

Kategoria: Styl życia

Opublikowano: piątek, 20, marzec 2026 13:15

Joanna Gryboś-Chechelska

Odsłony: 1090

---

20 marca 2026 roku to nie tylko astronomiczny początek wiosny, lecz także data obchodów Międzynarodowego Dnia Szczęścia. Święto zostało ustanowione przez Zgromadzenie Ogólne ONZ, które w oficjalnej rezolucji uznało dążenie do szczęścia za uniwersalne prawo każdego człowieka. Dokument podkreśla, że dobrostan i pomyślność wszystkich narodów powinny być traktowane jako priorytety współczesnego świata, na równi z rozwojem gospodarczym i walką z ubóstwem.

Międzynarodowy Dzień Szczęścia jest skierowany do szerokiego grona odbiorców – organizacji pozarządowych, społeczności obywatelskich i osób prywatnych – jako zachęta do promowania edukacji i budowania świadomości na temat sposobów osiągnięcia życiowej pomyślności.

U podstaw tego święta leży założenie, że postępu społecznego nie można mierzyć wyłącznie wskaźnikami ekonomicznymi, a prawdziwy rozwój powinien uwzględniać dobrostan ludzi. Inicjatywa powołania święta wyszła z Bhutanu – kraju, który wprowadził autorski wskaźnik Szczęścia Narodowego Brutto (ang. Gross National Happiness, GNH) jako alternatywę dla tradycyjnych mierników ekonomicznych, takich jak PKB. W bhutańskim modelu zarządzania jakość życia mieszkańców jest traktowana jako kluczowy wyznacznik rozwoju państwa.

### Międzynarodowy Dzień Szczęścia a badanie dobrostanu Polaków

Polski Instytut Badawczo-Edukacyjny Ewolucja Myślenia (PIBE Ewolucja Myślenia) jest jednostką organizacyjną zajmującą się badaniem oraz popularyzacją wiedzy na temat szeroko rozumianego dobrostanu człowieka. Misją Instytutu jest dostarczanie rzetelnych, opartych na badaniach informacji, które pozwalają lepiej rozumieć mechanizmy wpływające na jakość życia.

Z okazji Międzynarodowego Dnia Szczęścia, PIBE Ewolucja Myślenia zainicjował w styczniu 2026 roku ogólnopolskie badanie dotyczące dobrostanu Polaków. Zostało ono przeprowadzone we współpracy z dr. hab. Piotrem Michoniem, profesorem Uniwersytetu Ekonomicznego w Poznaniu oraz autorem bloga *Ekonomia Szczęścia*.

Wyniki badania wskazują, że udzielanie pomocy potrzebującym – w szczególności wsparcia finansowego – jest pozytywnie skorelowane z poczuciem życiowego spełnienia. Altruizm okazuje się nie tylko wyrazem dobrej woli, ale także czynnikiem realnie wpływającym na wzrost satysfakcji z życia, pozytywne nastawienie i poczucie wewnętrznej równowagi.

Raport z badania dostępny jest pod adresem: [ewolucjamyslenia.pl](http://ewolucjamyslenia.pl)

### Konferencja online

PIBE Ewolucja Myślenia zaprasza do udziału w bezpłatnej konferencji online poświęconej prezentacji raportu „Pomaganie innym a szczęście Polaków – badanie ogólnopolskie 2026”. Wydarzenie odbędzie się w poniedziałek, 23 marca 2026 r. o godzinie 18:00 na [platformie Zoom](#).

*Źródło: IP*