

НАДВИНИЧНА Тетяна Лонгінівна,  
БАБ'ЯР Олександра Володимирівна

## ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗМІСТ ГЕДОНІСТИЧНОЇ СПРЯМОВАНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Tetiana NADVYNYCHNA, Oleksandra BABYAR  
THE PSYCHOLOGICAL CONTENT OF THE HEDONISTIC ORIENTATION  
OF THE PERSONALITY

DOI: <https://doi.org/10.35774/pis2026.01.155>

УДК 159.92 : 371.2

**Актуальність проблемного поля теми.** Гедоністична спрямованість особистості є складним психологічним утворенням, яке має власний зміст і структуру та визначає особливості її переживання задоволення, формування життєвих очікувань і способів поведінкової регуляції. Психічне наповнення цієї спрямованості нестабільне, тому що зазнає змін під впливом соціокультурного контексту, домінуючих цінностей та моделей успіху, що транслиуються у сучасному суспільстві. В умовах зростання невизначеності, прискорення життєвого темпу та орієнтації на швидкі результати спостерігається тенденція до зміщення акцентів гедоністичного змісту в бік розуміння задоволення як провідного, а інколи й єдиного, регулятора поведінки особи за відсутності глибокого ціннісно-сміслового підґрунтя соціальної активності. Така редукція гедоністичної спрямованості супроводжується зниженням здатності особистості витримувати психічне напруження, приймати обмеження та інтегрувати досвід фрустрації у цілісну картину життя. Внаслідок цього підвищується ризик хронічного незадоволення повсякденням, емоційного виснаження та розвоєм депресивних станів.

У зв'язку з цим актуальності набуває питання корегування психологічного змісту гедоністичної спрямованості особистості, причому не шляхом її заперечення, а через зміслове

переосмислення та узгодження із її довгостроковими життєвими цілями, цінностями і відповідальністю за власний вибір. Формування здатності поєднувати переживання задоволення з прийняттям неминучих труднощів і відтермінування бажаного слушно розглядається психологами як важлива умова підвищення толерантності до фрустрації, зниження вразливості до депресивних проявів та забезпечення психологічного благополуччя особистості (див. [3; 4; 11; 12; 13]).

**Мета дослідження:** здійснення філософсько-психологічного аналізу гедоністичної спрямованості особистості як багатовимірного феномену, що формується на перетині мотиваційно-ціннісних, біопсихосоціальних та рефлексивно-регулятивних чинників.

У межах цього пошукування передбачається теоретичне осмислення психологічного змісту гедоністичних настанов з урахуванням впливу генетично зумовлених передумов, сімейного довкілля та ширшого соціального контексту, а також з'ясування ролі рефлексії, усвідомленості й саморегуляції у їх трансформації та модифікації. Особлива увага приділяється аналізу конструктивних і деструктивних наслідків гедоністичної спрямованості в умовах глибинних соціокультурних трансформацій, що дозволяє окреслити психологічну структуру та внутрішню логіку становлення гедоністично інтенційної особистості.

**Об'єктом вивчення** є гедоністично спрямована особистість та її психологічні особливості перебігу в контексті сучасних соціокультурних трансформацій.

**Предмет** дослідження становлять складові формування психологічного змісту та феноменологічні прояви гедоністичної спрямованості особистості в умовах, що супроводжуються зміною ціннісних орієнтацій, прискоренням темпів життєвого потоку повсякдення та зростанням значущості миттєвих форм задоволення.

### Виклад основного матеріалу дослідження

Пізнання психологічного змісту *гедоністичної спрямованості особистості* потребує звернення до філософських і наукових витоків осмислення прагнення до *задоволення* як до одного з базових регуляторів людської поведінки. Історично поняття гедонізму формувалося в межах філософського дискурсу про благо, щастя та сенс життя, що зумовило його подальшу інтеграцію у психологічні концепції мотивації, емоційної регуляції, ціннісних орієнтацій і почуттєвих станів.

У межах античної традиції гедонізм розглядався як відповідь на питання про *вищу мету* людського існування. Представники Киренської школи, зокрема Аристип, визначали задоволення як найвище благо, підкреслюючи значення безпосередніх чуттєвих переживань, домінування ситуативних і переважно тілесних насолод та ігнорування довготривалих смислових і ціннісних орієнтирів (див. *Вікіпедія*).

Більш диференційованого характеру гедоністична проблематика набула у філософії Епікура, який пов'язував задоволення не з інтенсивністю насолоди, а зі станом душевного спокою та відсутності страждання [2]. Такий підхід заклав підґрунтя для розуміння задоволення як тривалого психологічного стану, а не лише як миттєвої емоційної реакції.

Паралельно з гедоністичною традицією в античній філософії формується *евдемоністичний підхід* [10], у межах якого щастя розглядається як результат осмисленої та добродійної життєдіяльності. Згідно з поглядами Аристотеля, евдемонія досягається через реалізацію потенціалу особистості та гармонійне поєднання розуму, етичних чеснот і діяльності. У цьому контексті задоволення не заперечується, але втрачає статус самоцілі, набуваючи допо-

міжної ролі стосовно вищих життєвих смислів [1]. Дана опозиція між аристиповським і евдемоністично-епікурейським поглядами на гедонізм згодом стає ключовою для психологічних дискусій про *природу благополуччя*.

У психології ХХ століття відбувається переосмислення гедоністичної проблематики в межах наукових підходів, орієнтованих на емпіричне дослідження поведінки і перебігу внутрішніх психічних процесів. У психоаналізі прагнення до задоволення набуває статусу *фундаментального принципу психічного функціонування*. Так, згідно з концепцією З. Фрейда, принцип задоволення визначає первинні імпульси особистості, тоді як розвиток психіки передбачає поступовий перехід до принципу реальності, що регулює можливість і способи реалізації гедоністичних прагнень [7]. У такий спосіб задоволення постає не лише як мета, а й як об'єкт внутрішнього конфлікту та саморегуляції.

У межах бігевіористичного та небігевіористичного підходів, як відомо, гедоністичні тенденції інтерпретуються через механізми підкріплення та наслідків. Задоволення розглядається як позитивне підкріплення, що формує й закріплює поведінкові патерни особи. Хоча такий підхід обмежує аналіз внутрішніх переживань, усе ж він поглиблює розуміння ролі задоволення у формуванні мотиваційної сфери та стійких моделей поведінки.

Подальший розвиток психологічної думки, зокрема в дискурсах гуманістичної та екзистенційної психології, сприяв інтеграції гедоністичних й евдемоністичних уявлень [14]. Представники гуманістичного напряму закономірно розглядали прагнення до задоволення у зв'язку з процесами самореалізації, автентичності та особистісного зростання. У рідчій сучасній людинознавчій психології розмежується гедоністичний компонент благополуччя, пов'язаний із переживанням позитивних емоцій і задоволеності життям, та евдемоністичний, що охоплює смислову наповненість, автономію та розвиток [5]. Це розмежування дозволило відійти від спрощеного трактування гедонізму.

Отже, філософсько-психологічні передумови осмислення гедоністичної спрямованості людини свідчать про еволюцію уявлень від етичної категорії задоволення до багатовимірного психологічного феномену. Вказана еволюція створила теоретичний фундамент для розгляду гедоністичної спрямованості як складного

утворення, психологічний зміст якого визначається не лише прагненням до задоволення, а й способом його інтеграції у систему цінностей особистості.

Дослідження останніх років показали, що психологічні першоджерела гедоністичної спрямованості особистості значною мірою спричинюються сукупністю індивідуально-суб'єктних властивостей психіки та типологічних характеристик, які формують базові способи емоційного реагування, особливості сприйняття та обробки інформації, мотиваційні пріоритети і специфіку прийняття рішень. До таких характеристик належать темпераментальні і характерологічні властивості, рівень чутливості особи до підкріплення, її емоційна реактивність і базова спрямованість нервової системи на уникнення болю або на пошук задоволення.

Вроджені особливості психіки передусім зумовлюють те, яким чином суб'єкт переживає задоволення та якої інтенсивності стимуляції потребує для досягнення персонального відчуття благополуччя. Психіка у даному контексті є своєрідним фільтром, що визначає стимули розпізнавання як привабливі, самотні, або як загрозливі чи недостатні для досягнення задоволення. Особи з підвищеною емоційною реактивністю та високою потребою в новизні, як правило, схильні до активного пошуку зорієнтованих на задоволення переживань, що може надавати гедоністичній спрямованості імпульсивного, ситуативного або зовнішньо детермінованого характеру. Натомість особи з більшою емоційною стабільністю та нижчою сенсорної чутливістю частіше інтегрують гедоністичні мотиви у ширший формат життєвих цілей і цінностей, що зумовлює їх відносну стійкість та усвідомленість. Типологічні відмінності у мотиваційних системах, зокрема у співвідношенні орієнтації на досягнення задоволення і на уникнення дискомфорту, також є важливими у формуванні психологічного змісту гедоністичних налаштувань особистості.

У даному аналітичному вимірі гедоністична спрямованість часто амбівалентна: з одного боку, виконує адаптивну функцію, тобто сприяє емоційній саморегуляції та підтриманню психологічної рівноваги, з іншого – потенційно дезадаптивну, себто за умов домінування короткочасних приємних переживань над довгостроковими смисложиттєвими орієнтаціями. Індивідуальні властивості психіки

і типологічні особливості самі собою не визначають гедоністичну спрямованість однозначно, проте створюють психологічні передумови для її змістового наповнення, інтенсивності та уможливлення способів реалізації. Їх вплив опосередковується соціальним досвідом, системою цінностей і рівнем особистісної зрілості, які формуються завдяки низці факторів (*див. далі*) і які, на нашу думку, є засадничими у формуванні психологічного змісту гедоністичної спрямованості в структурі особистості. Впливу сім'ї та соціального оточення на зазначений зміст тут належить визначальна роль.

У форматі окресленого вагомим складником у формуванні гедоністичних настановлень та їх психологічних узмістовлень є процес соціалізації особистості (родина, школа, довкілля). Саме в родинному контексті закладаються первинні уявлення про допустимі способи отримання задоволення, ставлення до потреб, межі між бажаним і соціально прийнятним, а також моделі емоційного реагування на фрустрацію та культурні обмеження. Сімейна атмосфера, передусім стиль виховання, емоційний клімат і характер міжособистісних стосунків, суттєво впливає на те, чи сприймається задоволення як цінність, винагорода, засіб компенсації, або ж як форма уникнення психологічного напруження. У сім'ях із надмірною орієнтацією на задоволення потреб без формування навичок відтермінування бажаного гедоністична спрямованість юні часто набуває інфантильного чи егоцентричного характеру. Водночас у родинному довіллі із жорсткими обмеженнями, емоційною холодністю чи знеціненням потреб можливе формування компенсаторної гедоністичної інтенційності, спрямованої на інтенсивний пошук приємних переживань поза сімейною системою.

Очевидно, що важливу роль у формуванні психологічної суті гедоністичних налаштувань відіграють референтні групи, культурні норми, соціальні очікування та домінуючі у суспільстві уявлення про успіх, щастя і задоволення, де гедоністичні установки підкріплюються соціальними нарративами, які останнім часом змістили акцент на емоційний комфорт та задоволення як провідний регулятор поведінки юнаків і дівчат, що врешті-решт сприяє посиленню зовнішньо нав'язаних форм їх гедоністичної спрямованості.

Відтак сім'я та соціальне оточення – це визначальні чинники формування ціннісно-смислової складової психологічного змісту

гедоністичної спрямованості особистості. Саме вони спричиняють, яким змістом наповнюється її орієнтація на задоволення та яку роль вона відіграє у регуляції її життєдіяльності. Закономірно, що така спрямованість є багаторівневе, динамічне, мотиваційно-ціннісне утворення, яке також охоплює когнітивний, емоційний, поведінковий і рефлексивний компоненти. Іншими словами, це – структурно-функційне ціле психічного світу людини, яке визначає способи її взаємодії із соціальним довкіллям і внутрішнім засвітом, спрямовує її життєві стратегії та корегує прийняття нею рішень. Характер інтеграції гедоністичних налаштувань у систему персональних цінностей, зумовлюється головним чином когнітивними особливостями, які задіюють саморефлексію, рівень усвідомленості, здатність особистості до відповідальної саморегуляції та спрямовують її емоційний, інтелектуальний, дійовий і післядійовий аспекти життєвого процесу.

Так, когнітивний аспект гедоністичної спрямованості містить уявлення та переконання щодо значущості задоволення, його допустимих способів досягнення та співвідношення із іншими життєвими цілями, тоді як емоційний рівень характеризує чутливість до позитивних переживань, прагнення до емоційного комфорту та уникнення психологічного дискомфорту. За умов зрілого гедоністичного спрямування названі аспекти зазвичай перебувають у відносній узгодженості: когнітивні оцінки враховують межі, відтермінування та наслідки задоволення, а емоційні переживання набувають більш стабільного і помірною характеру в своєму ситуаційному перебігу.

Дійовий аспект гедоністичної спрямованості, посилюючись вакуальненням мотиваційних важелів і конкретизуючись у реальній поведінці, формується на перетині когнітивного та емоційного – за узгодженості цих сторін, коли вчинення особи набуває відносної стабільності та передбачуваності. При цьому їх зрівноваження уможливує коливання між імпульсивними діями, униканням, надмірним пошуком задоволення тощо. Інакше кажучи, при узгодженості емоційного та когнітивного аспектів гедоністична спрямованість набуває позитивного поведінкового забарвлення, тоді як при їхній неузгодженості – негативного. У першому випадку прагнення до задоволення постає ресурсом психологічного відновлення, стимулює мотивацію, підвищує життєву активність і підтримує гармонійний розвиток особистості,

в другому – воно здебільшого домінує над іншими важливими цінностями та життєвими смислами, провокуючи непередбачувану поведінку, уникнення відповідальності, або травмивні внутрішні суперечності.

Існування цієї подвійності ще раз унеобхіднює наявність саморефлексії, високого рівня усвідомленості та саморегуляції при інтеграції гедоністичних мотивів у систему світобачення особистості. Ці три аспекти когнітивного змісту особистості можуть забезпечити свідомий контроль над реалізацією цих мотивів та мінімізувати ризики деструктивного впливу. Врешті-решт усвідомлена інтеграція прагнення до задоволення в широку життєву стратегію визначає психологічну зрілість особистості та її здатність до відповідальної поведінки.

Зауважимо, що у сучасному соціокультурному просторі простежується трансформація гедоністичної парадигми, за якої домінуючою стає не поміркована, евдемоністично забарвлена, версія гедонізму Епікура, а радикалізований її варіант, близький до поглядів Аристипа Киренського. В контексті сучасної масової культури та медіапростору аристипівський гедонізм підтримується і нормалізується через соціальні мережі, технології «успіху», демонстративне споживання та ідеалізацію швидких емоційних і тілесних винагород. Відомі публічні особистості та інфлюенсери часто транслюють образ життя, зорієнтований на постійне отримання нових стимулів, що формує уявлення про задоволення як самоціль, а не як похідну від гармонійної життєвої стратегії. За переважання такої життєвої парадигми в особистості спостерігається зростання внутрішнього напруження, фрустрації або, більше того, емоційного виснаження, оскільки постійне прагнення до негайного задоволення потреб не забезпечує стійкого відчуття психологічного благополуччя. У разі неможливості досягнення бажаних гедоністичних цілей або втрати доступу до джерел насолоди, особистість ризикує опинитися у зоні екзистенційного вакууму, що проявляється апатією, нудьгою, відчуттям безглуздості та внутрішньої спустошеності [6].

В будь-якому разі дослідження останніх років свідчать, що орієнтація виключно на миттєве задоволення може призводити до поверхневості життєвих цілей, зниження здатності до відтермінування винагороди і до фрагментарності ковітальних смислів. До

**1 – біопсихогенетичні:**

індивідуально-психологічні, що містять темперамент, емоційну чутливість, когнітивні особливості та інші особистісні риси; тут мотиваційні пріоритети та потреби визначають вагування індивідуальних схильностей до переживання задоволення, відображаючи внутрішню дію біопсихічного механізму, що регулює прагнення до позитивних емоцій

**4 – ковітально-рефлексивні:** самоусвідомленні особою життєві події, успіхи та невдачі, які впливають на формування стратегій отримання задоволення, вибір пріоритетів особистісного розвитку та вагуваних ресурсів емоційної і рефлексивної саморегуляції



**2 – соціокультурні:** охоплюють сімейні умови виховання, близьке соціальне оточення та референтні групи, які через різні способи взаємодії формують настановлення особистості щодо пріоритетності задоволення у процесі життя

**3 – особистісно-сміслові:** охоплюють домінуючі у суспільстві цінності, культурні уявлення про щастя, успіх та емоційний комфорт, а також персонально осмислені та прийняті соціальні норми, формуючи зовнішні орієнтири та очікування особистості

Рис. 1.

**Базові психологічні чинники формування гедоністичної спрямованості особистості**

прикладу, молоді люди, які надмірно фокусуються на емоційних вигодах соціальних мереж, частіше демонструють високий рівень імпульсивності, знижену толерантність до фрустрації та труднощі у плануванні довгострокових життєвих стратегій. Особливої значущості ця проблема набуває у періоди соціальної нестабільності, економічних криз та емоційного перенавантаження, характерних для сучасного світу. За таких умов прагнення до задоволення виконує здебільшого компенсаторну функцію, допомагаючи відновлювати психічну рівновагу, проте, за відсутності усвідомленої та відповідальної саморегуляції, воно здатне трансформуватися у форму психологічного уникнення, що підсилює внутрішню амбівалентність і знижує здатність особи до розсудливого прийняття рішень. Усвідомленість, саморефлексія та відповідальна саморегуляція вчинкових дій –

це своєрідні «модератори» гедоністичної спрямованості особистості.

З огляду на ці фактори, саме усвідомленість і здатність до відповідальної саморегуляції є ключовими чинниками, що разом з саморефлексією визначають ефективність і конструктивність реалізації гедоністичної спрямованості особистості. Водночас, спираючись на принципи, закономірності та нормативи вчинкового (В. А. Роменець) і циклічно-вчинкового (А. В. Фурман [8; 9]) підходів, нами створена мислесхема кватерного аналітичного порядку, що містить біопсихогенетичні, соціокультурні, особистісно-сміслові та ковітально-рефлексивні базові чинники формування досліджуваної спрямованості (рис. 1).

У драматичному повсякденні українських реалій зосередження дітей і молоді на миттєвому задоволенні, прагнення до приємних

переживань, може, звісно, діяти як позитивний ресурс або, навпаки, як джерело внутрішніх суперечностей і життєвих труднощів. Тому саме саморефлексія та усвідомленість забезпечує здатність особистості розрізняти свої мотиви, оцінювати наслідки задоволення для власного розвитку, приймати рішення відповідно до психовітальних цілей і цінностей [15], тоді як спроможність до відповідальної саморегуляції дає їй внутрішню опору та авторство власного життя.

Присутність усвідомленості та відповідальної саморегуляції у психологічному змісті особистості визначають те, наскільки ефективно гедоністичні імпульси будуть вбудовані у її мотиваційно-ціннісну систему. У тандемі з високим рівнем саморефлексії ці два чинники здатні поєднувати прагнення до задоволення із довгостроковими життєвими стратегіями, уникати непродуманих рішень і розвивати внутрішню психологічну стійкість. Скажімо, людина, котра усвідомлює важливість відпочинку та емоційного комфорту, може використовувати приємні переживання як спосіб відновлення ресурсів для реалізації професійних чи соціальних цілей, не піддаючись короткостроковим імпульсам. Водночас відсутність цих двох компонентів та здатності до саморефлексії підвищує ризик деструктивної реалізації гедоністичних прагнень. Переважання миттєвого задоволення над життєвими смислами здатне призвести до звуження ціннісно-сислової сфери, де мотиви набувають поверхневого характеру і втрачають смислотворчу функцію, що, своєю чергою, призведе до смислової порожнечі, коли задоволення втрачає здатність приносити стійке відчуття наповненості життя, а поведінка визначається ситуативним учиненням, яке може мати непередбачувані наслідки.

Отже, саморефлексія, відповідальна саморегуляція та усвідомленість є не лише механізмами контролю за гедоністичними поштовхами, а й ключовими чинниками адаптивності та особистісної зрілості. На психологічному рівні всі зазначені компоненти діють, так би мовити, як «модератори» амбівалентності гедоністичної спрямованості. Вони сигналізують, чи прагнення до задоволення буде позитивним аспектом для саморозвитку, стимулом до активності та підвищення життєвої задоволеності, чи перетвориться на фактор ризику, що ускладнює внутрішню когнітивно-емоційну гармонію. У наш час, коли гедоніс-

тичні стимули є надзвичайно численними та доступними, а прагнення до емоційного комфорту та задоволення набуває статусу провідної життєвої цілі, усвідомленість і саморегуляція допоможуть особистості інтегрувати прагнення до задоволення у систему життєвих цілей належним чином, узмістовлюючи її психологічну стійкість і гармонійний розвиток.

Таким чином, саморефлексія та відповідальна саморегуляція функціонують як головні механізми чи «сприятливі умови» трансформації психологічного змісту гедоністичної спрямованості у ресурс особистісного розвитку, й тому визначають конструктивний або деструктивний характер ущасливлених налаштувань особистості у сучасному соціокультурному контексті, перетворюючи цей зміст у режим інтенційної повноти, стабільності та життєвостердності. Також у цьому контексті особливої ваги набуває принцип, згідно з яким досягнення стійкішої та глибшої насолоди можливе у ситуаціях свідомого самообмеження, відтермінування бажаного та узгодження гедоністичних прагнень із ціннісно-сисловими орієнтирами: Во істину справедливо мовиться: «Для отримання більшої насолоди потрібно себе обмежувати» (Епікур).

Насамкінець подамо авторську модель подвійного структурно-логічного деталювання багатопараметричного психологічного змісту формування та модифікації гедоністичної спрямованості особистості (рис. 2). Вона створена за архітектонікою вчинкового канону В. А. Роменця, охоплюючи ситуацію, мотивацію, дію, післядію, та уконкретнена за принципами, закономірностями і похідними нормативами циклічно-вчинкового підходу А. В. Фурмана (передусім гносеологічні основоположення учинковості, циклічності, метасистемності, синергійності) [8; 9]. У результативності пошукування отримано чотири аспекти / компоненти психологічного узмістовлення гедоністичного спрямування особи, кожний із яких містить по два складники: 1.1 – соціально-культурний, 1.2 – особистісно-досвідний, 2.1 – потребомотиваційний, 2.2 – цілепокладально-індивідуальний, 3.1 – емоційно-регуляційний, 3.2 – самісно-діяльнісний, 4.1 – ціннісно-сисловий, 4.2 – системно-рефлексивний. Очевидно, що висвітлення змістовної мозаїки цих складових потребує окремого предметного дослідження. Наразі висловимо сподівання, що в найближчій перспективі це пізнавальне завдання буде вирішено.

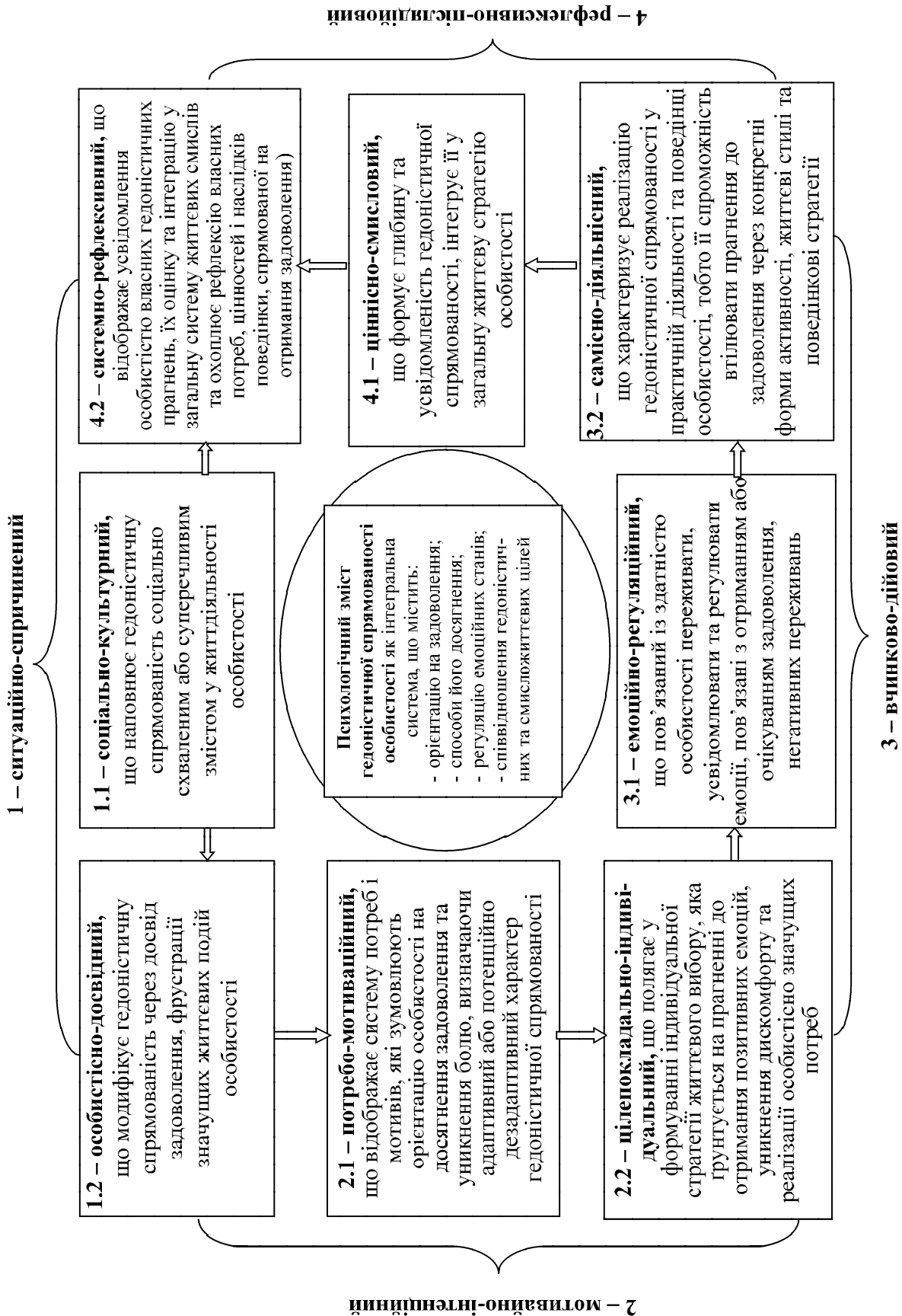


Рис. 2.

Психологічний зміст формування та модифікації гедоністичної спрямованості особистості

## ВИСНОВКИ

1. Проведений філософсько-психологічний аналіз засвідчив, що гедоністична спрямованість особистості є складним і багатовимірним психологічним феноменом, який формується на перетині біопсихічних передумов, соціокультурних впливів та індивідуально-рефлексивних механізмів саморегуляції. Вона не зводиться лише до прагнення людини до задоволення, а постає як структурно організована система мотиваційно-ціннісних, когнітивних, емоційних і поведінкових компонентів, що визначають спосіб переживання задоволення, його смислову інтерпретацію та інтеграцію у життєву стратегію особистості.

2. З'ясовано, що історична еволюція уявлень про гедонізм – від античних етичних концепцій до сучасних психологічних теорій мотивації, емоційної регуляції та благополуччя – створила теоретичне підґрунтя для розуміння гедоністичної спрямованості як феномену, що має амбівалентний потенціал. З одного боку, орієнтація на задоволення виконує адаптивну функцію, сприяючи підтриманню психологічної рівноваги, емоційної регуляції та життєвої активності особистості, з іншого, – за умов домінування короточасних емоційних винагород над довгостроковими смисложиттєвими орієнтирами, вона може набувати дезадаптивного характеру, породжуючи фрагментарність життєвих цілей, зниження толерантності до фрустрації та послаблення здатності до відповідального життєвого вибору.

3. Доведено, що психологічний зміст гедоністичної спрямованості формується під впливом комплексу чинників, серед яких важливе місце належить індивідуально-типологічним властивостям психіки, особливостям сімейної соціалізації та ширшому соціокультурному контексту. Вроджені характеристики нервової системи, рівень емоційної реактивності та чутливості до підкріплення визначають інтенсивність прагнення до задоволення і способи його переживання, тоді як родинне середовище та соціальні наративи задають ціннісні орієнтири і моделі його досягнення. Саме взаємодія цих факторів зумовлює змістове наповнення гедоністичних настанов, їх інтеграцію у систему особистісних цінностей та життєвих смислів.

4. Встановлено, що ключову роль у конструктивній трансформації гедоністичної спрямованості відіграють рефлексивно-регулятивні

механізми особистості – саморефлексія, усвідомленість і відповідальна саморегуляція. Вони виконують функцію своєрідних «модераторів» гедоністичних імпульсів, забезпечуючи їх узгодження з довгостроковими життєвими цілями, морально-ціннісними орієнтирами та соціально прийнятними формами поведінки. Саме завдяки цим механізмам прагнення до задоволення може бути інтегроване у ширший контекст особистісного розвитку, перетворюючись із ситуативного емоційного стимулу на ресурс самореалізації та психологічної стійкості людини.

5. Окремої уваги потребує зафіксована у сучасному соціокультурному просторі тенденція до трансформації гедоністичної парадигми, за якої поміркована, евдемоністично зорієнтована, модель задоволення поступається місцем її радикалізованим формам, підкріпленим медіакультурою швидких емоційних винагород і демонстративного споживання. Така трансформація зумовлює зростання внутрішніх суперечностей у системі життєвих орієнтацій особистості, посилює її залежність від зовнішніх стимулів і водночас знижує здатність до переживання стійкого психологічного благополуччя.

6. Гедоністична спрямованість особистості є динамічним структурно-функціональним утворенням, психологічний зміст якого визначається способом інтеграції прагнення до задоволення у мотиваційно-ціннісну систему людини. Її адаптивний потенціал розкривається за умов усвідомленого поєднання гедоністичних мотивів із довгостроковими життєвими цілями, здатності до відтермінування бажаного та прийняття неминучих обмежень і труднощів. Саме така інтеграція забезпечує перехід від ситуативного пошуку насолоди до зрілого переживання життєвої повноти, у якій задоволення виступає не самоціллю, а складником цілісного процесу особистісного становлення.

7. У дослідницькому підсумку конструктивне застосування принципу вчинковості В. А. Роменця і канонів циклічно-вчинкового підходу А. В. Фурмана дало змогу створити модель восьмикомпонентного психозмістовного наповнення процесів та модифікацій гуманістичної спрямованості особистості, що інваріантні логічній структурі вчинку (ситуація, мотивація, дія, післядія) і поіменовані нами, як ситуаційно-спричинений, мотиваційно-інтенційний, учинково-дійовий і рефлексивно-післядійовий змісти названого спрямування.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Аристотель. Нікомахова етика /пер. з грецьк. Київ: VERBA, 2025. 352 с.
2. Епікур. Листи. Основні думки. Фрагменти /пер. з грецьк. Київ: Априорі, 2025. 192 с.
3. Каргіна Н. В. Гедоністичне та евідемоністичне розуміння психологічного благополуччя: переваги й недоліки. *Теорія та практика сучасної психології*. 2019. № 4. Т. 1. С. 27-31.
4. Онфре М. Сила життя. Гедоністичний маніфест / пер. з фр. А. Репа. Київ: Ніка-Центр, 2016. 256 с.
5. Трач Р. Людинознавча психологія: зб. ст. Київ: Унів. вид-во ПУЛЬСАРИ, 2019. 188 с.
6. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі. Харків: Книжковий клуб «Сімейного дозвілля», 2020. 160 с.
7. Фройд З. Вступ до психоаналізу / пер. з нім. Тернопіль: Богдан, 2021. 416 с.
8. Фурман А. В. Ідея і зміст професійного методологування: монографія. Тернопіль: ТНЕУ, 2016. 378 с.
9. Фурман А. В., Фурман О. Є., Шандрук С. К. та ін. Методологія і психологія гуманітарного пізнання: колективна монографія. До 25-річчя наукової школи професора А. В. Фурмана. Тернопіль: ТНЕУ, 2019. 998 с.
10. Хамітов Н. (ред.). Філософський словник. Людина та світ. Київ: КНТ, 2021. 576 с.
11. Юнг К. Г. Психологічні типи. Київ: Центр навчальної літератури, 2024. 512 с.
12. Kahneman D. Objective happiness. *Well-being: The Foundations of Hedonic Psychology* / ed. by E. Diener, N. Schwarz, D. Kahneman. New York: Russell Sage Foundation, 1999. P. 3-34.
13. Ryan R. M., Deci E. L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*. 2000. Vol. 55, № 1. P. 68-78.
14. Ryan R. M., Deci E. L. The darker and brighter sides of human existence: Basic psychological needs as a unifying concept. *Psychological Inquiry*. 2000. Vol. 11. P. 318-337.
15. Seligman M. E. P. *Flourish: A New Understanding of Happiness and Well-Being – and How to Achieve Them*. London: John Murray, 2011. 368 p.
16. Williams M., Penman D. Усвідомленість. Як знайти гармонію в нашому шаленому світі. Київ: Моноліт-Bizz, 2021. 368 с.

## REFERENCES

1. Aristotle (2025). *Nicomachean Ethics*. Kyiv: VERBA [in Ukrainian].
2. Epikur (2025). *Lysty. Osnovni dumky. Frahmenty* [Letters. Principal Doctrines. Fragments]. Kyiv: Apriori [in Ukrainian].
3. Kargina, N. V. (2019). Hedonistychne ta evdemonistychne rozuminnia psykholohichnoho blahopoluchchia: perevahy u nedoliky [Hedonic and eudaimonic understanding of psychological well-being: advantages and disadvantages]. *Teoriia ta praktyka suchasnoi psykholohii – Theory and Practice of Modern Psychology*, 4 (1), 27-31 [in Ukrainian].
4. Onfray, M. (2016). *Syla zhyttia. Hedonistychnyi manifest* [The Force of Life. Hedonistic Manifesto]. Kyiv: Nika-Tsentr [in Ukrainian].
5. Trach, R. (2019). *Liudynoznavcha psykholohiia* [Human Studies Psychology]. Kyiv: Universytetske vydavnytstvo PULSARY [in Ukrainian].
6. Frankl, V. (2020). *Liudyna v poshukakh spravzhnoho sensu. Psykholoh u kontstabori* [Man's Search for Meaning].

Kharkiv: Knyzhkovyi klub "Simeinoho dozvillia" [in Ukrainian].

7. Freud, S. (2021). *Vstup do psykhoanalizu* [Introduction to Psychoanalysis]. Ternopil: Bohdan [in Ukrainian].
8. Furman, A. V. (2016). *Ideia i zmist profesiinoho metodolohuvannia* [The Idea and Content of Professional Methodologization]. Ternopil: TNEU [in Ukrainian].
9. Furman A. V., Furman O. Ye., Shandruk S. K., Furman A. A. (2019). *Metodolohiia i psykholohiia humanitarnoho piznannia. Do 25-richchia naukovoї shkoly profesora A. V. Furmana: kolektyvna monohrafiia*. [Methodology and psychology of humanitarian cognition. To the 25th anniversary of Professor A. V. Furman's Scientific School: Collective monograph]. Ternopil: TNEU. [in Ukrainian].
10. Khamitov, N. (Ed.). (2021). *Filosofskiy slovnyk. Liudyna ta svit* [Philosophical Dictionary. Human and World]. Kyiv: KNT [in Ukrainian].
11. Jung, C. G. (2024). *Psykholohichni typy* [Psychological Types]. Kyiv: Tsentr navchalnoi literatury [in Ukrainian].
12. Kahneman, D. (1999). Objective happiness. In E. Diener, N. Schwarz & D. Kahneman (Eds.), *Well-being: The Foundations of Hedonic Psychology* (p. 3-34). New York: Russell Sage Foundation [in English].
13. Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78 [in English].
14. Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). The darker and brighter sides of human existence: Basic psychological needs as a unifying concept. *Psychological Inquiry*, 11, 318-337 [in English].
15. Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A New Understanding of Happiness and Well-Being – and How to Achieve Them*. London: John Murray [in English].
16. Williams, M., & Penman, D. (2021). *Usvidomlenist. Yak znaity harmoniiu v nashomu shalenomu sviti* [Mindfulness: Finding Peace in a Frantic World]. Kyiv: Monolit-Bizz [in Ukrainian].

## АНОТАЦІЯ

**НАДВИНИЧНА Тетяна Лонгінівна, БАБ'ЯР Олександр Володимирівна.**

**Психологічний зміст гедоністичної спрямованості особистості.**

У статті здійснено філософсько-психологічний аналіз гедоністичної спрямованості особистості як складного мотиваційно-ціннісного утворення, що визначає особливості переживання задоволення, регуляції поведінки та формування життєвих орієнтацій людини. Актуальність дослідження зумовлена трансформацією змісту гедоністичних настанов у сучасному соціокультурному просторі, де під впливом масової культури, медіасередовища та прискорення темпів життєдіяльності спостерігається тенденція до редукції задоволення як провідного регулятора поведінки, що може спричинювати звуження смислово-ціннісної сфери особистості та зростання її вразливості до емоційного виснаження, фрустрації та депресивних станів. Метою статті є теоретичне осмислення психологічного змісту гедоністичної спрямованості особистості як багатовимірного феномену, що формується на перетині біопсихічних, мотиваційно-ціннісних, соціокультурних та рефлексивно-регулятивних чинників. У межах дослідження проаналізовано еволюцію уявлень про гедонізм у філософській та психологічній традиціях – від античних концепцій задоволення як вищого блага до сучасних наукових підходів, у яких гедоністична проблематика інтегрується з теоріями мотивації, емоційної регуляції та

психологічного благополуччя. Показано, що історична опозиція між гедоністичним та евдемоністичним розумінням щастя стала концептуальним підґрунтям сучасних психологічних інтерпретацій задоволення як складника життєвої реалізації особистості. Доведено, що психологічний зміст вказаної спрямованості формується під впливом комплексу чинників, серед яких вагому роль відіграють індивідуально-типологічні властивості психіки, особливості емоційної реактивності, чутливість до підкріплення, а також умови соціалізації – сімейне виховання, соціальне оточення і культурні наративи, які задають моделі переживання задоволення та допустимі способи його досягнення. Аргументовано, що гедоністична спрямованість має амбівалентний характер: з одного боку, вона може виконувати адаптивну функцію, підтримуючи емоційну рівновагу, життєву активність і психологічне благополуччя особистості, а з іншого, – головню при домінуванні короткочасних емоційних винагород над довготривалими смисложиттєвими орієнтаціями, набувати потенційно дезадаптивних форм. Обґрунтовано, що інтеграція гедоністичних мотивів у систему особистісних цінностей відбувається за участю когнітивних і рефлексивно-регулятивних механізмів, серед яких провідне місце посідають саморефлексія, усвідомленість та відповідальна саморегуляція. Саме ці психологічні чинники виконують функцію своєрідних модераторів гедоністичних імпульсів, забезпечуючи їх узгодження з довгостроковими життєвими цілями, смислами та соціально прийнятними формами поведінки. Виявлено, що усвідомлена інтеграція прагнення до задоволення у широку життєву стратегію сприяє формуванню психологічної зрілості, підвищенню толерантності до фрустрації та розвитку в особистості здатності до відповідального життєвого вибору. Висновок: психологічний зміст формування та модифікації гедоністичної спрямованості особистості, будучи методологічно обґрунтованим із позицій циклічно-вчинкового підходу (В. А. Роменець, А. В. Фурман), охоплює чотири аспекти / компоненти – ситуаційно-спричинений, мотиваційно-інтенційний, учинково-дійовий і рефлексивно-післядійовий, кожен з яких щонайменше має подвійне узмістовлення.

**Ключові слова:** особистість, гедоністична спрямованість, психологічні особливості, задоволення, психічний феномен, мотиваційно-ціннісна сфера, психологічне благополуччя, ціннісні орієнтації, психологічні чинники, саморефлексія, усвідомленість, саморегуляція, соціалізація, вчинок.

## ABSTRACT

*Tetiana NADVYNYCHNA, Oleksandra BABYAR.*

### The Psychological Content of the Hedonistic Orientation of the Personality.

The article conducts a philosophical-psychological analysis of the hedonistic orientation of the personality as a complex motivational-value formation that determines the features of experiencing pleasure, regulating behavior, and forming a person's life orientations. The relevance of the study is due to the transformation of the content of hedonistic attitudes in the modern sociocultural space, where, under the influence of mass culture, the media environment, and the acceleration of the pace of life, there is a tendency to reduce pleasure to the leading regulator of behavior, which can cause a narrowing of the semantic-value sphere of the personality and an increase in its

vulnerability to emotional exhaustion, frustration, and depressive states. The aim of the article is to provide a theoretical understanding of the psychological content of the hedonistic orientation of the personality as a multidimensional phenomenon, which is formed at the intersection of biopsychic, motivational-value, sociocultural, and reflexive-regulatory factors. The study analyzes the evolution of ideas about hedonism in philosophical and psychological traditions – from ancient concepts of pleasure as the highest good to modern scientific approaches, in which hedonistic problematics are integrated with theories of motivation, emotional regulation, and psychological well-being. It is shown that the historical opposition between the hedonistic and eudaimonistic understanding of happiness has become the conceptual basis of modern psychological interpretations of pleasure as a component of the life realization of the personality. It is proven that the psychological content of this orientation is formed under the influence of a complex of factors, among which a significant role is played by individual-typological properties of the psyche, features of emotional reactivity, sensitivity to reinforcement, as well as conditions of socialization – family upbringing, social environment, and cultural narratives, which set models of experiencing pleasure and permissible ways of achieving it. It is argued that the hedonistic orientation has an ambivalent character: on the one hand, it can perform an adaptive function, supporting emotional balance, life activity, and psychological well-being of the individual, and on the other – mainly when short-term emotional rewards dominate over long-term meaningful life orientations – it can acquire potentially maladaptive forms. It is substantiated that the integration of hedonistic motives into the system of personal values occurs with the participation of cognitive and reflexive-regulatory mechanisms, among which self-reflection, awareness, and responsible self-regulation occupy a leading place. It is these psychological factors that perform the function of peculiar moderators of hedonistic impulses, ensuring their coordination with long-term life goals, meanings, and socially acceptable forms of behavior. It is shown that the conscious integration of the desire for pleasure into a broad life strategy contributes to the formation of psychological maturity, increased tolerance to frustration, and the development of the ability to make responsible life choices in the individual. It is concluded that the psychological content of the formation and modification of the hedonistic orientation of the personality, being methodologically substantiated from the standpoint of the act-cyclical approach (V. Romenets, A. Furman), includes the situationally-caused, motivational-intentional, act-action, and reflexive-post-action components, each of which has at least a twofold substantive content.

**Keywords:** *personality, hedonistic orientation, psychological characteristics, pleasure, mental phenomenon, motivational-value sphere, psychological well-being, value orientations, psychological factors, self-reflection, awareness, self-regulation, socialization, act.*

**Рецензенти:**

**д. психол. н, проф. Зіновія КАРПЕНКО,  
д. психол. н, проф. Анатолій А. ФУРМАН.**

**Надійшла до редакції 25.02.2026.**

**Підписана до друку 10.03.2026.**

**Дата публікації 30.03.2026.**

Бібліографічний опис для цитування:

**Надвична Т.Л., Баб'яра О.В. Психологічний зміст гедоністичної спрямованості особистості. Психологія і суспільство. 2026. № 1. С. 155-164. DOI: <https://doi.org/10.35774/pis2026.01.155>**