УДК 140.8/171

**Ю.А. Твердохлебова, А.М. Бочаров, М.Е. Савчишин, И.М. Лаврухина**

# РАЗМЫШЛЕНИЯ О СЧАСТЬЕ

**Твердохлебова Ю.А**. – студентка бакалавриата Азово-Черноморсккого инженерного института − филиала федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Донской государственный аграрный университет» в г. Зерограде

**Бочаров А.М.**– студентка бакалавриата Азово-Черноморсккого инженерного института − филиала федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Донской государственный аграрный университет» в г. Зерограде

**Савчишин М.Е**.– студентка бакалавриата Азово-Черноморсккого инженерного института − филиала федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Донской государственный аграрный университет» в г. Зерограде

**Лаврухина И.М.**– доктор философских наук, профессорАзово-Черноморсккого инженерного института − филиала федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Донской государственный аграрный университет» в г. Зерограде.

*В статье рассматриваются вопросы, связанные с содержанием понятия счастья, а также аффилированные с этим проблемы. Предложены психологическая и философская составляющая счастья. Социологическое измерение представлено в виде краткого опроса трех возрастных групп. Выделены аспекты размышления о счастье: история рассмотрения счастья в психологии и философии, взаимосвязь счастья со смыслом жизни, предложены возможные критерии счастья. Определен статус счастья в философии и психологии (кратковременное состояние или долгосрочная перспектива), обозначен вектор действия счастья (извне или изнутри). Поднимается вопрос о дополнительной мотивации счастливого человека.*

***Ключевые слова:*** *счастье. мировоззрение, ценности, смысл жизни, критерии счастья*.

**Tverdokhlebova Yu.A., Bocharov A.M., Savchishin M.E., Lavrukhina I.M.**

# REFLECTIONS ON HAPPINESS

**Tverdokhlebova Yu.A.**– bachelor's student of the Azovo-Chernomorsk Engineering Institute - a branch of the federal state budgetary educational institution of higher education "Don State Agrarian University" in the city of Zernograd

**Bocharov A.M.**– undergraduate student of the Azovo-Chernomorsk Engineering Institute - a branch of the federal state budgetary educational institution of higher education "Don State Agrarian University" in the city of Zernograd

**Savchishin M.E.**– undergraduate student of the Azovo-Chernomorsk Engineering Institute - a branch of the federal state budgetary educational institution of higher education "Don State Agrarian University" in the city of Zernograd

**Lavrukhina I.M.**– Doctor of Philosophy, Professor of the Azovo-Chernomorsk Engineering Institute - a branch of the federal state budgetary educational institution of higher education "Don State Agrarian University" in the city of Zernograd.

*The article deals with issues related to the content of the concept of happiness, as well as related problems. The psychological and philosophical components of happiness are proposed. The sociological dimension is presented as a short survey of three age groups. The following aspects of thinking about happiness are singled out: the history of considering happiness in psychology and philosophy, the relationship of happiness with the meaning of life, possible criteria for happiness are proposed.The status of happiness in philosophy and psychology (short-term state or long-term perspective) is determined, the vector of the action of happiness is indicated (from the outside or from the inside). The question is raised about the additional motivation of a happy person.*

***Key words:*** *happiness. worldview, values, meaning of life, criteria of happiness.*

Счастье, очевидно, является одной из ценностей человеческой жизни, которая характеризует качество, а именно, радость человеческого бытия, приближение к идеалу. Оно чувственно-эмоционально окрашено. Фундаментальная значимость этого понятия для человека определяется тем, что счастье выступает мощным мотивом поведения человека. В этой связи представления о счастье можно и необходимо учитывать при управлении поведением человека.

Интерес к проблеме счастья возник давно, к ней обращались философы, психологи, социологи, политологи, культурологи, каждый со своими понятиями и методами. Тема актуальна и сегодня.

Целью статьи является: определить содержание понятия счастья с учетом дисциплинарных отличий; рассмотреть историю изучения понятия счастья; выяснить, является ли счастье смыслом человеческой жизни; выделить критерии счастья; обозначить разницу статуса счастья в философии и психологии, поразмышлять над возможностью получения счастья извне, а также выделить дополнительные мотивы счастливого человека.

Обсуждение вопроса о счастье предполагает хотя бы приблизительное определение его содержания, которое во многом зависит от того, в рамках какой отрасли знания исследуется это содержание и, соответственно, определяется ценность счастья. Мы попытались выделить психологическую, философскую и социологическую составляющие счастья.

Социологическую составляющую в исследовании счастья мы решили реализовать посредством социологического опроса, в котором принимало участие 60 человек из трех возрастных групп:

1) до 20 лет – условно неработающие, только начинающие свой жизненный путь;

2) от 20 до 55 лет – полноценно работающие;

3) после 55 лет – люди с большим жизненным опытом.

В анкете «Счастье» были предложены следующие вопросы и предположительные ответы.

1. *Что Вы понимаете под счастьем?*

А) состояние удовлетворения жизнью

Б) отсутствие серьезных жизненных проблем

В) реализация задумок, целей и планов

Г) когда тебя понимают

Д) другое

2. *Считаете ли Вы себя счастливее своих родителей?*

А) да

Б) нет

В) нельзя сравнивать, у каждого поколения свое понимание счастья

3. *Является ли счастье смыслом человеческой жизни?*

А) да, является

Б) нет, человек должен быть ориентирован на более значимые цели

В) другое

4. *Чем Вы измеряете счастье?*

А) материальным благополучием, наличием достаточного количества денег

Б) наличием поддержки и любви со стороны близких и окружающих людей

В) возможностью реализовать свои способности и замыслы

Г) виденьем благоприятной перспективы своей жизни

Д) другое

5. *Можно ли осчастливить человека помимо его воли?*

А) да, человека можно сделать счастливым извне

Б) нет, счастье - это результат собственных усилий человека

В) другое

6. *Счастье – это кратковременное состояние или долгосрочная перспектива?*

А) краткосрочное состояние

Б) долгосрочная перспектива

В) другое

7. *К чему может стремиться человек, если он достаточно счастлив?*

А) стремиться продлить состояние счастья

Б) он самодостаточен и ни к чему больше не стремится

В) испытав однажды сам, старается осчастливить других

С психологической точки зрения счастье – это такое состояние человека, при котором он удовлетворен жизнью, пребывает в хорошем настроении и имеет положительные эмоции.

Иными словами, это мимолетное, меняющееся состояние, а не продолжительная и неизменная характеристика личности.

В философии счастье – это состояние полного удовлетворения, связанное с тем, что удалось путём разумного действия осуществить идеал, к которому стремились. В счастье выражается то, каким должна быть вся жизнь, и что именно является блаженством.

К разнице в понимании счастья у людей, соответственно, приводит разница в понимании смысла жизни и мировоззренческих установок.

Ответы на первый вопрос анкеты «Что вы понимаете под счастьем?» распределились следующим образом:

| Ответы | **До 20 лет** | **Я работаю 20-55 лет** | **После 55** |
|---|---|---|---|

| | | | |
|---|---|---|---|
| Состояние удовлетворения жизнью | 54% | 21% | 40% |
| Отсутствие серьезных жизненных проблем | 26% | 21% | 6% |
| Реализация задумок, целей и планов | 20% | 32% | 34% |
| Когда тебя понимают | 0% | 11% | 14% |
| Другое | 0% | 15% | 6% |

В другом было упомянуто душевное равновесие. Схожее понятие – «атараксия» мы находим у древних греков у эпикурейцев и стоиков.

Как видно, больше половины очень молодых людей ориентированы на удовольствие (54%). Треть работающих людей (32%) начинают связывать счастье со смыслом жизни, который выражается в планах и целях. Люди с жизненным опытом имеют в виду и то, и другое (40% и 34%).

Рассмотрение любого вопроса предполагает обращение к его истории, поэтому далее мы коротко остановимся на истории рассмотрения проблемы счастья, опять же с учетом дисциплинарных особенностей.

В психологиисчастье стало исследоваться достаточно поздно. Только в 1973 г. впервые в справочных изданиях по психологии появилась категория счастья, а в 1974 г. – категория субъективного благополучия.

М. Аргайл специалист в области социальной психологии межличностного общения в 80-е гг. понимает счастье как состояние переживания удовлетворенности жизнью в целом, общую рефлективную оценку человеком своего прошлого и настоящего, а также частоту и интенсивность положительных эмоций. [1]

В последние десятилетия изучение понятия «счастье» ведется в рамках позитивной психологии [4], которая основана на трех столпах:

1. Изучение позитивных чувств

2. Выявление положительных черт характера и полезных особенностей (интеллект, физическое развитие и т.д.)

Исследование позитивных явлений и учреждений в обществе, которые способствуют развитию лучших человеческих качеств

За изучение проблемы счастья с философских позиций впервые взялись древние греки.

1) Демокрит: счастье – просто хорошее настроение или хорошее состояние души.

2) Аристотель: счастье – деятельность души в полноте добродетели, а добродетель – то, что ведет к счастью. Он считал, что счастье есть обладание тем, что ценнее всего. Если самое ценное – знание, счастлив тот, у кого оно есть; если же самым ценным является деятельность, то счастлив человек деятельный.

3) Эпикур связывал понятие счастья с получением удовольствий. Согласно ему, высшим благом считается наслаждение жизнью, отсутствие физической боли и тревог, а также избавление от страха перед смертью и богами.

4) В Новое время понятие счастья превратилось в понятие субъективное. Счастье определяли уже не как обладание благами, а как чувство общей удовлетворенности жизнью. Счастливым стали называть человека, удовлетворенного своей жизнью, независимо от того, располагает ли он благами и какими.

Счастье и обладание благами, счастье и совершенство, которые в течение стольких веков отождествлялись, оказались разделенными. Такое понимание счастья признается до сих пор.

В русле обсуждения истории вопроса о счастье в социологическом исследовании мы попытались отличить понимание счастья у разных поколений.

На вопрос «Считаете ли вы себя счастливее своих родителей?» были получены следующие ответы:

| | **До 20 лет** | **Я работаю 20-55 лет** | **После 55 лет** |
|---|---|---|---|
| Да | 40% | 11% | 40% |
| Нет | 6% | 5% | 14% |
| Нельзя сравнивать, у каждого поколения своё понимание о счастье | 54% | 84% | 46% |
| Другое | 0% | 0% | 0% |

Здесь относительное и абсолютное большинство (54% и 84%) респондентов понимают некоторую субъективность понятия счастья. У каждого исторического субъекта оказывается своя историческая правда.

Далее, мы задались вопросом, можно ли рассматривать достижение счастья смыслом человеческой жизни?

В психологии определено, что счастье и смысл жизни – это достаточно разные понятия. У человека может быть в жизни счастье, но не быть смысла. И наоборот – смысл есть, а счастья нет.

Если жизнь уподобить маршруту, то смысл жизни – одно из его направлений, а счастье – один из способов передвижения по этому маршруту. Кто-то в своей жизни выбирает направлением вовсе не смысл жизни, а другие ценности: развлечения, достаток, здоровье и т.д.

В философииИ. Кант считал, что счастье – это естественное стремление человека, ориентирующегося на чувственную жизнь, на индивидуальные представления о благе. Но нравственная жизнь разумного существа не может зависеть от чувственного.

Нравственность ориентирована на моральный закон внутри человека (категорический императив), который призывает его независимо от обстоятельств делать добро. Добродетель и счастье – вещи несовместные, утверждает И. Кант.

Добродетельный ориентирован на других, счастливый на себя.

Сегодня в философии принято считать, что счастье и добродетели (смысл жизни) не могут быть механически разделены. Счастье – это и есть иная сторона добродетели [2,3,5].

В. Франкл понимал, что счастье не может быть целью человеческих устремлений, оно, скорее, некие результат и следствие, побочный эффект при достижении цели. Достигнутая желанная цель создает причину для счастья. Поэтому намеренно стремиться к счастью нет необходимости: оно появится автоматически, если у человека есть основание для него. Когда же человек делает счастье объектом своего внимания (а это происходит тогда, когда он целенаправленно к нему стремится), тогда человек не видит причины счастья, и его счастье ускользает [6; С. 56].

Такой же статус, согласно В. Франклу, имеет и самоактуализация, которая также является лишь результатом, следствием осуществления смысла. Тогда, когда человеку удается осуществить свой смысл, и в процессе осуществления этого замысла он осуществляет и себя (самоактуализируется).

Ответы на вопрос «Является ли счастье смыслом человеческой жизни?»:

| | **До 20 лет** | **Я работаю 20-45 лет** | **После 55 лет** |
|---|---|---|---|
| Да, является | 74% | 47% | 54% |
| Нет, человек должен ориентироваться на более значимые смыслы | 13% | 21% | 34% |
| Другое | 13% | 32% | 12% |

Результаты анкетирования показали, что людей, принципиально ориентированных на счастье, с возрастом становится все меньше. С годами нарастает осознание того, что жизнь больше, чем счастье.

Если счастье – это то, чего пытается достичь человек, то как его определить? Логично перейти к вопросу о критериях счастья.

С точки зрения психологии к основным критериям счастья относят:

1. Умение наслаждаться текущим моментом (Живите здесь и сейчас, наслаждайтесь каждым мгновением).

2. Ощущение любви и поддержки (Близкие люди – важная опора для каждого из нас).

3. Оптимистичное отношение к жизни (Старайтесь не разочаровываться по пустякам).

4. Умение реализовывать поставленные жизненные цели (Целеустремленность – одно из важных качеств, присущих счастливому человеку).

В философии какого-либо единого мнения касательно критериев счастья нет. Наиболее общие условия наступления состояния счастья были выдвинуты Эрихом Фроммом. По его мнению, счастье проявляется в улучшении жизне-

способности, силы чувств и мышления, плодотворности. Оно выражает состояние здоровья всей личности. Э. Фромм был уверен, что истинное счастье состоит не в том, чтобы полностью удовлетворить собственные желания, а в том, чтобы «полностью развить свои способности, самого себя как человеческого существа»[7].

Таким образом, основными критериями достижения счастья являются:

1) развитие интеллектуальных, физических и чувственных способностей;
2) развитие мышления;
3) улучшение плодотворности своей деятельности.

Интересны ответы на вопрос «Чем вы измеряете счастье?».

| | **До 20 лет** | **Я работаю 20-55 лет** | **После 55 лет** |
|---|---|---|---|
| Материальным благополучием | 0% | 0% | 26% |
| Наличием поддержки и любви со стороны близких и окружающих людей | 60% | 42% | 26% |
| Возможностью реализовать свои способности и замыслы | 34% | 22% | 20% |
| Виденьем благоприятной перспективы своей жизни | 6% | 15% | 8% |
| Другое | 0% | 21% | 20% |

Как можно заметить, молодые люди до 20 лет предполагают измерять счастье масштабами реализации своих замыслов (34%), при этом очень рассчитывают на поддержку близких. Во второй и третьей группе в «другом» пятая часть не сформулировали критерии счастья, оставив эту проблему на уровне интуиции.

По-прежнему люди ориентированы на поддержку близких (42% и 26%).

Показательно, что в группе людей с большим жизненным опытом четверть (26%) все-таки связывают счастье с материальным благополучием.

Возможно вопрос «Можно ли осчастливить человека извне?» и не входит напрямую в содержание понятия счастья, но, безусловно, с ним связан.

Психологи утверждают, что человек не может сделать кого-либо счастливым, а тем более принести счастье многим людям. Счастье – это понятие сугубо индивидуальное, и каждый из нас ощущает его по-своему. А это значит, что только сам человек способен осчастливить себя. Человека можно сделать богатым, дать ему пищу, кров, образование и т.д., но сделать его счастливым нельзя!

В философиитеоретически, если предположить, что смысложизненные ориентиры могут совпадать у разных людей, то, кажется, что да, можно. «Я желаю тебе счастья, поэтому делай, как я говорю», – это мы часто слышим.

Но очень важно понять, что смысл жизни – понятие достаточно субъективное, меняющееся со временем и в зависимости от жизненных обстоятельств. Поэтому на практике любое насильственное действие делает нас менее счастливыми.

Кажется, что правильную позицию здесь занимает буддизм. Осчастливить другого человека извне нельзя, но можно направить его на путь истины, который, однако, ему придется пройти самостоятельно.

50 лет назад в небольшом азиатском королевстве Бутан был взят курс на подъем уровня счастья не у одного конкретного человека, а у целой нации.

Король Джигме Вангчук был убежден, что благополучие государства должно определяться не экономическими достижениями, а счастьем и духовным благополучием народа. Для определения текущего уровня счастья в стране был введен новый термин: «Валовое национальное счастье». Рост показателя достигался путем проведения социальной политики, экономических реформ, охраны окружающей среды, создания системы доступной медицины и бесплатного образования, поддержания чистоты на улицах городов и поселений, а также открытием страны для иностранных туристов.Счастье в Бутане было конституционно признано высшей общественной ценностью и основным индикатором развития социума.В социологическом опросе мнения о возможности осчастливить человека помимо его воли разделились.

| | **До 20 лет** | **Я работаю 20-55 лет** | **После 55 лет** |
|---|---|---|---|
| Да, человека можно сделать счастливым извне | 47% | 16% | 26% |
| Нет, счастье это результат собственных усилий человека | 47% | 68% | 54% |
| Другое | 6% | 16% | 20% |

В другом, в примечаниях: если уверен, как понимает счастье другой человек, а это сложно.

Почти половина опрошенных молодых людей (47%) готовы быть осчастливленными. В молодости, вероятно, работает такая схема: вот если бы родители дали мне это и то, я был бы счастлив.

Полные сил и опытные люди понимают, что над счастьем нужно работать самому (68% и 54%).

Но чтобы знать над чем работать, надо точнее определить статус счастья. Что это – сиюминутное состояние или долгосрочная перспектива?

Психология рассматривает счастье, как краткосрочное состояние сознания человека (чувство), которое зависит от стечения определенных обстоятельств

(внешних и внутренних факторов), а также темперамента человека. Чувства непрерывно возникают в течение дня, поэтому уровень счастья внутри дня динамически меняется.

Философы Древней Греции считали счастье конечным результатом человеческой деятельности. Поэтому оно может рассматриваться как долгосрочная перспектива, только лишь потому, что человек стремится к этому состоянию всю жизнь.В буддизме истинное счастье достигается только по окончанию человеческого пребывания в материальном мире. Нирвана – это растворение человеческого «Я» в Брахмане.А немецкий философ Артур Шопенгауэр утверждал, что достижение действительного и постоянного счастья вовсе невозможно. Каждое удовлетворенное желание, приносящее счастье, тут же порождает новое желание. И человек находится в постоянной гонке, отнимающей у него силы и истинные ценности [8; С. 698].

В социологическом опросе ответы на вопрос «Счастье – это кратковременное состояние или долгосрочная перспектива?» были получены следующие ответы.

| | **До 20 лет** | **Я работаю 20-55 лет** | **После 55 лет** |
|---|---|---|---|
| Кратковременное состояние | 34% | 31% | 54% |
| Долгосрочная перспектива | 46% | 32% | 26% |
| Другое | 20% | 37% | 20% |

В другом – пребывание в гармонии с миром (это скорее долгосрочное)

От реализации какого-либо желания (краткосрочное), т.е. указано на неразрывность первого и второго вариантов ответа.

Таким образом, в молодости откладывается счастье на потом (46%). Во второй возрастной группе много застрявших между философией и психологией (31% и 32%). Люди зрелые умеют ценить счастье «здесь» и «сейчас» (54%).

И, наконец, интересен вопрос о мотивации уже счастливого человека, может ли он желать еще что-нибудь?

В психологии неявно предполагается, что счастливый человек всегда стремится к чему-то большому, не переставая между тем наслаждаться малым. Он получает удовольствие не от процесса, а от результата. Порой именно простые вещи делают нас невероятно счастливыми людьми.

В философии счастье всегда понимается как итог человеческой деятельности. Человек, реализовавший свои сокровенные замыслы и достигший состояния счастья, уже не может желать чего-то большего.Так, в буддизме Нирвана – это прекращение существования человека в телесной оболочке.

Итоговый вопрос в анкете «К чему может стремится человек, если он достаточно счастлив?» дал очень много любопытного для размышления о счастье.

| | До 20 лет | Я работаю 20-55 лет | После 55 лет |
|---|---|---|---|
| Стремится продлить состояние счастья | 46% | 58% | 33,3% |
| Он самодостаточен и ни к чему не стремится | 14% | 5% | 33,3% |
| Испытав однажды сам, старается осчастливить других | 40% | 37% | 33,3% |

Обратим внимание на третий ответ: «Испытав однажды сам, старается осчастливить других», – как много людей согласились с ним (40%, 37% и 33,3%). Это означает, что нам присуще стремление осчастливить других, хотя мы и не признаем это.

В заключение отметим, что такое дисциплинарно-схематичное изложение проблемы счастья является, безусловно, неким аналитическим приемом в исследовании вопроса. Человек в своей жизни стремится достигнуть и сохранить некий уровень понимаемого и ощущаемого им счастья (это психология), нацелен на реализацию всех своих заветных целей и смыслов (это философия), а также чрезвычайно любит дискутировать с другими людьми о счастье, своем или чужом (это социология).

## Литература

1. Аргайл, М. Психология счастья. 2-е изд. – СПб.: Питер, 2003. – 271 с.– Текст : непосредственный.

2. Попов, Б.Н. Взаимосвязь категорий счастья и смысла жизни. Отв. ред. Д. С. Макаров; АН СССР, Сиб. отд–ние, Якут. фил., Ин–т яз., лит. и истории. – М.: Наука, 1986. – 91 с.– Текст : непосредственный.

3. Розанов, В. Цель человеческой жизни // Предание.ру // https://predanie.ru/book/212149–cel–chelovecheskoy–zhizni/

4. Селигман Мартин,Э. П. Новая позитивная психология: Научный взгляд на счастье и. смысл жизни/ Перев. с англ. – М.: Издательство «София», 2006. – 368 с.– Текст : непосредственный.

5. Татаркевич, В. О счастье и совершенстве человека. – М.: Прогресс, 1981. – 368с. – Текст : непосредственный.

6. Франкл, В. Человек в поисках смысла. Сборник: Пер. с англ. и нем. / Общ. ред. Л. Я. Гозмана и Д. А. Леонтьева; вст. ст. Д. А. Леонтьева. – М.: Прогресс, 1990. – 368с. – Текст : непосредственный.

7. Фромм, Э. Бегство от свободы. Человек для самого себя. / Сост., науч. ред. и авт. предисл. П. С. Гуревич. – М.: Изида, 2004. – 398 с.– Текст : непосредственный.

8. Шопенгауэр, А. Мир как Воля и представление // Антология мировой философии: в 4 т. Т.3. Буржуазная философия конца XVIII первых двух третей XIX в. [Ред. коллегия: Н. С. Нарский (ред. сост. третьего тома и авт. вступит, статьи) и др.]. – М.: Мысль, 1971. – 760 с.– Текст : непосредственный.

## References

1. Argyle M. Psychology of happiness. 2nd ed. – St. Petersburg: Peter, 2003. – 271 p.

2. Popov B.N. The relationship between the categories of happiness and the meaning of life. Rep. ed. D. S. Makarov; USSR Academy of Sciences, Sib. department, Yakut. Phil., Institute of Languages, Lit. and history. – M.: Nauka, 1986. – 91 p.

3. Rozanov V. The purpose of human life // Tradition.ru // https://predanie.ru/book/212149–cel–chelovecheskoy–zhizni/

4. Seligman Martin E.P. The New Positive Psychology: A Scientific Perspective on Happiness i. the meaning of life / Perev. from English. – M.: Publishing house "Sofia", 2006. – 368 p.

5. Tatarkevich V. On the happiness and perfection of man. – M.: Progress, 1981. – 368s.

6. Frankl V. Man in search of meaning. Collection: Per. from English. and German. / Common ed. L. Ya. Gozman and D. A. Leontiev; int. Art. D. A. Leontiev. – M.: Progress, 1990. – 368s.

7. Fromm E. Escape from freedom. Man for himself. / Comp., scientific. ed. and ed. foreword P. S. Gurevich. – M.: Izida, 2004. – 398 p.

8. Schopenhauer A. World as Will and Representation // Anthology of World Philosophy: in 4 vols. V.3. Bourgeois philosophy of the late 18th and first two–thirds of the 19th century. [Ed. collegium: N. S. Narsky (editor of the third volume and the author enters, articles), etc.]. – M.: Thought, 1971. – 760 p.