**Проект «Украина – успешная страна счастливых людей»**

Каждый человек хочет быть счастливым. Но если не понять истинную суть счастья и заменить на суррогаты, начинается гонка за статус, власть, славу и богатство. Это становится причиной большинства несчастий – конфликтов и раздоров, войн и убийств.

Этому также способствует искаженный критерий успешности стран – ВВП (валовый внутренний продукт). Который стимулирует гонку за материальным производством, игнорируя негативные последствия - чем больше рубят лес и выкуривают сигарет, тем больше ВВП.

Это поняли некоторые страны, такие как Бутан или ОАЭ, которые за основу успешности взяли индекс счастья. Это поняло и ООН, в 2012 году рекомендовавшая правительствам стран заменить ВВП на индекс счастья. Он рассчитывается с учетом ВВП на душу населения, а также ожидаемой продолжительности жизни, наличия гражданских свобод, чувства безопасности и уверенности в завтрашнем дне, стабильности семьи, гарантии занятости, уровня коррупции. Также учитываются такие показатели, как уровень доверия в обществе, великодушие и щедрость.

Счастье становится ориентиром для все большего количества людей и сообществ. Исследовательский центр «Института Земли» под эгидой ООН каждый год проводит исследования и составляет Индекс Счастья. В очередном рейтинге Счастья в 2017 году среди 155 стран мира первое место заняла Норвегия, вслед за ней идут другие северные страны – Дания, Исландия, Финляндия, Нидерланды и Канада.

Хотя самые счастливые страны входят в число и самых богатых, но это скорее следствие, чем причина. Многие исследования показывают, что связь между богатством и счастьем минимальная (парадокс Истерлина). Например, уровень благосостояния в США за последние 50 лет увеличился в 4 раза, а уровень счастья немного снизился. А вот обратная связь – «счастливые становятся богатыми» верная. Северные страны богаты благодаря умению быть счастливыми, невзирая на сложные обстоятельства и климат.

Украина, согласно Индексу Счастья 2017, оказалась самой несчастной страной Европы, и заняла лишь 132 место в общемировом списке. Корни этого в нашем мышлении, в «ценностях выживания», которые являются определяющим фактором различий в развитии стран. Опыт показал, что формальное заимствование европейских институтов не меняет страну. Реформы могут быть успешными, только если у значительной части граждан европейские ценности станут частью их личности и их поведения.

Это путь моральной модернизации, изменения ценностей людей. Это длительный процесс, связанный со сменой поколений. может быть выходом из нашего заколдованного круга. Поэтому надо в первую очередь менять образовательную систему – школы и институты. Нужно в первую очередь работать с поколением Y (18-35 лет) и Z (до 18 лет).

Чем Y и Z отличаются от поколения Х? Тем, что выросли в эпоху интернета и в относительной безопасности. Поколению Х пришлось выживать в 90‑е. Это сформировало в них привычку трудоголизма и желания заработать как можно больше денег на случай голодных времен. А еще добиваться высокого статуса и демонстрировать его с помощью дорогих часов, машин и домов. Поддерживать полезные знакомства, даже если человек тебе противен.

Некоторые представители поколения Х, осознав бессмысленность этой гонки, изменили свои ценности, запустив проекты по формированию нового общества. Но в целом поколение Х придерживается материальных ценностей. Учитывая, что они сейчас во власти, это и способствует процветанию коррупции и кумовства в нашем обществе.

Y и Z, выросшие в относительном материальном благополучии, спокойно относятся к деньгам. Они владеют как минимум одним иностранным языком, а интернет сделал их глобально мыслящими. Они могут спокойно сесть в самолет, улететь в Таиланд и полгода поработать там на фрилансе. Для них первостепенным является получение удовольствия от работы и жизни.

У них хорошие ценности: они защищают животных, думают об экологии, мечтают о мире без войн. Они глобальны и понятия «нация», «государство» и «границы» для них уже достаточно размыты, что больше плюс, чем минус. И в ближайшие 10‑15 лет они изменят страну к лучшему. Нам нужно активно помогать в формировании у них новых ценностей, ключевым из которых считаю желание быть счастливым и помогать другим в этом.

Счастье и удовольствия (гедонизм) в большинстве случаев являются антагонистами. Гоняясь за удовольствиями, мы получаем лишь кратковременный всплеск эмоций, выработку нейромедиатора дофамина, который быстро расщепляется. Мозгу хочется еще, он быстро привыкает к дозе, и следующая должна быть еще больше. Так мы попадаем в замкнутый круг, становясь наркоманами удовольствий, деградируя физически, эмоционально и духовно.

Что же делает нас счастливыми? Вот 5 аспектов, развитие которых в Украине поможет созданию «успешной страны счастливых людей»:

**1. Доверие**

​

Это самый болезненный вопрос украинского общества. Если в счастливых странах для процветания объединяются, то у нас, с ценностями выживания, каждый действует в одиночку. И считают, что для выживания все средства хороши – обман, нарушение закона, воровство.

Важно создавать общество взаимного доверия, где все работают ради общего блага. Чем выше уровень доверия, тем более развита экономика - ниже трансакционные издержки. Лучше всего это описано в книге Фукуямы «Доверие».

**2. Уважение**

​

В счастливых странах в образовании, политике, средней продолжительности жизни и даже в рождаемости царит равноправие и **справедливость**по отношению к обоим полам.

Основа их общества – равное отношение не только к женщинам, но и к людям с ограниченными возможностями, с нетрадиционной ориентацией, к национальным меньшинствам.

**3. Позитив**

​

Мартин Селигман, отец позитивной психологии, предлагает сосредоточиться не на патологиях и недостатках, а на позитивных аспектах жизни. Научиться радоваться простым вещам. Перестать жаловаться, и видеть позитива намного больше, чем негатива.

**​4. Образование**

Уровень образования влияет на уровень осознания человеком себя и управление своими состояниями. Под образованием имеется ввиду не только профессиональное развитие, а и изучение психологии, нейрофизиологии, гуманитарных наук, включая философию, для повышения уровня осознанности человека. Чем выше уровень образованности, тем легче человек постигает суть самого себя. И тем более он счастлив.

**5.** ​**Волонтерство**

В нашем обществе волонтерство приобрело популярность с начала Майдана. И на сегодня тысячи волонтерских проектов набирают силу. Волонтеры во всем мире считаются одними из самых счастливых людей. Ощущение того, что ты приносишь кому-то пользу, улучшает самочувствие и удовлетворенность жизнью. Оно наполняет жизнь человека и общества высшим смыслом.

**Предлагаю программу из следующих шагов:**

**Создать министерство счастья.** Которое будет управлять индексом счастья в стране, изменять работу госорганов и их показателей. А также влиять на мышления людей, их ценности и поведение. Культивировать ценностей доверия, уважения, ответственности, взаимопомощи. Чтобы каждый задавал себе вопрос: «Что я могу сделать для пользы общества?»

Министерство будет измерять уровень счастья по стране. Измерение будет происходить по отдельным показателям - уровень гражданских свобод, чувства безопасности, стабильность семьи, гарантия занятости, уровень коррупции. Измерять необходимо не только в каждом регионе, но и городе и даже селе (по возможности).

Исходя из наиболее проблемный моментов для конкретного региона министерство счастья, совместно с коллегами, будет разрабатывать локальную программу и определять показатели для других министерств, достижения которых будет непосредственно влиять на уровень счастья в стране. Например «уровень коррупции в регионе х равен 8,8, необходимо МВД до конца года снизить его до показателя 7,5».

**Миссия министерства – успешная страна счастливых людей**

**Цель министерства – каждый год повышать уровень счастья в стране и вывести ее в тридцатку самых счастливых стран к 2030 году**

**Задача 1. Внедрить индекс счастья**, на который ориентируется Кабмин и все госструктуры. Разложить на показатели для каждого министерства.

Привлечь исследовательские компании, такие как Gallup, для измерения уровня счастья в стране и конкретных регионах. Обнародовать эти данные. Создать горячую линию по вопросам уровня счастья.

**Задача 2. Доносить до людей идею счастья**. **Популяризировать ценности доверия и уважения.**

И правильное поведение. Сделать это модным, трендом – не мусорить, соблюдать ПДД и законы, помогать старикам и людям с ограниченными возможностями.

Доносить до людей, что причины их бед в них самих. Что только с изменением старого мышления, взятия на себя ответственности, культивирования честности и желания помогать другим мы сможем построить новую страну.

Для этого можно использовать ТВ и СМИ, наружную рекламу, снимать сериалы и документальные фильмы, внедрить соответствующие программы в школах и институтах.

Важно изучить опыт стран, которые внедряют идею счастья на государственном уровне. Привлекать международных экспертов.

**Задача 3. Развивать культуру счастья в компаниях.** Успешная экономика – это успешный бизнес. А в основе бизнеса 21 века лежит культура счастья. Для этого каждая компания определяет свою миссию - какую пользу мы приносим клиентам/обществу и ценности - как мы действуем, что для нас важно в поведении сотрудников.

Перестает думать критериями только прибыли и ставит во главу угла интересы клиентов и сотрудников. Создает команды, где люди объединяются ради достижения общих, благородных целей. Лидеры создают среду, в которой сотрудники получают большую свободу действий и имеют все возможности для развития, обучения и самореализации.

**Задача 4. Развивать и поддерживать локальные социальные сообщества**, меняющие какой-либо аспект общества. Будь то ОСББ, ОТО (объединенные территориальные общины) или волонтерские проекты типа «Чистая Украина». Включать людей на местном уровне, чтобы они создавали сообщества, которые могут изменить ситуацию в содружестве с местными госорганами. Как показал Майдан, когда критическое количество людей объединяется, то местная власть бессильна этому противостоять.

Ориентация на счастье объединит страну вокруг идеи, которая важна для всех 100% граждан. Даст возможность управлять намного более гармоничными показателями. Приведет к росту ВВП намного быстрее – ведь ВВП зависит от нашего поведения, и есть следствием как правильной среды в стране, так и наших ценностей и образа мышления.