



Совсем скоро наступят летние каникулы, вы сможете отдохнуть, набраться сил и новых впечатлений, провести время с близкими людьми. Сегодня наш «Разговор о важном» про счастье, на нем мы подведем итоги и осмыслим наш путь в течение учебного года. Тема, на первый взгляд, достаточно личная, ведь известно, что секрет счастья у каждого свой. О счастье люди начали задумываться очень давно, ещё в первом веке до нашей эры один из римских авторов насчитал больше 280 определений счастья.

Есть причины счастья, которые свойственны всем нам. Ощущать счастье можно в моменты, когда слышишь приятные слова, чувствуешь доброе отношение окружающих людей, понимаешь, что рядом есть те, на кого можно опереться, а ещё в моменты встреч с искусством или природой. Чем больше источников счастья у человека, тем он гармоничнее. Благодаря тому что есть общепринятые факторы счастья, ученым удастся описывать его в научных терминах. Счастье как биологическое состояние организма исследуют ученые естественных наук. Конечно, только к биологическим процессам счастье мы сводить не будем. Темой счастья занимаются и социальные науки, а для оценки счастливой жизни там используют термин «субъективное благополучие». Этот подход поможет нам самостоятельно измерить свой уровень счастья.

Вы можете внести свой вклад и принять участие в исследовании уровня счастья среди школьников России. Опрос проходит в электронном виде через учебный профиль Сферум в канале «Разговоров о важном». В благодарность за участие вы получите приятный сюрприз после прохождения опроса. Наверное, самый важный вывод, который мы можем сегодня сделать - понятие счастья не имеет однозначного определения, каждый человек понимает счастье по-своему, однако деятельность человека на пользу других людей, на пользу всего общества действительно может сделать и делает человека счастливым.

Желаю вам прислушиваться к себе, научиться отслеживать и влиять на свой уровень счастья, чтобы каждый день был запоминающимся. Желаю вам хорошего летнего отдыха. Набирайтесь ярких впечатлений, заряжайтесь самыми положительными эмоциями и будьте счастливы!

Исследование «Уровень счастья»

 сферум
 VK Мессенджер

