

## **ТРАНСФОРМАЦІЯ БАЧЕННЯ ЖИТТЄВОГО ШЛЯХУ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ МЕХАНІЗМ ДОСЯГНЕННЯ СУБ'ЄКТИВНОГО ВІДЧУТТЯ ЩАСТЯ**

Що таке щастя? Як людина відчуває щастя? Чи може щастя бути постійним? Як впливають соціальні комунікації на відчуття щастя людиною? Як пов'язане щастя з грошима? Чи є комфорт ознакою щастя? Як щастя розподіляється між роботою, сім'єю, власним хобі та відпочинком? Чи важливо розуміти своє призначення аби бути щасливим? Як поміряти рівень щастя? Ці та інші питання задавали протягом багатьох століть та досі задають багато людей.

Філософи, психологи, економісти та науковці з інших дисциплін досліджували питання щастя, створили багато наукових праць, але ці праці і наробки дуже повільно трансформуються в дієвий інструментарій, який може активно використовуватись більшою частиною населення.

В більшості випадків людина самостійно приходить до розуміння що є «щастям» для неї, та намагається здобути це «щастя». В кожній людині це індивідуальна тривалість (яка може складати десятки років) власного шляху до усвідомлення та аналізу власного буття на предмет щастя. Але головна проблема в тому, що велика кількість людей не приходить до цього взагалі.

Аналіз існуючих досліджень на тему щастя, наявних методик діагностики щастя, досліджень на предмет дотичних до суб'єктивного відчуття щастя процесів внутрішньої мотивації, процесу включення в потік дозволить виявити більш дієві підходи з діагностики та інструментарії трансформації бачення життєвого шляху як психологічного механізму досягнення суб'єктивного відчуття щастя.

Запропоновано використання інтегрального підходу з залученням елементів транзактного аналізу, екзистенційної психології та філософії конструктивізму для створення методики трансформації бачення життєвого шляху як психологічного механізму досягнення суб'єктивного відчуття щастя.

Запропоновано архітектуру IT рішення для реєстрації учасників, діагностики початкового рівня суб'єктивного відчуття щастя, сортування на досліджувані групи, організації доступу до різних освітніх інформаційних матеріалів (відео лекції), відслідковування прогресу учасників та контрольного заміру фінального рівня суб'єктивного відчуття щастя учасників.

В роботі досліджено механізм, який може забезпечити зручну та комфортну трансформацію бачення життєвого шляху як психологічного механізму досягнення суб'єктивного відчуття щастя. І це буде маленьким кроком до якісних змін в суспільстві та переходу суспільства на новий більш зрілий та свідомий рівень розвитку.