

Οι Έλληνες και η ευτυχία

Ευζωία, ευημερία, ευδαιμονία, ικανοποίηση, χαρά, έκσταση, ηδονή. Η εκδοχή των λεξικών για την ευτυχία. Όπως και να την αποκαλέσεις, εξακολουθεί να είναι η αρχέγονη αναζήτηση του ανθρώπου για το μέγιστο αγαθό. Από την εποχή του δωδεκάθεου που η ευτυχία διανεμόταν ανάλογα με τα καπρίτσια των θεών έως τη νεότερη, που οι θρησκείες έταξαν στους πιστούς την ευτυχία ως τρόπαιο μετά θάνατον, ο κόσμος έζησε στιγμές μεγάλης χαράς αλλά και μεγάλης απογοήτευσης. Αυτή η τελευταία οδήγησε τον Αλμπερτ Χίρσμαν, ένα εξαιρετο κράμα οικονομολόγου, θεωρητικού της ανάπτυξης αλλά και κοινωνιολόγου και φιλοσόφου, στη διατύπωση της θεωρίας του για τους κύκλους της ευτυχίας.

Οι Έλληνες και η ευτυχία

Την εναλλαγή ανάμεσα σε στιγμές που η ευτυχία αποτελεί κοινωνική κατάσταση του συλλογικού και ύστερα εστιάζει στο υποκειμενικό νόημα της ζωής και την ατομική προσδοκία. Από όποια πλευρά και να δει κάποιος αυτούς τους κύκλους, το σίγουρο είναι ότι η οπτική του κύκλου θα διατηρείται. Ερχεται και παύει. Είτε πρόκειται για τη ματιά του Αριστοτέλη που όριζε την ευτυχία -στα Ηθικά Νικομάχεια- ως ευδαιμονία της ψυχής, αποκτώντας την αρετή της σοφίας είτε με το σύγχρονο μάτι των δυτικών κοινωνιών που τείνουν να τη συσχετίζουν με την ευημερία.

Οι κύκλοι είναι εναλλασσόμενοι και οι έννοιες του ατομικού και του συλλογικού, του καθημερινού τρόπου ζωής και της ψυχικής διάθεσης διαπλέκονται. Γιατί όταν απουσιάζουν τα απαραίτητα μέσα διαβίωσης, η υγεία και η ελευθερία του ατόμου, η επιδίωξη της ευτυχίας μάλλον ανάγεται στην εξασφάλισή τους, ενώ όταν θεωρούνται δεδομένα, η ευτυχία αναζητείται μέσα από κάποια νέα προσδοκία. Για τους Έλληνες, όπως και τις άλλες δυτικές κοινωνίες, που έχουν εξασφαλίσει πολιτική, οικονομική και κοινωνική σταθερότητα, η ευτυχία δεν είναι ένα εύκολα διαχειρίσιμο μέγεθος. Πρέπει να συνίσταται στις καλές συνθήκες εργασίας, στις ικανοποιητικές αμοιβές, στην εμπιστοσύνη στους θεσμούς, στην υγεία του ατόμου και του στενού του περιβάλλοντος αλλά και στις καλές σχέσεις με την οικογένεια και τους φίλους. Παράμετροι που όταν βρίσκονται σε καλό επίπεδο συμβάλλουν στη μείωση του άγχους και της ανασφάλειας και στην αύξηση της ευχαρίστησης από τη ζωή. Αυτά όσον αφορά το γενικό πρίσμα μέσα από το οποίο θα επιχειρήσουμε να φέρουμε την ευτυχία στα καθ' ημάς.

Ροκανίζοντας τη χαρά

Το άγχος, απ' όποιο κομμάτι της ζωής του Έλληνα και να προέρχεται, αφαιρεί πόντους από την ευτυχία του. Το πρωινό ξεκίνημα βρίσκει τους περισσότερους βουτηγμένους σε αυτό καθώς δηλώνουν υπερβολικά στρεσορισμένοι, σωματικά καταπονημένοι και χωρίς χρόνο για την οικογένεια και τους φίλους τους. Συγκεκριμένα, έρευνα του Ευρωπαϊκού Ιδρύματος Eurofund για τη Βελτίωση των Συνθηκών Διαβίωσης και Εργασίας που διενεργήθηκε την τελευταία τριετία με τη συμμετοχή 30.000 εργαζομένων σε 31

χώρες της Γηραιάς ηπείρου, έδειξε ότι 4 στους 10 Έλληνες είναι δυσαρεστημένοι με τις συνθήκες εργασίας, σχεδόν έξι στους δέκα (59%) νιώθουν μεγάλη κόπωση, πάνω από τους μισούς (55%) είναι γεμάτοι από στρες, ενώ περίπου ένας στους τρεις (35%) νιώθει συχνά ταραχή.

Οι Έλληνες κατά μέσο όρο εργάζονται 60 ώρες την εβδομάδα, από τις περισσότερες στην Ευρώπη. Ως αποτέλεσμα της έλλειψης χρόνου διατρέφονται πρόχειρα, χωρίς να τηρούν τους βασικούς κανόνες της μεσογειακής διατροφής που μπορούν να εξασφαλίσουν υγεία και μακροβιότητα. Αυτός ο τρόπος ζωής υπονομεύει τη μελλοντική τους ευτυχία, καθώς μειώνει το επίπεδο της υγείας. Κάπως έτσι είναι η πραγματικότητα κατά τη διάρκεια της ημέρας. Το βράδυ, που θα περίμενε κάποιος να ταυτίζεται με την ηρεμία, γεμίζει με φόβο τους Έλληνες που περισσότερο από κάθε άλλον Ευρωπαίο -σε ποσοστό περίπου 40%-φοβούνται να κυκλοφορήσουν στους δρόμους, ενώ 5 στους 10 πιστεύουν ότι θα γίνει σύντομα διάρρηξη στο σπίτι τους! Αυτό έδειξε περσινή ευρωπαϊκή έρευνα που είχε στόχο να διερευνήσει την εγκληματικότητα στην ΕΕ.

Στην πράξη όμως οι φόβοι τους δεν επιβεβαιώνονται. Η εγκληματικότητα δεν είναι τόσο μεγάλη στη χώρα μας. Η αντίφαση μάλλον προκύπτει ως αποτέλεσμα του συνδυασμού μίας πεσιμιστικής διάθεσης, αλλά και της έλλειψης εμπιστοσύνης στην Αστυνομία. Αυτή η πεσιμιστική διάθεση φαίνεται να είναι ιδιαίτερο γνώρισμα της ταυτότητας του Έλληνα καθώς με απαισιοδοξία αντιμετωπίζει το παρόν και το



μέλλον του. Όπως δείχνουν οι τακτικές μετρήσεις του Ευρωβαρόμετρου, περίπου οι μισοί Έλληνες εκτιμούν ότι το προσωπικό τους «στάτους» έχει χειροτερεύσει την τελευταία πενταετία.

Με την ίδια απαισιοδοξία βλέπουν οι Έλληνες να εξελίσσεται η ζωή τους μετά 20 χρόνια καθώς το 67% πιστεύει ότι αυτή θα είναι χειρότερη από σήμερα. Στα εν οίκω τώρα. Οι συζυγικές σχέσεις φθάνουν σήμερα πιο εύκολα στη διάλυση, με τον δείκτη των διαζυγίων από 8% το 1980 να αγγίζει το 24% το 2005 σύμφωνα με την Εθνική Στατιστική Υπηρεσία. Η κρίση όμως στις σχέσεις και τα προβλήματα που δημιουργούν οι απαιτητικοί ρυθμοί της ζωής, αποτυπώνονται και στο μέσο όρο παιδιών που αντιστοιχούν ανά Ελληνίδα (1,3 παιδιά) -τα παιδιά είναι ευτυχία, λένε- που είναι και από τους χαμηλότερους σε ευρωπαϊκό επίπεδο. Επιπλέον, οι αυτοκτονίες αυξήθηκαν περί το 25% το 2006 σε σχέση με το 2002 (406 - 323 αυτοκτονίες αντίστοιχα), ενώ ταυτόχρονα αυξάνονται και τα κρούσματα κατάθλιψης. Στη χώρα μας, σύμφωνα με το Ινστιτούτο Φαρμακευτικής Έρευνας και Τεχνολογίας (ΙΦΕΤ) καταναλώνονται περίπου 144.000.000 αντικαταθλιπτικά χάπια τον χρόνο!

Τα λεφτά της δυστυχίας

Οι Εικόνες μίλησαν με τον Αναστάσιο Σταλίκια, αναπληρωτή καθηγητή στο τμήμα Ψυχολογίας του Παντείου Πανεπιστημίου και επικεφαλής της ερευνητικής ομάδας «Θετικών Συναισθημάτων» στην ψυχική υγεία και κατ' επέκταση στην υποκειμενική ευτυχία των Ελλήνων. «Η ευτυχία είναι ένας δύσκολος όρος καθώς οι άνθρωποι είναι ευτυχισμένοι κάτω από διαφορετικές συνθήκες, ενώ ταυτόχρονα δεν υπάρχει αντικειμενική ευτυχία. Αυτή σχετίζεται με τις προσδοκίες του ανθρώπου, με το νόημα που αποδίδει στη ζωή και στον λόγο της ύπαρξής του», λέει και εξηγεί: «Το νόημα της ζωής μπορεί να είναι διαφορετικό για τον κάθε άνθρωπο. Σε γενικές γραμμές το διαχωρίζουμε σε ατομικό και κοινωνικό».

Στη συνέχεια ζητάμε από τον Α. Σταλίκια να μας περιγράψει υπό το πρίσμα του συλλογικού, τις παραμέτρους που προσδιόρισαν τα επίπεδα

ευτυχίας του Έλληνα από το '60 έως σήμερα. Να τι μας είπε: «Τη δεκαετία του '60 για τους Έλληνες που είχαν περάσει εμφύλιο πόλεμο, ευτυχία ήταν να σταθούν στα πόδια τους, να έχουν το σπίτι τους, να δημιουργήσουν οικογένεια, να εργαστούν στο Δημόσιο, να αποκτήσουν ιδεολογική και πολιτική ταυτότητα. Ήταν η εποχή που αναδύθηκε σχετική ευημερία στην Ελλάδα. Η λογική της ευημερίας ενισχύθηκε τη δεκαετία του '70 οπότε και η ευτυχία πήρε μορφές όπως αυτή του "βολέματος", του χρήματος και των ηδονών. Λόγου χάρη, για τους κατοίκους στην Αρτα και το Μεσολόγγι η απόκτηση ηλεκτρικού ρεύματος εκείνη την περίοδο συνηγορούσε υπέρ της ευτυχίας τους. Το κοινωνικό αίσθημα ήταν επίσης σε καλύτερο επίπεδο καθώς υπήρχε μία περιορισμένη ατμόσφαιρα ότι τα πράγματα πήγαιναν καλύτερα, ιδίως προς το τέλος της δεκαετίας. Η επόμενη ήταν η δεκαετία της ιδεολογίας "ψωμί, παιδεία, ελευθερία"».

Η ευτυχία το '80 υπολογιζόταν με βάση το πόσα διαθέτει κάποιος, ποια είναι τα ιδανικά του, κατά πόσο τον εκφράζουν, ποιος είναι ο τρόπος ζωής του. Τότε οι Έλληνες απέκτησαν καλύτερους μισθούς, συμμετοχή σε όλα τα συλλογικά όργανα κ.λπ. Από τη δεκαετία του '90 και μετέπειτα όλ' αυτά θεωρούνται κεκτημένα με αποτέλεσμα όσο προσεγγίζουμε στις ημέρες μας η ευτυχία του Έλληνα να γίνεται όλο και περισσότερο συνώνυμο της κατανάλωσης. Αυτό που διακρίνει τη νέα γενιά είναι ένας έντονος μιμητισμός προς τη Δύση, η έλλειψη ιδανικών και ιδεολογίας που φθάνει μέχρι την απαξίωση του κοινωνικού και πολιτικού στοιχείου, έως την κυνική αντιμετώπιση της πραγματικότητας ορισμένες φορές.

Ο Έλληνας όμως εάν δεν βρει ιδανικά θα καταστραφεί από μόνος του, καθώς δεν μπορεί να αδράξει την ευτυχία του πάνω σε οικονομικά και μόνο ερείσματα και στις παροχές». «Η αλλιώς σύμφωνα με τη λαϊκή ρήση «το χρήμα δεν φέρνει την ευτυχία», διαχρονικό εύρημα ερευνών να προσθέσουμε. Όπως μάλιστα έχει αναφέρει ο Βρετανός οικονομολόγος Richard Layard «το χρήμα είναι ένα κακό μέσο για να φθάσει κάποιος αποκλειστικά και μόνο με αυτό στην ευτυχία!» Για του λόγου το αληθές στο Βανουάτου, ένα μικροσκοπικό νησί του Ειρηνικού κατοικούν οι 200.000 πιο ευτυχισμένοι άνθρωποι του κόσμου.