

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2020, №5, Том 8 / 2020, No 5, Vol 8 <https://mir-nauki.com/issue-5-2020.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/26PSMN520.pdf>

**Ссылка для цитирования этой статьи:**

Булкина Н.А. О феномене счастья: обзор зарубежных и отечественных исследований // Мир науки. Педагогика и психология, 2020 №5, <https://mir-nauki.com/PDF/26PSMN520.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

**For citation:**

Bulkina N.A. (2020). About happiness: a review of foreign and domestic researches. *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 5(8). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/26PSMN520.pdf> (in Russian)

УДК 159.9

**Булкина Наталья Анатольевна**

Ростов-на-Дону, Россия

Независимый исследователь

E-mail: [aboulkina@yandex.ru](mailto:aboulkina@yandex.ru)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0525-8313>

## **О феномене счастья: обзор зарубежных и отечественных исследований**

**Аннотация.** Что такое счастье? Это субъективно-объективное понятие, чаще основанное на метафорах. Люди стремятся к счастью, желают его своим детям, друзьям и близким. Сложность понимания счастья заключается в эфемерности и неопределенности данного конструкта. Тем не менее, в социоэкономических науках дефиницию счастья часто используют в качестве аналога или синонима понятий «благо», «благополучие», «субъективное благополучие», «психологическое благополучие», «процветание», «удовлетворенность жизнью».

Государственные и международные организации разрабатывают различные параметры для измерения счастья населения, например: международный индекс счастья (Happy planet index), валовое национальное счастье (Gross-national happiness) и другие.

В научном мире интерес к счастью за последние пятьдесят лет только усилился. Возникли понятия «всеобщего счастья» (overall happiness), «процветания» (prosperity). Появилось огромное количество исследований, посвященных счастью и его аналогам – различным видам благополучия и удовлетворенности жизнью.

В данной статье автор делает теоретический обзор зарубежных и отечественных исследований, посвященных счастью – дефинициям счастья; коррелятам, детерминантам счастья, различным подходам к пониманию счастья, теориям и моделям счастья, желая найти ответ на вопросы: «Что такое счастье?», «От чего зависит счастье?».

В результате анализа литературы мы пришли к выводам, что счастье – динамическое образование и универсальный термин. В социопсихологических исследованиях счастье часто выступает как аналог субъективного благополучия или его гедонистический компонент.

Актуальность работы определяется значимостью исследуемого концепта, связанного с изучением счастья и субъективного благополучия людей.

**Ключевые слова:** счастье; корреляты счастья; благополучие; субъективное благополучие; удовлетворенность жизнью; процветание

## Введение

Каждый человек стремится к счастью и благополучию.

Счастье – субъективно-объективное понятие, часто основанное на метафорах (счастье, что оно, та же птица, упустишь – и не поймаешь).

Не смотря на зыбкость и расплывчатость формулировок счастья, последние полвека для оценки эффективности деятельности государства наряду с показателями ВВП все чаще используют показатели счастья, благополучия, удовлетворенности жизнью, качества жизни.

Показатели ВВП сами по себе не содержат информации о том, насколько удовлетворены люди своей работой, зарплатой, медицинским обслуживанием, экологической ситуацией, хватает ли им времени для общения и досуга, есть ли у них возможности для раскрытия потенциала, насколько в целом люди удовлетворены жизнью, благополучны и счастливы.

Государственные и международные институты, с целью изучения благополучия и счастья граждан, вводят различные параметры для их измерения, например: международный индекс счастья (Happy planet index), валовое национальное счастье (Gross-national happiness) глобальный индекс благополучия (Gallup– Healthways Well-Being Index).

Интерес к счастью за последние полвека в научном мире возрос. Появилось огромное количество исследований, посвященных счастью. Возникли понятия «всеобщего счастья» (overall happiness), «процветания» (prosperity).

Не смотря на широкую область употребления дефиниции счастья, в настоящее время не существует общепринятого определения счастья. В экономике, социологии и психологии счастье часто используют в качестве аналога или заменителя таких понятий как благополучие, субъективное благополучие, удовлетворенность жизнью.

В данной статье автор делает теоретический обзор зарубежных и отечественных исследований, посвященных счастью – его определению, коррелятам, детерминантам счастья, различным подходам к пониманию счастья, теориям и моделям счастья, одновременно пытается найти ответ на вопросы: «Что такое счастье?», «От чего зависит счастье?»

Цель данной работы – на основе обзора и теоретического анализа психологической литературы, посвященной феномену счастья, разобрать его структуру, рассмотреть ведущие теории и модели счастья.

В методологические принципы данной работы входят системный и феноменологический подходы, а также метод обзора предметного поля.

Актуальность работы определяется значимостью исследуемого концепта, связанного с изучением счастья и благополучия людей.

## О феномене счастья

*Все понимают, что такое счастье, но никто не может дать ему определение*

*H.M. Jones*

Сложность дефиниции счастья в том, что нет единого определения счастья, но есть различные трактовки счастья. На протяжении многих веков проблема счастья считалась философской, этической, теологической, экзистенциальной, политической. Сравнительно

недавно она стала социальной, психологической и экономической. В науке появились понятия «всеобщего счастья» (overall happiness), процветания (flourish).

В психологии счастье рассматривают как: яркую положительную эмоцию; позитивное психоэмоциональное состояние; аналог субъективного / персонального / психологического благополучия (Bradburn, Diener, Veenhoven, Рифф, Lyubomirsky, Kahneman, Аргайл; Seligman, Crisp, Feldman, Джидарьян; Sheldon, Леонтьев и др.). Некоторые исследователи считают счастьем эмоциональную составляющую субъективного благополучия (Waterman, Kraut), другие приравнивают счастье к полной удовлетворенности жизнью. Отметим, что субъективное благополучие наука изучает последние пятьдесят лет, ответ на вопрос: «что такое счастье?» человечество ищет на протяжении тысячелетий.

Древнегреческие философы Аристотель, Боэций и Геродот понимали счастье как высшее благо, доступное человеку [1]. Аристотель связывал счастье с добродетелью и святостью, полагая, что эвдемония (с греческого Ἐυδαιμονία – процветание, блаженство, счастье) ведет к добродетельной, достойной жизни, наполненной радостью не чувственной, а духовно-возвышенной.

Современные ученые чаще трактуют эвдемонию не как счастье, а как «благополучие». McMahon [2] считает, что древнегреческий термин «eudaimonia», который часто переводят как счастье (happiness) на английский язык, представляет собой комбинацию из eu (хороший) и daimon (бог, дух, демон). Эвдемония находится внутри понятия «фортуна» и означает «иметь хорошую духовную силу на своей стороне, удачу». McMahon заключает: «Счастье – это то, что случается с нами, и над чем мы не имеем контроля» [2].

Аристипп, основоположник гедонизма, считал высшим благом удовольствие и радость (наслаждение) и различал два состояния души: одно из них нежное, мягкое, другое – жесткое и грубое. Путь к счастью, по Аристиппу, лежит к достижению максимального удовольствия при избегании боли. Данный принцип Н. Брэдбёрн положил в основу своей теории психологического благополучия, где счастье представляет собой баланс позитивного и негативного аффектов. Джон Стюарт Милль в «Утилитаризме» (1861) высказался о счастье в гедонистическом духе: «Счастье есть стремление к удовольствию и отсутствие боли».

Следует учесть, что ощущение счастья субъективно, его каждый понимает по-своему: «Одним счастьем кажется добродетель, другим – рассудительность, третьим — известная мудрость, а иным все это вместе или в соединении с удовольствием, есть такие, что включают в понятие счастья и внешнее благосостояние» [3, с. 56].

Демокрит понимал под счастьем состояние эвтюмии (др.-греч. εὖ – благо, θυμός – дух) благодущие, хорошее расположение духа), считая его наиболее благоприятным душевным состоянием человека, для которого характерны спокойствие, невозмутимость, довольство, рекомендуя его как идеал и образ жизни [4].

Представители стоицизма (Марк Аврелий, Сенека, Эпиктет) основным фактором счастья считали внутреннее состояние человека. М. Аврелий писал: «Ни один человек не счастлив, пока он не считает себя таковым». Подобный взгляд на счастье разделяли Ницше: «Несчастливым или счастливым человека делают только его мысли, а не внешние обстоятельства, управляя своими мыслями, он управляет своим счастьем»; В. Татаркевич: «В конечном счете, счастье определяют не блага, а чувства; не то, чем мы обладаем, а то, как мы на это реагируем» [1]; М. Чиксентмихайи: «Счастье зависит не от того, что с нами случается, а от интерпретации событий» [5].

С течением времени смысловое наполнение конструкта «счастье» менялось, но неизменно благополучие и счастье оставались целью человеческой деятельности и идеалом, к которому стоит стремиться [6].

Основатель психоанализа З. Фрейд считал главным в психической жизни человека стремление к удовольствию и избегание неудовольствия. Вместе с тем Фрейд утверждал, что цивилизация препятствует достижению человеком счастья, вынуждая его подавлять инстинкты, отказываться от желаний или откладывать их исполнение на потом. «В план “творения” не входило, чтобы человек был счастлив. То, что мы называем счастьем, есть внезапное удовлетворение желания» [7].

Во второй половине двадцатого века появилось много работ по теории и философии счастья, например, работы Джонса (Jones, 1953); Вессермана (Wesserman, 1957); Вильсона (Wilson, 1960); Вессмана и Рикса (Wessman, Ricks, 1966); Брандта (Brandt, 1967); Чеколы (Chekola, 1975); Татаркевича (1976); Фридмана (1978); Аргайла (1987); Вееenhoва (Veenhoven, 1993); Канемана (1999) и др.

Польский философ и искусствовед В. Татаркевич, исследовавший феномен счастья, определил его как сложное нравственно-психологическое состояние человека, имеющее объективный контекст (благоприятные события в жизни) и субъективный (приятные переживания). Счастье он представляет не как обладание благами, а как положительный баланс жизни (преобладание добра над злом). Ученый замечает, что счастье заключается в ощущении динамики жизни и желании достичь поставленной цели, а не в состоянии непрерывной радости. Эта идея нашла подтверждение в теории достижения целей [8]. В. Татаркевич разделяет счастье идеальное, к которому человек стремится и реальное, каким он обладает, отмечая психологическую способность человека переносить на всю жизнь в целом удовлетворенность одним ее аспектом.

Французский писатель – эссеист П. Брюкнер считает, что нет ничего более расплывчатого, чем понятие счастья, называет его «самым хрупким чувством». Вступая в заочную полемику с Татаркевичем, Брюкнер высказывает мысль, что мечта человечества обрести идеальное или совершенное счастье неосуществима, именно поэтому мы особенно ценим удачу, удовольствия, везение [9].

Ф. Фельдман замечает, что счастье – термин для сравнения [10]. Самнер утверждает: человек счастлив, если он удовлетворен обстоятельствами своей жизни или ее условиями [11]. М. Чекола считает счастьем коллекцию приятных моментов и гармоничное удовлетворение желаний и целей [12]. Фельдман резюмирует: «Мы можем сказать, что счастливы, если довольны собой, находимся в хорошем расположении духа, хорошем настроении, имеем приятные моменты» [10]. Хэйброн (Haybron) понимает под дефиницией «счастье» не хорошее настроение, а психическое процветание [13, с. 31].

Свое определение счастья есть у голландского ученого Руута Вееenhoва, руководителя World Database of Happiness: «степень, с которой индивид оценивает общее состояние своей жизни как положительное» [14, с. 3]. П.А. Сорокин считает счастье важной составляющей человеческого развития, помещая его во главу иерархии духовных ценностей [15].

Д. Леонтьев определяет счастье как эмоциональное (или аффективное) состояние (переживание), характеризующееся максимальной выраженностью положительной окраски [16, с. 19].

### Счастье – динамическое образование

Счастье – динамическое образование, степень и глубина ощущений счастья нестабильны, они могут меняться несколько раз в течение одного дня или чаще. Из чего состоит счастье? Некоторые исследователи полагают, что счастье состоит из суммы приятных и неприятных эмоций и опыта [17]. Американский психолог Б. Фредриксон проводила

эмпирические лонгитюдные исследования влияния эмоций на человека, в результате которых выяснила, что для эмоционального благополучия человека соотношение положительных и отрицательных эмоций не должно быть равным, необходимо преобладание положительных эмоций в соотношении 3:1 [18; 19]. Фредриксон уверена, что через положительные эмоции люди становятся более творческими, психически устойчивыми и более счастливыми.

Наybron в работе «The pursuit of unhappiness» обратил внимание на нетождественность понятий «счастливый человек» и «счастливая жизнь» [20]. 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» [21], а Д. Леонтьев – «острое счастье» [16].

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 [22]. Kahneman выделяет «мгновенное счастье» и «память о счастье» (счастье в прошлом) [23].

Человек, имеющий в целом счастливую жизнь, может сиюминутно чувствовать себя несчастным. Например, человек, проигравший спор в суде, переживающий расставание или смерть близкого человека. Другой пример: неудачник, имеющий множество потерь и разочарований в жизни, может испытывать удовольствие и счастье в моменте – от общения с друзьями, затяжки сигаретой, от хорошего секса, увлекательного чтения, просмотра интересного фильма, физической активности и т. п.

Данные результатов Всемирного опроса Гэллапа и социологических исследований Истерлина, подтвердили факт, что люди из слабо развитых стран, живущие скромно, даже бедно по капиталистическим стандартам, могут демонстрировать высокий уровень счастья. Термин «процветание», используемый как аналог счастья (например, Селигманом, Хэйброном) и соответствующий благополучной, полной довольствия жизни, приемлем как синоним «объективного счастья» или коррелирует счастья, потому как процветание способствует счастью. Исследования показывают: счастливыми могут быть люди, не процветающие в жизни, равно как люди, внешне благополучные и успешные (процветающие), могут ощущать себя субъективно несчастными.

Счастье – наивысшее благо в эвдемонизме и наивысшее наслаждение в гедонизме. Человек, достигший вершины счастья, уже не может ничего желать, но ощущение наивысшего счастья непродолжительно. «Мы так устроены, что можем интенсивно наслаждаться только контрастом, и, весьма мало – самим состоянием», – писал З. Фрейд [7]. Сильные эмоции истощают человека. Сладострастные ощущения во время оргазма длятся всего несколько секунд и скоро сменяются состоянием спокойного удовлетворения.

И. Бунин вспоминал, что Л. Толстой однажды заметил: «Счастья в жизни нет, есть только зарницы его – цените их, живите ими» [24].

Руут Веенховен считает, что уровень счастья, как уровень здоровья и благосостояния, является одним из важных показателей комфортности общества или государства для жизни [25, с. 124].

### Корреляты счастья

Вильсон в своей работе «Correlates of avowed happiness» составил социопсихологический портрет счастливого человека. «Счастливый человек молод, здоров,

хорошо образован, оптимистичен, имеет хорошо оплачиваемую работу. Он не обеспокоен, религиозен, состоит в браке, имеет высокое чувство самоуважения, высокий моральный дух, умеренные притязания, развитые интеллектуальные способности» [26].

Что еще влияет на ощущение счастья? Вееenhoвен, создатель всемирной базы данных счастья [27], в 1994 году выпустил трехтомник «Корреляты счастья», где подверглись анализу 630 крупнейших исследований счастья. Исследователь считает: счастье зависит от сравнений, стандарты сравнений регулируются, представляя собой произвольные конструкты [14]. В результате других исследований было установлено, что счастье может быть не связано с реальными условиями жизни или ее качеством, оно зависит от различных обстоятельств, не только материальных [28].

Поговорка «С милым и в шалаше рай» на бытовом уровне подтверждает выводы исследователей о том, что любовь – наиболее влиятельный ресурс для счастья [29; 30, с. 95].

Изменение жизненных условий в лучшую или худшую сторону только на короткий промежуток времени влияет на ощущение счастья [28]. Например, до развода и сразу после развода многие люди чувствуют себя несчастными. Спустя некоторое время субъективное благополучие большинства из них стабилизируется. Следует отметить, что после негативных событий адаптация идет медленнее, чем после позитивных.

Люди больше счастливы после трудных времен (Купи козу, продай козу). Большинство людей утверждает, что они счастливы [20; 28; 31]. Жертвы несчастных случаев, инвалиды могут быть не менее счастливы, чем сорвавшие джекпот в лотерею [32]. Стабильные жизненные условия не всегда гарантируют счастье [33]. Понижают уровень счастья бедность, война, изоляция [14]. Люди чаще положительно оценивают свою жизнь, чем нейтрально [14]. На ощущение счастья влияют когнитивные процессы, например, результат сравнений реальной жизни с представлениями о том, какая она должна быть [34]. Достижение жизненных целей способствует возникновению переживаний счастья [35].

Влияет ли возраст на ощущение счастья? Результаты некоторых исследований показали, что пожилые люди счастливее молодых [36; 37].

Д. Бланчфлауа и А. Освальд установили, что в детстве и старости люди наиболее счастливы [38]. Счастье положительно влияет на здоровье, а здоровье, в свою очередь, на продолжительность жизни [39].

В целом счастье зависит от того, насколько глубоко человек способен воспринимать гедонистический уровень аффекта (наслаждение), с учетом врожденных способностей, определяющих фактический лимит человеческой адаптивности [14].

### Теории, концепции и модели счастья

Гедонистические (др.-греч. ἡδονή «наслаждение, удовольствие») теории счастья и подходы к его изучению делают акцент на чувственном начале, преобладании наслаждения/удовольствия над болью, опираются на сиюминутный субъективный опыт (Аристипп, Bentham, Bradburn, Campbell, 1973; Davis, 1981; Diener, 1984; Аргайл, 1987; Parducci, 1995; Crisp, 2006; Feldman, 2004; Schimmack и др.).

Теории удовлетворения желаний и предпочтений Desire/preference-satisfactionism объявляют своей целью получение желаемого (Brandt, 1979; Davis, 1981; Griffin, 1986; Railton, 1986; Kahneman, 1999; Heathwood, 2006; Lukas, 2010). Наполненность желаниями согласно данным теориям способствует счастью, независимо от соотношения «боль – удовольствие».

Некоторые психологические теории благополучия трактуют счастье как полную удовлетворенность жизнью (life satisfaction as a whole) т. н. «объективные теории» (Nozick, 1989; Kahneman, 1999; Sumner, 1996; Fletcher, 2013).

Теории объективного списка (objective-list theories) (Parfit, 1984; Nussbaum, 1992; Sen, 1985; Finnis, 2011; Fletcher, 2013) представляют счастье в реальном мире утилитарных и духовных ценностей. Там счастье воплощается в такие понятия как карьера, красота, комфорт, образование, любовь, знания, дружба, свобода от боли и разочарования, религиозность, здоровые детско-родительские отношения, душевная гармония и др. [40].

Эвдемонистические теории счастья концентрируют внимание на благополучии как показателе позитивного функционирования личности. Они связывают счастье человека с самопознанием, самовыражением, развитием личного потенциала вкупе с позитивными эмоциями (Jahoda, Ryff, Ryan and Deci 2001; Kraut 2007; Haybron, 2008; Waterman, 1993). Социопсихологическая теория процветания содержит перечень элементов позитивного функционирования, пересекающихся с областями, составляющими очень счастливую жизнь (процветание): содействие счастью других, продуктивная повседневная деятельность, благодарные взаимоотношения [41].

Согласно теории деятельности, если человек погружен в состояние «потока», полностью увлечен процессом, он счастлив. Удовлетворение от деятельности возникает, если индивидуальные способности индивида соответствуют способностям, необходимым для выполнения данной деятельности [5].

Теория аутентичного (подлинного) счастья, разработанная М. Селигманом [42], имеет свои «рутеры счастья», способствующие построению полноценной, наполненной жизни. Это: удовольствие и позитивные эмоции (приятная жизнь); вовлеченность или поток (хорошая жизнь); смысл (осмысленная жизнь). Совершенствуя теорию подлинного счастья, М. Селигман включил в нее дополнительные компоненты: достижения и социальное взаимодействие (связь с другими).

Теория установочных значений (setpoint theory) предполагает, что каждый индивид имеет установку на количество счастья, заложенную генетически или связанную с особенностями личностных качеств и характера (оптимисты, пессимисты). У пессимиста стакан всегда наполовину пуст, у оптимиста – на одну восьмую, но полон.

Жизненные события (неудачный брак, потеря работы, болезнь) могут понизить его обычный уровень счастья, но через некоторое время гедонистическая адаптация вернет индивида на его привычный уровень счастья [28; 43; 44]. Согласно setpoint theory объективные жизненные обстоятельства не оказывают значительного влияния на ощущение счастья.

Соня Любомирски с коллегами вывели свою формулу счастья:

$$H = S + C + V,$$

где H – счастье (Happiness), S – биологическая точка стабильности (biological set point), C – условия жизни (conditions of life), V – сознательная активность (voluntary activities) [45].

Телические теории счастья основаны на убеждении, что людей делает счастливыми удовлетворение потребностей или достижение целей. Любая потребность вызвана недостатком чего-то, и, удовлетворяя потребность, индивид повышает свой уровень счастья.

Брикман и Кэмпбэлл ввели термин «гедонистическая беговая дорожка» как метафору ситуации, когда с ростом доходов соответственно растут человеческие притязания, при этом уровень счастья не повышается. Человек быстро привыкает к хорошей жизни и хочет еще большего [28; 32].

Позже Э. Динер с коллегами внесли коррективы и дополнения в эту теорию, уточнив, что уровень гедонистического индивидуального благополучия у людей различный, что отчасти зависит от темперамента и может изменяться в различных направлениях. Кроме того, люди имеют разную индивидуальную адаптацию, некоторые индивиды под воздействием внешних факторов изменяют уровень своего эмоционального благополучия, другие нет [46].

Czapiński and Peeters (1991) представили трехуровневую модель счастья в форме луковицы: в сердцевине расположили волю к жизни, в средний уровень поместили субъективное благополучие, а наружный слой составил недавний чувственный опыт и удовлетворенность отдельными жизненными сферами [47].

Л. Левит в 2006–2010 годах разработал личностно-ориентированную концепцию счастья (ЛОКС), объединяющую эвдемонистический и гедонистический подходы и трехуровневую модель счастья, состоящую из биологического, психологического и социального уровней [48].

Д. Леонтьев предложил двухуровневую модель счастья, в которой выделил «активные» и «пассивные» элементы. Первый уровень (пассивное счастье) составляет субъективное переживание удовлетворения базовых потребностей, определяемое внешними условиями и набором личностных черт; второй уровень (активное счастье) составляют субъективные переживания достижений личных смыслов и целей [49]. Позже Д. Леонтьев внес коррективы в свою модель счастья, обозначив «активное» счастье как «бытийное – или самодетерминированное, за пределами простого благополучия, характеризующее успешность в реализации индивидуального экзистенциального проекта, или осмысленных жизненных целей» [16, с. 15].

Д. Леонтьев представляет счастье как универсальный конструкт, полагая, что «счастье не может быть умеренным, половинчатым; оно всегда рассматривается как предельное состояние; количественно измерять можно только длительность или устойчивость его проявления в жизни человека» [16, с. 18].

### Обсуждение

В данной работе мы провели теоретический анализ феномена счастья на основе обзора психологической литературы по данной тематике. Рассмотрели различные теории, концепции, модели счастья, корреляты и детерминанты счастья, научные подходы к их пониманию. В результате анализа материала по проблеме исследования, мы сделали вывод, что настоящее время в психологической науке отсутствует единый подход к дефиниции счастья, а термины «благополучие», «субъективное благополучие», «удовлетворенность жизнью», «процветание» часто используются как его аналоги [28]. Однако эти понятия отличаются по своим характеристикам.

В изучении счастья в социогуманитарных науках сформировалось два основных подхода: эвдемонистический, идущий от Аристотеля и понимающий счастье как благо, и гедонистический, трактующий счастье как удовольствие. Основоположник гедонизма, Аристипп, считал удовольствие высшим благом. Смысл жизни по Аристиппу – достижение максимального удовольствия при избегании боли.

Основные теории счастья сформировались под влиянием вышеназванных подходов. Помимо гедонистических теорий благополучия (Брэдбёрн, 1969; Динер, 1984; Veenhoven) или эвдемонистических (Татаркевич, 1979; Csikszentmihalyi, 1988; Рифф, 1989; Ryan, Deci, 2000; Waterman, 1993), множество теорий содержат в себе концептуальные признаки обоих подходов (так называемые «гедоэвдемонистические»). Это теория аутентичного счастья Селигмана; социопсихологическая теория процветания Динера (2010); теория «луковицы» Czapiński and



Peeters; эвдемонистическая теория счастья и процветания Хэйбрана; личностно-ориентированная концепция счастья (ЛОКС) Л. Левита, двухуровневая теория счастья Д. Леонтьева 2020; теории объективного списка (Arneson, 1999), теории удовлетворения желаний и предпочтений (Murphy, 1999) и др.

Счастье в теориях благополучия является его аналогом (Бредбёрн, Динер, 1984; Рифф, Селигман, Grijps, 2006), либо его эмоциональным или гедонистическим компонентом, как в концепциях Czapinski and Peeters, Diener, 2000; Kahneman, 1999; Feldman, 2010. В некоторых теориях благополучия счастьем не всегда находится место, например, в эвдемонистических теориях или теориях объективного списка. Теории желаний или предпочтений (desire/preference-satisfactionism) могут не содержать счастье в качестве компонента, допуская, что исполнение желаний может делать людей счастливыми [50].

Не смотря на отсутствие в некоторых теориях благополучия компонента счастья, его можно считать показателем благополучия [51] или индикатором позитивных изменений в субъективном благополучии [52].

Проанализировав дефиниции, структуру и концепции счастья, мы пришли к выводу, что счастье – динамическое образование и универсальный термин. В социопсихологических исследованиях счастье часто выступает как аналог субъективного благополучия или его гедонистический компонент.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Татаркевич В. О счастье и совершенстве человека / пер. с польск. М.: Прогресс, 1981. 365 с.
2. McMahon, D.M. (2006). Happiness: A history. New York, NY: Atlantic Monthly Press. P. 19.
3. Аристотель. Никомахова этика // Аристотель. Соч.: в 4 т. Т. 4. / пер. с древнегреч. М.: Мысль, 1984. 830 с.
4. Шамсетдинова А.П. Социальный образ счастья и проблема его идентификации в философских учениях древнего мира / А.П. Шамсетдинова // Философская мысль и философское образование в Республике Башкортостан: история и современность. Уфа: РИЦ БашГУ, 2008. С. 137–143.
5. Чиксентмихайи М. Поток. Психология оптимального переживания / пер. с англ. М.: Альпина Нон-фикшн, 2013. 464 с.
6. Джидарьян И.А. Психология счастья и оптимизма / И.А. Джидарьян. М.: Институт психологии РАН, 2013. 268 с.
7. Фрейд З. Неудовлетворенность культурой. Аналитическое повествование. М. Московский рабочий, 1990. С. 16.
8. Brunstein, J.C. Personal goals and subjective well-being [Text] / J.C. Brunstein // Journal of Personality and social psychology. – 1993. – № 65. – P. 1061–1070.
9. Брюкнер П. Вечная эйфория. Эссе о принудительном счастье // Издательство Ивана Лимбаха, С-Пб, 2007.
10. Feldman F. (2006). Whole Life Satisfaction Concepts of Happiness. University of Massachusetts at Amherst <https://philpapers.org/rec/FELWLS>.
11. Sumner L.W. Welfare, happiness, and ethics / L.W. Sumner. Oxford University Press, USA, 1999, с. 625.
12. Chekola M.G. (1975). Doctoral dissertation, University of Michigan, (1974). Dissertation Abstracts International, 35.4609A (University Microfilms) № 75-655.

13. Haybron D. Happiness, the Self and Human Flourishing Cambridge University Press, 2008.
14. Veenhoven R. Is happiness relative? [Text] / R. Veenhoven // Social Indicators Research. – 1991. – Vol. 24. – № 1. – P. 1–34. С. 2–3, с. 3.
15. Сорокин П.А. Социологический прогресс и принцип счастья // Социолог. исслед. 1988. № 4.
16. Леонтьев Д.А. Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. 2020. № 1. С. 14–37.
17. Kozma A., Stones M.J. (1980). The measurement of happiness: Development of the Memorial University of Newfoundland Scale of Happiness (MUNSH). Journal of Gerontology, 35, 906–912.
18. Fredrickson B.L. (1998). What good are positive emotions? Riew of General Psychology, 2, 300–319.
19. Fredrickson B.L. 2004. The broaden-and-build theory of positive emotions The Royal Society. Phil. Trans. R. Soc. Lond. B (2004) P. 1367–1377.
20. Haybron D.M. The pursuit of unhappiness: The elusive psychology of wellbeing [Text] / D.M. Haybron. – OUP Oxford, 2008. – P. 376.
21. Feldman Fred. 2010. What is this thing called “Happiness”. New York: Oxford University Press <http://dx.doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199571178.001.0001>.
22. Raibley J. Happiness is not Well-Being [Text] / J. Raibley // Journal of Happiness Studies. – 2012. – Vol. 13. – № 6. – P. 1105–1129.
23. Kahneman D. (1999). Objective happiness. In D. Kahneman, E. Diener & N. Schwarz (Eds.). – New York: Russell Sage Foundation Press, 1999. – 608 p.
24. Бунин И. Книга «Том 5. Жизнь Арсеньева. Рассказы 1932–1952» Электронный ресурс: <https://litlife.club/books/180024/read?page=141>.
25. Veenhoven, R. Happiness in nations: Subjective appreciation of life in 56 nations 1946–1992 [Text] / R. Veenhoven // World Database of Happiness. – 1993. – Vol. 44. – № 6. P. 124.
26. Wilson W. 1967. Correlates of Avowed happiness. Psychological Bulletin, 67, 284–306.
27. Veenhoven R. (2010) World database of happiness: Continuous register of research on subjective enjoyment of life. Rotterdam: Erasmus University Rotterdam. Available at: <http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl>.
28. Easterlin R.A. Explaining happiness PNAS September 16, 2003. vol. 100 no. 19 11176–11183 [www.pnas.org/cgi/doi/10.1073/pnas.1633144100](http://www.pnas.org/cgi/doi/10.1073/pnas.1633144100).
29. Gordon R.M. 1975. The effects of interpersonal and economic resources upon values and the quality of life. (Doctoral dissertation, Temple University, 1975). Dissertation Abstract International, 36, 31 22 B.
30. Аргайл М. Психология счастья / М. Аргайл. – СПб.: Питер, 2003 – 332 с.
31. Diener E., Diener C. (1996). Most people are happy. Psychological Science, 7, 181–185.
32. Brickman P. Hedonic relativism and planning the good society // М.Н. Appley (Eds.), Adaptation level theory / P. Brickman, D.T. Campbell. – New York: Academic Press, 1971. – P. 287–302.
33. Inglehart R. and Rabier J.R. (1984). Du Bonheur. Les Aspirations s’adaptent aux situations, Futurible, p. 29–58.

34. Diener E., Emmons R.A., Larsen R.J., Griffin S. The Satisfaction with Life Scale // Journal of Personality Assessment. 1985. №49, 1.
35. Emmons R.A., Larsen R.J., Levine, S., Diener, E. (1983, May). Factors predicting satisfaction judgments. Paper presented at the meeting of the Midwestern Psychological Association Convention, Chicago.
36. Diener E., Suh, E.M. (1998). Subjective well-being and age: An international analysis. In K.W. Schaie M.P. Lawton (Eds.), Annual review of gerontology and geriatrics (Focus on emotion and adult development, Vol. 17, pp. 304–324). New York: Springer.
37. Argyle M. (1999) in Well-Being: The Foundations of Hedonic Psychology, eds. Kahneman, D., Diener, E. Schwarz, N. (Russell Sage, New York), pp. 353–373.
38. Blanchflower D. and Oswald A. Is Well-being U-Shaped over the Life Cycle? Social Science and Medicine 2008.
39. Diener Ed. and M.Y. Chan, (2011). “Happy People Live Longer: Subjective Well-Being Contributes to Health and Longevity”. Applied Psychology: Health and Well-Being, 3(1), pp. 1–43. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1758-0854.2010.01045.x>.
40. Fletcher G. (2013). A Fresh Start for the Objective-list Theory of Well-being. Utilitas 25: 2, 206–220. <http://dx.doi.org/10.1017/S0953820812000453>.
41. Diener E., Kahneman D., Tov, W., & Arora, R. (2010). Income’s association with judgments of life versus feelings. In E. Diener, J. Helliwell, & D. Kahneman (Eds.) International differences in well-being (pp. 3–15). New York: Oxford University Press.
42. Seligman M.E., Steen, T.A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. American Psychologist, 60, 410–421.
43. Kammann R. (1983) Objective circumstances life satisfaction and sense of well-being: Consistencies across time and place. Z.J. Psychol. 12, 14–22.
44. Ormel J., VonKorff M., Jeronimus B., Riese H. Set-Point Theory and personality development. – 2017. Personality Development Across the Lifespan, pp. 117–137.
45. Lyubomirsky S., Sheldon K.M., Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. Review of General Psychology, 9, 111–131.
46. Diener E., Lucas R.E., Scollon C.E. (2006). Beyond the Hedonic Treadmill. American Psychologist May–June 2006.
47. Czapinski J. Peeters G. (1990/1991). The onion theory of happiness: Basic concepts and cross-cultural test. W: N. Bleichrodt i P.J.D. Drenth (red.).
48. Левит Л.З. Личностно-ориентированная концепция счастья: новая системная парадигма // Пед. образование в России. 2013. № 1. С. 102–111.
49. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Что надо для счастья: культурные, региональные и индивидуальные различия и инварианты источников счастья // Вестн. КРАУНЦ. Сер. Гуманит. науки. 2006. № 2. С. 3–12.
50. Angner Erik. (2012). “Subjective Well-Being: When, and Why, it Matters” (August 31, 2012). <http://ssrn.com/abstract=2157140> or <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.2157140>.
51. Taylor T.E. (2015). The markers of wellbeing: A basis for a theory-neutral approach. International Journal of Wellbeing, 5(2), 75–90.
52. Wren-Lewis, Sam. 2014. “How Successfully Can We Measure Well-being Through Measuring Happiness?” PhD Thesis, University of Leeds.

**Bulkina Natalia Anatolievna**

Rostov-on-Don, Russia

E-mail: [aboulkina@yandex.ru](mailto:aboulkina@yandex.ru)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0525-8313>

## About happiness: a review of foreign and domestic researches

**Abstract.** What is happiness? This is a subjective-objective concept, more often based on metaphors. People strive for happiness and wish it to their children, friends and relatives. The difficulty of understanding happiness is in the ephemerality and uncertainty of this construct. However in the socio-economic Sciences, the definition of happiness is often used as an analog or synonym of the concepts "good", "well-being", "subjective well-being", "psychological well-being", "flourish", "prosperity", "life satisfaction".

State and international organizations develop various parameters for measuring the happiness of the population, for example: Happy planet index, Gross-national happiness and others.

In the scientific world interest in happiness has only increased over the past fifty years. In the world appeared such concepts as "overall happiness", "prosperity", "flourish".

There is a huge amount of research dedicated to happiness, its analogues and substitutes-various types of well-being and life satisfaction. In this article the author makes a theoretical review of foreign and domestic research on happiness – definitions of happiness; correlates, determinants of happiness, different approaches to understanding happiness, theories and models of happiness.

The author tries to answer the questions: “What is happiness?”, “What does happiness depend on?”.

As a result of analyzing the literature, we came to the conclusion that happiness is a dynamic construct and a universal term. In sociopsychological research, happiness often appears as an analog of subjective well-being or its hedonistic component.

The relevance of this work is determined by the significance of the concept under study related to the study of people's happiness and subjective well-being.

**Keywords:** happiness; correlates of happiness; well-being; subjective well-being; life-satisfaction; prosperity