

МЕНЯЮЩИЙСЯ СМЫСЛ СЧАСТЬЯ: ОБЗОР КОНЦЕПЦИЙ СЧАСТЬЯ В ЗАРУБЕЖНЫХ И ОТЕЧЕСТВЕННЫХ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЯХ

Н.А. Яворчук, аспирант
Кубанский государственный университет
(Россия, г. Краснодар)

DOI:10.24412/2500-1000-2023-12-5-49-53

Аннотация. Актуальность темы определяется тем, что счастье является одной из основных целей, считающейся исключительно ценной в социокультурном понимании современных обществ. Более того, отношение к счастью периодически меняется. В данной статье автор делает теоретический обзор зарубежных и отечественных исследований, посвященных счастью. Акцентируется внимание, на том, что в академической литературе принято утверждать, что это конструкция, которая меняется как диахронически – то есть на протяжении истории, так и синхронно – по культурным и политическим осям. Если мы посмотрим на его определение в других культурах, прошлых и настоящих, но характеризующихся их удаленностью от наших собственных культурных координат, мы обнаружим, что счастье связано с ценностями, сосредоточенными на индивидуальном или коллективном благополучии. В работе подчеркивается, что все эти примеры показывают, определение счастья варьируется и множится в зависимости от временных, местных, социальных, религиозных и политических координат. Акцентируется внимание, что изучение природы таких изменений не только проливает свет на наш собственный контекст счастья, но и позволяет нам оценить его преимущества и недостатки.

Ключевые слова: счастье, благополучие, гедония, эвдемония, позитивная психология.

Что такое счастье? Когда их просят дать определение этому термину, люди подчеркивают различные аспекты этого неуловимого состояния. Действительно, понятие счастья несколько неоднозначно и может быть определено с разных точек зрения. Те, кто глубоко привержен своей религиозной вере, рассматривают счастье таким образом, как благоговение и просвещенную духовность. Другие видят счастье прежде всего, как удовлетворенность – внутренний покой и радость, которые приходят от глубокого удовлетворения своим окружением, отношениями с другими людьми, достижениями и самим собой. Третьи рассматривают счастье главным образом как приятное взаимодействие со своим личным окружением, например, наличием карьеры и хобби, которые являются привлекательными, значимыми, интересны и приносят высокий доход. Эти различия, конечно, являются просто различиями в акцентах. Большинство людей, вероятно, согласятся с тем, что каждая из

этих точек зрения в некотором отношении отражает суть счастья [3, с. 108].

Интерес к феномену счастья также растет среди ученых. Счастье стало главной темой, представляющей интерес в нескольких новых направлениях исследований: в исследовании социальных показателей, которое появилась в 1970-х годах в медицинских исследованиях качества жизни, которые развивались в 1980-х годах, а также в позитивной психологии и экономике счастья, которые появились примерно в 2000 году.

Что такое счастье? Что именно мы имеем в виду, когда говорим о научном объяснении счастья? Что, собственно, представляет собой наука о счастье? Проще говоря, наука о счастье рассматривает «то, что делает счастливых людей счастливыми». Если вдуматься, субъективная природа счастья делает его невероятно трудным для определения, а также для измерения.

Счастье было темой дискуссий со времен Древней Греции. Гедонизм имеет долгую историю. Наука внимательно изучила

счастье в его «гедонистическом» определении – или, другими словами, счастье является результатом стремления к удовольствию, а не к боли.

Аристипп, греческий философ IV века до н.э., утверждал, что счастье – это сумма «гедонистических» моментов жизни. Гедонистическое наслаждение – это состояние, при котором человек чувствует себя расслабленным, отстраненным от своих проблем и, можно сказать, счастливым [14 с. 134].

Со времен Аристотеля счастье концептуализировалось как состоящее, по крайней мере, из двух аспектов – гедонии (или удовольствия) и эвдемонии (ощущения того, что жизнь прожита хорошо) [1, с. 335].

Что говорит по этому поводу наука? Что ж, исследования показали, что, хотя эти два аспекта определенно различны и что у «счастливых» людей соответствуют как гедонистический, так и эвдемонический компоненты счастья [11, с. 137-143].

Гедония определяется как преобладание удовольствия над болью, человек, чувствующий себя расслабленным и отстраненным от проблем, называется счастливым. Другими словами, приятные и неприятные жизненные переживания, считаются гедонией. Таким образом, удовольствие является важнейшим компонентом счастья. Оно связано с переживанием наслаждения, исполнением желаний, заботой о себе и чувством удовлетворения. Согласно Фрейдю, люди хотят стать и оставаться счастливыми, что означает отсутствие боли и неудовольствия и переживание сильного позитивного чувства удовольствия [10, с. 53].

Эвдемония – это ощущение полноценной жизни, которое развивается на основе добродетелей и силы человека. Еще одним важным компонентом является ощущение того, что ваша жизнь имеет ценность, цель и смысл. Концепция самоактуализации, которую Маслоу определил, как потребность в полной реализации своего потенциала, а также идея Карла Роджерса о полностью функциональном индивиде, способном реализовать свой потенциал, формируют основу эвдемонии [2, с. 18].

Стремление к счастью в западной культуре относительно современно. До 18 века западные стандарты христианства не допускали радости или удовольствий, но призывали придерживаться аскетизма и меланхолического поведения. Это не значит, что люди на самом деле были несчастны — мы просто не можем этого знать, потому что культурные стандарты и личный темперамент взаимодействуют сложным образом. Грешному человечеству лучше всего было бы проявлять печальное смирение.

Это резко изменилось в 18 веке с приходом ценностей Просвещения. Рост уровня счастья основывался на существующей культуре, но были и другие способствующие факторы. В современном мире, при переходе от экономики, основанной в основном на производстве, к экономике «белых воротничков» появились условия, в которых менеджеры могли рассматривать счастье как преимущество бизнеса. Потребительство стало занимать центральное место. Всевозможные рекламодатели обнаружили, что ассоциирование товаров со счастьем стимулирует продажи. Это то, что наиболее ясно объясняет, почему усилившаяся культура счастья середины 20-го века, в основном, сохранилась по сей день.

Во второй половине двадцатого века появилось много работ по теории и философии счастья зарубежных исследователей, например, работы А. Уэссмана и Д. Рикса, В. Татаркевича, Ф. Фридмана, Р. Аргайла, Д. Канемана и др. [2, с. 18]. Исследования показывают корреляцию между целями и счастьем. Постановка сложной, но не недостижимой цели имеет решающее значение, поскольку она заставляет людей испытывать счастье. Даже если в достижении этой цели возникают трудности. Счастье действует как щит от негативного воздействия, потому что эти неудачи рассматриваются как временные. Однако многие люди думают, что это результат, а не инструмент для достижения цели. Следовательно, это результат удовлетворения фундаментальных потребностей человека и стремления к достижению целей.

Зачастую понятие счастья в психологии приравнивается к удовольствию, смеси удовольствия, вовлеченности и смысла, или к понятию благополучия. И хотя эти термины часто используются взаимозаменяемо, между ними есть оттенки различия. Фактически, благополучие – это состояние удовлетворенности, тогда как счастье – это чувство полной самореализации, нечто преходящее, испытываемое всеми нами в тот или иной момент. Есть случаи, которые делают нас счастливыми, и мы склонны лелеять воспоминания об этих моментах. Напротив, благополучие может поддерживаться в течение более длительного периода времени. Оно включает в себя набор действий, которые мы выполняем, чтобы поддерживать себя в хорошем состоянии. В отечественно традиции исследователи выделяют две основные позиции: счастье как мотив и объект стремлений (ценностно-мотивирующая функция) и как результат деятельности человека (оценочная функция). Они утверждают, что счастье прочно связано с миром ценностных отношений и приоритетов, оно выступает в роли оценок, помечающих предмет деятельности и регулирующих ее ход и в роли ценностей, которые обогащают и превращают в дополнительный мотив деятельности сам процесс. Эти две позиции счастья отражены в концепциях С.Л. Рубинштейна и А.Н. Леонтьева. С.Л. Рубинштейн полагал, что соотношение между конкретными побуждениями и результатами их деятельности определяет счастье человека и удовлетворение, которое он получает от жизни [6, с. 14-37].

Леонтьев А.Н., акцентируя в счастье деятельностный процессуальный контекст, считал, что человек действительно стремится к счастью, но для этого он должен поставить цель, и только тогда двигаясь к ней он сможет испытать счастье, не заботясь об этом специально [5, с. 3-12]. Исследования активности и сознания личности как субъекта деятельности К.А. Абульхановой-Славской позволили рассмотреть личность, включенную во всевозможные формы и уровни общественно-необходимой деятельности [4, с. 198-200].

Счастливый человек является носителем положительных эмоций в настоящем времени и в ближайшем прошлом, т. е. в моменте или короткой временной перспективе (счастье как яркое положительное эмоциональное состояние), то, что Фельдман называет «эпизодическое счастье» [13, с. 121], а Д. Леонтьев – «острое счастье» [6 с. 14-37]. Счастливая жизнь предполагает глубокое удовлетворение жизнью в долгосрочном периоде и, по сути, является результатом анализа и оценки. Это так называемое «атрибутивное счастье» или «хроническое счастье» по Д. Леонтьеву. Оно больше связано с удовлетворенностью жизнью. Д. Леонтьев определяет счастье как эмоциональное (или аффективное) состояние (переживание), характеризующееся максимальной выраженностью положительной окраски [5, с. 3-12]. П.А. Сорокин считает счастье важной составляющей человеческого развития, помещая его во главу иерархии духовных ценностей [8, с. 16].

Ученые выделили три основных предиктора счастья – генетику, жизненные обстоятельства и целенаправленную деятельность – и, возможно, другие, в зависимости от культуры человека. Из большой тройки первые два часто находятся вне контроля человека. Но наука показала, что люди могут применять стратегии, позволяющие чувствовать себя счастливее [14, с. 316].

Понимание императива счастья как артефакта современной истории, а не как неотъемлемой черты человеческого состояния, открывает новые возможности для понимания основных аспектов нашего социального и личного опыта. Возникают некоторые неоспоримые проблемы. Так как элементы западной культуры счастья широко распространены, станет ли всплеск счастья частью глобализации? Что более важно, будь то глобально или на национальном уровне: какое отношение развивающаяся культура имеет к реальному счастью? Некоторые эксперты утверждают, что счастье – это врожденная черта, поэтому убеждать человека стать счастливее – все равно что настаивать на том, чтобы он стал выше ростом. Культу-

ры, которые делают упор на счастье, вероятно, действительно производят больше счастливых людей, но связь сложная и хрупкая.

Историческая эволюция нашей культуры счастья также предполагает ограничения. Перенос норм счастья на ожидания в семье и на работе приводит к разочарованию, когда опыт противоречит культурным стандартам. Когда ожидается слишком много, может получиться меньшее реальное удовлетворение. Новые нормы могут также затруднить противостояние таким переживаниям, как смерть, когда трудно найти счастье – еще одна уязвимость современной культуры. Императив счастья, безусловно, препятствует исследованию серых областей современного опыта, и его обязательное качество может

дать осечку. Вот два самых очевидных недостатка.

Таким образом, хотя наиболее очевидным недостатком акцента на счастье является разрыв с реальностью, который, как это ни парадоксально, может вызвать собственное недовольство, существует также риск того, что люди не смогут исследовать причины неудовлетворенности из-за необходимости демонстрировать хорошее настроение. Таким образом, можно упустить возможности улучшить ситуацию, например, на работе, потому что основываемся на идее, что проблемы проистекают из личности, а не из сложных объективных условий. Эти риски предполагают необходимость в определенных моментах отказаться от распространенной риторики о счастье.

Библиографический список

1. Аристотель. Никомахова этика // Аристотель. Соч.: в 4 т. Т. 4. / пер. с древнегреч. – М.: Мысль, 1984. – 830 с.
2. Булкина Н.А. О феномене счастья: обзор зарубежных и отечественных исследований // Мир науки. Педагогика и психология. – 2020. – № 5. – С. 18.
3. Джидарьян, И.А. Психология счастья и оптимизма – М.: Институт психологии РАН, 2013. – 268 с.
4. Колесов С.Г. Психологическая теория счастья и активность личности // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. – 2011. – № 7. – С. 198-200.
5. Леонтьев, Д.А. Что надо для счастья: культурные, региональные и индивидуальные различия и инварианты источников счастья / Вестник КРАУНЦ. Гуманитарные науки. – 2006. – № 2. – С. 3-12.
6. Леонтьев Д.А. Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. – 2020. – № 1. – С. 14-37.
7. Суздаль, В.М. Представления о счастье в социально-психологических исследованиях // Наука современности: Проблемы и решения / под ред. М.В. Веденькина. – М.: Перо, 2019. – С. 123-128.
8. Сорокин П.А. Социологический прогресс и принцип счастья// Социолог. исслед. – 1988. – № 4. – С. 16.
9. Татаркевич В. О счастье и совершенстве человека / пер. с польск. – М.: Прогресс, 1981. – 365 с.
10. Фрейд З. Неудовлетворенность культурой: аналитическое повествование. [пер. Л.А. Голлербаха и др.]. – М.: Московский рабочий, 1990. – 176 с.
11. Шамсетдинова А.П. Социальный образ счастья и проблема его идентификации в философских учениях древнего мира / Философская мысль и философское образование в Республике Башкортостан: история и современность. – Уфа: РИЦ БашГУ, 2008. – С. 137-143.
12. Шматова Ю.Е. Измерение уровня счастья: литературный обзор российских и зарубежных исследований / Ю.Е. Шматова, М.В. Морев // Экономические и социальные перемены: факты, тенденции, прогноз. – 2015. – № 3 (39). – С. 141-162.

13. Feldman F. (2006). Whole Life Satisfaction Concepts of Happiness. University of Massachusetts at Amherst. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://philpapers.org/rec/FELWLS>.

14. Kahneman D. (1999). Objective happiness. In D. Kahneman, E. Diener & N. Kahneman, E. Diener, N. Schwarz (Eds.). – New York: Russell Sage Foundation Press, 1999. – 608 p.

THE CHANGING MEANING OF HAPPINESS: A REVIEW OF THE CONCEPTS OF HAPPINESS IN FOREIGN AND DOMESTIC PSYCHOLOGICAL RESEARCH

N.A. Yavorchuk, *Postgraduate Student*
Kuban State University
(Russia, Krasnodar)

***Abstract.** The relevance of the topic is determined by the fact that happiness is one of the main goals, considered extremely valuable in the sociocultural understanding of modern societies. Moreover, the attitude towards happiness changes periodically. In this article, the author makes a theoretical review of foreign and domestic research on happiness. Attention is focused on the fact that in academic literature it is generally accepted that this is a construct that changes both diachronically - that is, throughout history, and synchronously - along cultural and political axes. If we look at its definition in other cultures, past and present, but characterized by their distance from our own cultural coordinates, we find that happiness is associated with values focused on individual or collective well-being. The work emphasizes that all these examples show that the definition of happiness varies and multiplies depending on temporal, local, social, religious and political coordinates. It is emphasized that studying the nature of such changes not only sheds light on our own context of happiness, but also allows us to evaluate its advantages and disadvantages.*

***Keywords:** happiness, well-being, hedonia, eudaimonia, positive psychology.*