

**SCI-CONF.COM.UA**

# **MODERN RESEARCH IN SCIENCE AND EDUCATION**



**PROCEEDINGS OF IX INTERNATIONAL  
SCIENTIFIC AND PRACTICAL CONFERENCE  
MAY 2-4, 2024**

**CHICAGO  
2024**

# **MODERN RESEARCH IN SCIENCE AND EDUCATION**

Proceedings of IX International Scientific and Practical Conference

Chicago, USA

2-4 May 2024

**Chicago, USA**

**2024**

## **UDC 001.1**

The 9<sup>th</sup> International scientific and practical conference “Modern research in science and education” (May 2-4, 2024) BoScience Publisher, Chicago, USA. 2024. 874 p.

## **ISBN 978-1-73981-123-5**

The recommended citation for this publication is:

*Ivanov I. Analysis of the phaunistic composition of Ukraine // Modern research in science and education. Proceedings of the 9th International scientific and practical conference. BoScience Publisher. Chicago, USA. 2024. Pp. 21-27. URL: <https://sci-conf.com.ua/ix-mizhnarodna-naukovo-praktichna-konferentsiya-modern-research-in-science-and-education-2-4-05-2024-chikago-ssha-arhiv/>.*

### **Editor**

**Komarytskyy M.L.**

*Ph.D. in Economics, Associate Professor*

Collection of scientific articles published is the scientific and practical publication, which contains scientific articles of students, graduate students, Candidates and Doctors of Sciences, research workers and practitioners from Europe, Ukraine and from neighbouring countries and beyond. The articles contain the study, reflecting the processes and changes in the structure of modern science. The collection of scientific articles is for students, postgraduate students, doctoral candidates, teachers, researchers, practitioners and people interested in the trends of modern science development.

**e-mail:** [chicago@sci-conf.com.ua](mailto:chicago@sci-conf.com.ua)

**homepage:** <https://sci-conf.com.ua>

©2024 Scientific Publishing Center “Sci-conf.com.ua” ®

©2024 BoScience Publisher ®

©2024 Authors of the articles

## ПСИХОЛОГІЧНЕ ЩАСТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

**Шиделко Анна Володимирівна**

к. соц. н., доцент,  
доцент кафедри соціально-поведінкових,  
гуманітарних наук та економічної безпеки  
Інституту управління, психології та безпеки,  
Львівський державний  
університет внутрішніх справ

**Іванісова Анастасія Олексіївна**

студентка 3 курсу, спеціальності 053 «Психологія»  
Навчально-науковий інститут права, психології та інноваційної освіти,  
Національний університет «Львівська політехніка»

**Анотація.** Висвітлено питання психологічного щастя. Зокрема, розкрито за двома основними підходами: гедоністичним і евдемоністичним. Евдемоністична теорія підкреслює, що для досягнення психологічного щастя важлива самореалізація, моральні цінності та інші якості людини. Представлено напрацювання вчених, які конструктивно досліджували питання психологічного щастя особистості, зокрема М. Яходи, К. Ріфф, Н. Бредберна та інших.

**Ключові слова:** психологічне щастя, гедонізм, евдемонізм, студентська молодь, суб'єктивне щастя.

*Актуальність дослідження* полягає в тому, що в останні роки щастя особистості як психологічний феномен привернуло значну наукову увагу. Ця тема активно вивчається в психології з 80-х років минулого століття і залишається актуальною і в наш час, особливо з огляду на сучасні умови, які зумовлюють не лише психологічне щастя, але й життєстійкість особистості. Населення України, перебуваючи в умовах тривалого воєнного стану, відчуває значний психологічний тиск, що породжує несприятливий морально-психологічний клімат та може призвести до загального зниження задоволеності життям серед громадян. Однак не лише війна, а й інші чинники, такі як вплив

локдауну, спричиненого коронавірусом, на студентську молодь, підсилюють цю проблему. Умови дистанційного навчання ізолювали студентство від суспільства, що призвело до почуття самотності, тривоги та навіть депресивних станів. Тому вважаємо, що питання психологічного щастя студентської молоді є актуальним та на часі.

Метою дослідження є аналіз психологічного щастя студентської молоді. Психологічне щастя у своїх роботах розглядали такі науковці, зокрема як, К. Ріфф, Е. Дінера, П. Фесенко, А. Адлер, Дж. Боулбі, З. Фройд, Е. Фромм, К. Горні, Е. Еріксон, К. Юнг, Н. Бредберн, В. Жуковська.

Поняття щастя асоціюється з оптимальним психологічним функціонуванням та особистим досвідом. Сучасна психологія розкриває значення того, як людина сприймає позитивні аспекти свого існування, виражаючи різноманітні аспекти цього стану через суб'єктивне, психологічне, особистісне, емоційне та душевне щастя. У широкому розумінні, щастя розглядається як комплексний конструкт, що охоплює позитивні емоції, які переживає людина пов'язуючи їх із культурними, соціальними, психологічними, фізіологічними, економічними та духовними аспектами. Однак, це визначення не повністю розкриває психологічний зміст феномена, можливі методи та шляхи його розуміння та вплив на нього. Протягом останніх десятиліть вивчення психологічного щастя викликає значний інтерес і досліджується у різних наукових напрямках.

У науковій літературі розрізняють два підходи до вивчення психологічного щастя: гедоністичний і евдемоністичний. Гедонізм і евдемонізм ґрунтуються на різних уявленнях про природу людини та сутність ідеального суспільства. Відповідно до цього, вони розглядають різні аспекти того, як розвиток і соціальні процеси впливають на щастя, і вони різноманітно визначають способи досягнення життєвого успіху.

*Гедоністичний підхід* визначає щастя за допомогою переживання радостей та задоволення в житті. Ця концепція, яка співвідносить щастя з гедоністичним задоволенням має давню історію. У IV столітті до нашої ери

грецький філософ Арістіпп вважав, що головна мета життя полягає в досягненні максимальної кількості задоволення, а щастя становить собою сукупність гедонічних моментів людини.

Психологи, які приймають гедоністичну перспективу, зазвичай наголошують на широкому розумінні гедонізму, яке охоплює задоволення як розумове, так і фізичне. До гедоністичних теорій відносяться концепції, в яких щастя описується переважно у термінах задоволення та незадоволення, ґрунтуючись на балансі позитивних і негативних емоцій. Такий підхід властивий поглядам Н. Бредберна та Е. Дінера. Різниця між позитивними та негативними емоціями є ключовим показником психологічного щастя та відображає загальний рівень задоволеності життям. Прихильники цього підходу розуміють психологічне щастя як досягнення задоволення та уникнення незадоволення. Крім того, вони вважають, що здатність людини адаптуватися до соціального середовища визначає її психологічне щастя, а також є результатом соціального порівняння.

*Евдемоністичний підхід* наголошує на повній самореалізації людини. Попри широке поширення гедоністичних поглядів, багато філософів і релігійних вчителів, як зі сходу, так і з заходу, вважали щастя не головним критерієм. Наприклад, Аристотель розглядав гедонічне щастя як вульгарний ідеал, що робить людей рабами своїх бажань. Замість цього він стверджував, що справжнє щастя полягає у виявленні чесності, тобто у вчинках, які варто виконувати.

Е. Фромм, опираючись на аристотелівську думку, вказував на необхідність розрізнення між потребами, які приносять лише миттєве задоволення, і тими, які забезпечують особистісний розвиток та створюють евдемонію, тобто «щастя». Евдемоністична теорія підкреслює, що не всі бажання чи досягнення приносять щастя. Замість цього, означена теорія визнає особистісний розвиток як головний та необхідний елемент щастя. Цей підхід характерний для поглядів, зокрема А. Вотермена та О. Кроніка.

Зауважимо, що різноманітні дослідження науковців вказують на те, що

краще розглядати щастя як комплексне явище, яке охоплює як концепції гедоністичного підходу, так і аспекти евдемоністичного підходу.

Теоретичною основою дослідження психологічного щастя є концепція Н. Бредберна, який в 1969 році ввів термін «психологічне благополуччя» і розглядав його як особистісне почуття щастя та задоволення життям. Він також опирався на аристотелівське розуміння поняття «евдемонії» як виразу сутності психологічного щастя. Н. Бредберн відзначав, що психологічне щастя певною мірою сходиться з такими критеріями, як самореалізація, самооцінка та незалежність. Його теоретична модель психологічного щастя включає два компоненти: позитивний і негативний.

М. Яхода у ХХ столітті стала однією з перших, хто спробував створити комплексну модель психологічного щастя. Вона визначила шість основних аспектів психологічного щастя:

- самоприйняття, що відображає здатність індивіда приймати себе з усіма своїми перевагами та недоліками;
- особистісний зріст, який описує працю над самовдосконаленням та прагненням до ідеального «Я»;
- інтегрованість, яка визначає вміння, опірність та керованість у стресових ситуаціях;
- індивідуальне та точне відчуття реальності, включаючи бажання до саморозвитку, самостійної діяльності та розуміння суспільних потреб;
- компетентність у взаємодії з навколишнім соціальним середовищем, що включає здатність до соціальної адаптації та ефективного розв'язання проблем.

Американська вчена К. Ріфф внесла значний внесок у дослідження психологічного щастя. Згідно з її концепцією, психологічне щастя – це складний інтегральний феномен, який відображає позитивне функціонування особистості та проявляється в суб'єктивному відчутті задоволення від життя, реалізації власного потенціалу та якості комунікації з оточенням. Вона зауважує, що не все, що приносить задоволення в житті, сприяє досягненню

психологічного щастя. Дослідниця пропонує багатовимірну модель, що ґрунтується на ідеях М. Яходи. У своїй структурі психологічного щастя вона виділяє шість складових:

- позитивні відносини з оточенням, що містять прив'язаність та співчуття;
- самоприйняття, що описує усвідомлення та прийняття себе, своїх особистісних особливостей та задоволення рівнем індивідуального розвитку;
- наявність цілей в житті, яка виражається у постановці особистісних цілей та переживанні осмисленості;
- автономія, що передбачає незалежність у прийнятті рішень та здатність до саморегуляції;
- особистісне зростання, що описує прагнення до розвитку та набуття нових навичок;
- управління навколишнім середовищем, що включає здатність контролювати та створювати оптимальні умови для реалізації своїх прагнень.

Модель психологічного щастя, запропонована К. Ріфф опирається на «Нікомаховій етиці» Аристотеля, де він чітко наголошує, що щастя – це не лише відчуття насолоди від життя, а, передусім, життя у чеснотах [6, с. 13].

Щодо сучасних досліджень психологічного щастя, їх можна розглядати у двох основних напрямках: аналізі зовнішніх і внутрішніх чинників щастя. Основна увага у контексті дослідження зовнішніх факторів щастя зосереджена на таких аспектах:

- дослідження зв'язку між щастям та фізичним здоров'ям людини;
- аналіз взаємозв'язку суб'єктивного щастя та матеріального стану;
- вивчення зв'язку суб'єктивного щастя та адаптації до життєвих подій.

*Психологічне щастя студентської молоді* являє собою комплексну сукупність психологічних характеристик, які визначаються впливом різноманітних зовнішніх та внутрішніх факторів і сприяють позитивному функціонуванню особистості під час навчально-професійної діяльності.



Структура психологічного щастя молоді включає п'ять компонентів:

- гносеологічний, який передбачає комплекс знань про природу та особливості психологічного щастя;
- мотиваційний, що описує систему мотивацій, яка впливає на орієнтацію особистості в життєвій діяльності;
- афективний, що містить емоційне ставлення до себе та навколишнього середовища;
- ціннісний, який визначає систему цінностей та уявлень про себе, життя та професійну діяльність;
- конативний, що охоплює комплекс вмінь та здібностей, які дозволяють успішно реалізовувати власну діяльність та відчувати комфорт [1; 3].

Суб'єктивне щастя вважають синонімом психологічного щастя, також використовується як термін для вираження понять «щастя» та «задоволеність життям», і містить особисту оцінку життя людиною. Автори гедоністичної теорії, такі як Н. Бредберн та Е. Дінер, розглядають суб'єктивне щастя як складну суму трьох аспектів: задоволення життям, відсутність негативних відчуттів та наявність позитивних емоцій. З іншого боку, прихильники евдемоністичного підходу враховують три ключові компоненти: самодетермінацію, компетентність та позитивні стосунки. Згідно з концепцією Е. Дінера, високий рівень суб'єктивного щастя можливий лише тоді, коли особистість відчуває задоволення своїм життям та рідко переживає негативні емоції [4].

Дослідження суб'єктивного щастя молоді здійснюється в широкому спектрі напрямків, що є актуальними для молоді. Ці аспекти включають такі ключові питання, як: взаємозв'язок щастя молоді з трансформаційними процесами в суспільстві, соціальна мобільність та зайнятість молоді; зміни цінностей на особистісному рівні, їхні характеристики та напрямки (зокрема «модернізація» та «постмодернізація») в умовах соціокультурної трансформації; можливості корекції негативних аспектів соціально-

психологічного ставлення молоді до здоров'я залежно від їхнього економічного статусу; зв'язок психологічного змісту щастя студентів з типами їхньої спрямованості – гуманістичної, прагматичної, екзистенційної та егоцентричної; формування стійкої ідентичності молоді в умовах сучасного суспільства як чинника їхнього психологічного щастя та інші [2].

Фактори суб'єктивного щастя охоплюють різноманітні явища, які впливають на індивідуальне сприйняття щастя та відображають потреби, інтереси та установки особистості стосовно досягнення власного щастя і підвищення загального щастя.

Однією з теоретичних проблем постає співвідношення понять суб'єктивного і психологічного щастя, яке вирішується через розуміння суб'єктивного щастя як складової частини психологічного і, навпаки, тлумачення психологічного щастя як компоненту суб'єктивного щастя, через їх ототожнення або об'єднання. Вказується, що частіше ці поняття розглядаються як показники, що доповнюють позитивне функціонування людини [5, с. 88].

У результаті теоретичного аналізу психологічного та суб'єктивного щастя, можна встановити, що нема єдиного підходу або ж думки, щодо визначення цих феноменів. Однак, встановлено, що ці поняття, як правило вживають як синонімічні значення.

У висновках зазначимо, що психологічне щастя вивчається впродовж тривалого часу і розглядається за двома основними підходами: гедоністичним і евдемоністичним. Евдемоністична теорія підкреслює, що для досягнення психологічного щастя важлива самореалізація, моральні цінності та інші якості людини.

М. Яхода була однією з перших, хто спробував створити комплексну модель психологічного щастя, що включала шість складових. К. Ріфф, яка представляє евдемоністичний підхід, врахувала ці аспекти, створивши свою модель, яка містила компоненти, такі як позитивні стосунки з оточенням, самоприйняття, постановка цілей в житті, автономія, особистісний розвиток та управління навколишнім середовищем. Гедоністична теорія зауважує, що для

досягнення психологічного щастя важливе задоволення потреб та відсутність стресу. Концепція Н. Бредберна служить теоретичною основою для дослідження психологічного щастя, що є системою якостей особистості, яка відображає рівень задоволення життям, оцінку себе та суб'єктивне переживання щастя. Цей феномен можна розглядати з об'єктивної та суб'єктивної думки.

Психологічне щастя студентів визначається комплексом внутрішніх і зовнішніх факторів, які сприяють позитивному розвитку особистості під час навчання та професійної діяльності. Це явище включає низку компонентів, серед яких гносеологічний, мотиваційний, афективний, ціннісний та конативний аспекти. Термін «суб'єктивне щастя» вживається як синонім для «щастя» та «задоволення життям», і відображає оцінку особистістю свого життя. Дослідження суб'єктивного щастя молоді містить низку важливих аспектів, таких як соціальна мобільність, зміни цінностей, взаємозв'язок здоров'я та економічного статусу, типи особистісної спрямованості та формування ідентичності. Ці дослідження є важливими для розуміння та підтримки психологічного щастя молоді в сучасному суспільстві.

## СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Габа І. М. Психологічне благополуччя студентської молоді: гендерний аспект. 2019. – С. 150-154. – URL: [http://www.tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/1\\_2019/part\\_1/32.pdf](http://www.tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/1_2019/part_1/32.pdf).
2. Горбаль І. С. Відчуття суб'єктивного благополуччя як передумова та втілення психологічного здоров'я особистості. URL: [https://www1.lvduvs.edu.ua/documents\\_pdf/library/visnyku/nvsp/02\\_2012\\_2/12gispzo.pdf](https://www1.lvduvs.edu.ua/documents_pdf/library/visnyku/nvsp/02_2012_2/12gispzo.pdf).
3. Гранкіна-Сазонова Н. В. Психологічне благополуччя та життєстійкість студентів-психологів як важливі чинники освоєння професії. *Psychological Journal*. 2018. Вип. 7(17). С. 23-42. URL: [https://www.researchgate.net/publication/329804211\\_THE\\_PSYCHOLOGY\\_STUDENTS\\_PSYCHOLOGICAL\\_WELLBEING\\_AND\\_HARDINESS](https://www.researchgate.net/publication/329804211_THE_PSYCHOLOGY_STUDENTS_PSYCHOLOGICAL_WELLBEING_AND_HARDINESS).

4. Джабаррова Л. В. Дослідження структури психологічного благополуччя студентської молоді. URL: [http://tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/1\\_2018/4.pdf](http://tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/1_2018/4.pdf).
5. Котлова Л. О. Психологічне благополуччя: чинники та складові. URL: <http://eprints.zu.edu.ua/27817/1/Kotlova.pdf>.
6. Радько О. В. Феномен психологічного благополуччя особистості в сучасній психології та його компоненти: теоретична модель. *Теорія і практика сучасної психології*. URL: [http://www.tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/6\\_2019/part\\_1/32.pdf](http://www.tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/6_2019/part_1/32.pdf).