baseballowym.

Przedstawiając wyniki badania autorzy artykułu wskazują, że czynienie dobra po prostu się opłaca. Samopoczucie dobroczyńców wzrosło i to samo dotyczy ich popularności (akceptacji) w grupie rówieśników. Wniosek: chcąc uczynić nasze dzieci szczęśliwymi i lubianymi, namówmy je do czynienia dobra.

Dobro czyniąc

Wpisany przez Piotr Michoń

piątek, 28 grudnia 2012 09:01 - Poprawiony piątek, 28 grudnia 2012 09:14

Layous K, Nelson SK, Oberle E, Schonert-Reichl KA, Lyubomirsky S (2012) Kindness Counts: Prompting Prosocial Behavior in Preadolescents Boosts Peer Acceptance and Well-Being. PLoS ONE 7(12): e51380. doi:10.1371/journal.pone.0051380