

КРИТИКА И БИБЛИОГРАФИЯ CRITIQUE AND BIBLIOGRAPHY

Научная статья | Original paper

Счастье как индивидуальное переживание и идеологический императив

Рецензия на книгу Е. Иллуз, Э. Кабанаса
«Фабрика счастливых граждан. Как индустрия счастья контролирует
нашу жизнь». Москва: Издательство АСТ, 2023. 352 с.

Е.П. Белинская ✉

Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова,
Москва, Российская Федерация

✉ elena_belinskaya@list.ru

Резюме

Рецензируемая книга представляет социально-философский анализ современной тенденции психологизации социального, свойственной как научному, так и массовому сознанию, а также ее политическим, экономическим и социальным следствиям. На примере концепции позитивной психологии авторы убедительно демонстрируют, как конкретная научная идея (задача изучения счастья) превращается в действенный инструмент различных институтов власти, развиваясь во все большей кооперации с ними, проникая практически во все сферы человеческой жизни и приводя в итоге к новой социальной нормативности индивидуального бытия, где собственно человеческому уже нет места. Этот незаметный переход внимания от индивидуального переживания к превращению последнего в идеологический императив, тотально ограничивающий человеческую аутентичность, авторами объясняется объективными социально-экономическими и политическими механизмами, характерными для неолиберального общества, действие которых подкрепляется проникновением психотерапевтического дискурса в быденное сознание. Авторы доказывают, что в сложные времена непредсказуемости и нелинейности векторов социального и культурного развития, нарастания глобальных рисков и множественной дестабилизации доминанта идеала личного психологического благополучия позволяет не только превратить счастье в товар, но и ограничивает возможности для коллективной разработки социально-политических изменений, для социальной солидаризации и активного действия.

Ключевые слова: позитивная психология, счастье, концепция эмоционального капитализма, коммодификация эмоций, психотерапевтический дискурс, психологическое благополучие, «счастьекратия»

Для цитирования: Белинская, Е.П. (2026). Счастье как индивидуальное переживание и идеологический императив. *Социальная психология и общество*, 17(2), 221–228. <https://doi.org/10.17759/sps.2026170213>

Happiness as an individual experience and an ideological imperative

Review of the book “Happycracy: How the Industry of Happiness

Controls Our Lives” by E. Illouz and E. Kabanас. Moscow:

AST Publishing House, 2023. 352 p.

E.P. Belinskaya ✉

Moscow State Lomonosov University, Moscow, Russian Federation

✉ elena_belinskaya@list.ru

Abstract

The book under review provides a socio-philosophical analysis of the current trend of psychologization of the social, which is characteristic of both scientific and mass consciousness, as well as its political, economic, and social consequences. Using the example of positive psychology, the authors convincingly demonstrate how a specific scientific idea (the study of happiness) becomes an effective tool for various institutions of power, developing into ever greater cooperation with them, penetrating almost every aspect of human life, and ultimately leading to a new normativity of individual existence where the human element no longer has a place. According to the authors, this subtle transition from attention to individual experience to the transformation of the latter into an ideological imperative that totally limits human authenticity is explained by the objective socioeconomic and political mechanisms characteristic of neoliberal society, which are reinforced by the penetration of psychotherapeutic discourse into everyday consciousness. The authors argue that in the challenging times of unpredictability and nonlinearity in social and cultural development, increasing global risks, and multiple destabilization, the dominant ideal of personal psychological well-being not only turns happiness into a commodity, but also limits the possibilities for collective social and political change, social solidarity, and active engagement.

Keywords: *positive psychology, happiness, the concept of affective capitalism, commodification of emotions, psychotherapeutic discourse, psychological well-being, “happycracy”*

For citation: Belinskaya, E.P. (2026). Happiness as an individual experience and an ideological imperative. *Social Psychology and Society*, 17(2), 221–228. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/sps.2026170213>

Книга известного социолога Евы Иллуз и ее молодого коллеги психолога Эдгара Кабанаса выпущена в 2023 году в издательстве АСТ, войдя в проект «Лед», ставший своей целью знакомство отечественных читателей с современными зарубежными естественно-научными

и гуманитарными исследованиями, дополнив серию «Слово современной философии» (Иллуз, Кабанас, 2023). Вышедшая на языке оригинала в 2018 году и переизданная в 2019 году, книга частично сменила название — от «счастьекратии» к «фабрике счастливых

граждан» (Cabanas, Plouz, 2018; Plouz, Cabanas, 2019), что в определенной степени усилило ее основной смысловой акцент: не только показать социально-экономическую и политическую востребованность отдельных психологических идей, но также проследить их постепенное «сращивание» с миром капитала, государственными интересами, задачами идеологии и политики, а в результате — оказать системное влияние на современное социальное пространство в целом.

В качестве таких идей авторы рассматривают содержание позитивной психологии М. Селигмана и его последователей. С точки зрения Е. Иллуз и Э. Кабанаса, быстрое развитие в начале 2000-х годов «науки о счастье», декларирующей заманчивые возможности концептуальной операционализации и количественного измерения столь феноменологически разнообразного и трудноуловимого индивидуального переживания, каковым является счастье, удивительным образом пересеклось с соответствующим социальным контекстом — наступившим временем экономической и политической дестабилизации, глобальных рисков, непредсказуемости и нелинейности векторов социального и культурного развития. А для каждого отдельного человека — со сложным временем онтологической неопределенности, максимальной индивидуальной уязвимости, дефицита личностных смыслов, роста тревожности и депрессий. Именно такой социальный и психологический фон был покрыт обманчивым блеском гуманизма позитивной психологии. Подобная позиция авторов представляется, с нашей точки зрения, максимально интересной и актуальной: убедительная демонстрация того, как

научная идея превращается в действенный инструмент различных институтов власти, развиваясь во все большей кооперации с ними, неизбежно ставит перед любым гуманитарно-ориентированным читателем (философом, социологом, экономистом, психологом) вопрос о социальной ответственности современных наук о человеке, об их конституирующей роли для массового сознания и общества в целом. И потому книга Е. Иллуз и Э. Кабанаса гораздо больше, чем критика (пусть всеобъемлющая, вплоть до фактологических разоблачений) одной конкретной концепции в рамках психологического знания. Фактически она есть анализ того, как нарастающая тенденция психологизации социального пространства парадоксальным образом приводит к новой социальной нормативности индивидуального бытия, где собственно человеческому уже нет места; как обращение к социально-психологическому изучению индивидуального переживания (а что может быть более индивидуальным и даже интимным, чем счастье?) превращается в идеологический императив, ограничивающий аутентичность каждого из нас. Именно в этом плане рецензируемая книга представляется интересной с социально-психологической точки зрения: ведь для предметного самоопределения социальной психологии более, чем для других областей психологического знания, по-прежнему доминирующим остается акцент на анализе социального контекста, в котором проявляется любая психологическая феноменология. И потому, думается, в современном мире множественных, внутренне противоречивых, плохо прогнозируемых социальных контекстов не стоит забы-

вать о сформулированном более полувека назад требовании С. Московичи к социальным психологам: отдавать себе отчет в том, кто задает вопросы науке, и кто дает на них ответы (Moscovici, 1972).

Свою ключевую задачу авторы формулируют предельно четко еще в предисловии: показать, что доминирующая сегодня в социо-гуманитарном анализе тенденция рассматривать конкретную социальную ситуацию только и исключительно с точки зрения «вклада» в нее индивидуальных психологических факторов, а не влияния каких-либо социо-структурных процессов, приводит к опасным заблуждениям относительно природы человека и общества. Повсеместные требования все большего и большего индивидуального усилия для какого-либо достижения, акцент на исключительно индивидуальной вине и ответственности за те или иные жизненные выборы и решения, повышенное внимание к чувственной стороне индивидуального бытия, которое «хорошо» при позитивных переживаниях и «плохо» в случае их отсутствия, заставляют людей не обращать внимания на объективные социальные и политические процессы: практическое отсутствие работающих «социальных лифтов», нарастающее социальное неравенство, угрозы военных конфликтов и т.п. Это, очевидно, затрудняет любые возможности социальной солидаризации и активного совместного действия. С точки зрения авторов, существенный вклад в подобные тенденции (а также в общую идею психологизации социального) внесла концепция М. Селигмана и его последователей.

На протяжении пяти глав Е. Иллуз и Э. Кабанас последовательно разбирают,

как положения позитивной психологии проникали в самые разные сферы жизни западного общества. Прежде всего, они оказались востребованы в области политики, превратившись в один из узаконенных критериев принятия политических решений и связанных с ними манипуляций общественным сознанием (глава 1 «Эксперты вашего благополучия»). С точки зрения идеологических основ посткапиталистической формации, принципы позитивной психологии сыграли свою роль в легитимации неоллиберализма (глава 2 «Возрождение индивидуализма»). Став одним из способов оценки соответствия работников ценностям современной корпоративной культуры (глава 3 «Позитив на работе»), они одновременно превратились в универсальный товар, пользующийся неограниченным спросом (глава 4 «Счастливые Я в продаже всегда и сейчас»). И, наконец, будучи рассмотрены с психологической и социально-психологической позиции, идеи позитивной психологии, по мнению авторов, не только привели к доминированию дискурса индивидуальной функциональности, но и создали новый идеологический императив (глава 5 «Счастье — новая норма»). Эта логика является своеобразным итогом размышлений одного из авторов книги о закономерностях процесса психологизации социального, ранее представленным на другом материале в других ее работах (Иллуз, 2020; Иллуз, 2022), на которые уже выходили рецензии в журнале (Белинская, 2020; Белинская, 2022).

Будучи создателем концепции эмоционального капитализма, Е. Иллуз утверждает, что существует конститутивная взаимосвязь социально-экономи-

ческих структур (докапиталистических, собственно капиталистических и характерных для эпохи неолиберализма) с механизмами формирования определенных эмоциональных состояний человека, что в итоге создает основу для постепенного перехода «внешнего/внутреннего», для смещения общей *frame of reference* — от анализа объективных социальных условий жизнедеятельности человека к обращенности только и исключительно в мир его субъективных переживаний. В этом «внешнем/внутреннем» мире продолжают, однако, действовать законы спроса и предложения, благодаря которым человеческие эмоции превращаются в товар (коммодифицируются), становясь «эмодуктами» — то есть товарами/услугами, потребление которых позволяет человеку пережить тот или иной эмоциональный опыт (например, счастье). На индивидуально-психологическом уровне это ведет, как минимум, к двум следствиям: во-первых, формирует отношение к эмоциям как к универсальному личностному ресурсу, который подлежит рациональному контролю и, соответственно, оптимизации; во-вторых, формирует представление человека о себе как требующем постоянного улучшения (самовершенствования, личностного роста и т.п.) ради достижения все большей личной функциональности. Как отмечают авторы, счастье стало таким важным и эффективным товаром в том числе потому, что все «эмодукты» счастья предлагают человеку не только моменты непродолжительной радости и надежды, но и «преобразуют погоню за счастьем в стиль жизни, склад ума и сердца и, в конечном итоге, в модель аутентичности» (Иллуз, Кабанас, 2023, с. 207).

Но у подобного процесса есть и социальные следствия: повсеместное распространение идеала личного психологического благополучия превращает «эмодукты» счастья в абсолютный товар, неограниченное потребление которого (так как сложно представить более бесконечный процесс, нежели личное самосовершенствование) приводит к изменениям в социальной субъектности человека, превращая граждан в «психождан» — крайне индивидуализированных членов неолиберальных обществ, для которых постоянная погоня за личным счастьем и психологическим благополучием становится смыслом жизни. «Психождане» не только разделяют новую социально-нормативную модель аутентичности, которая определяется исключительно в психологических понятиях, но и стремятся постоянно воссоздавать ее в процессе потребления «эмодуктов» счастья. На этом, в свою очередь, возникает и развивается «счастьекратия» — способ управления людьми на основе обещания достижения счастья и принудительного установления стандартов позитивных эмоций. При подобном способе социального управления категорически сужается пространство свободного личного выбора, а счастье из индивидуального переживания незаметно превращается в идеологический императив, в *идею* счастья, служащую (как и любая идеология) способом отвлечения человека от критического анализа объективной действительности и подчинения существующему социальному порядку. В итоге «счастье стало представляться сутью и олицетворением современного образа идеального и примерного гражданина» (Иллуз, Кабанас, 2023, с. 19).

Как и в других своих исследованиях, посвященных социологическому анализу мира человеческих чувств, Е. Иллуз обращает внимание на тот факт, что подобные процессы психологизации социального сегодня подкрепляются бурным развитием различных форм психологической и психотерапевтической помощи и все большим проникновением психотерапевтического дискурса в обыденное сознание. Возникновение социального норматива потребления счастья и массовое подчинение всех сфер жизнедеятельности человека идеологии «самоулучшения» закономерно сопровождаются появлением многочисленных «продавцов счастья», к которым авторы относят людей достаточно разных профессий: менторов, коучей, академических психологов, консультантов, психотерапевтов любых модальностей. Потребление их услуг, в свою очередь, запускает маховик нарастающей коммерциализации чувств, влияя на экзистенциальные стороны жизни человека: интимный мир человеческих переживаний становится все более публичным и подлежит продаже, — так, саморефлексия и самораскрытие в социальных сетях превращаются в расчетливое самопредъявление и развитие личного бренда. Но представляется, что в большей степени, нежели констатация этого факта, интересными являются рассуждения авторов о его следствиях, затрагивающих содержательные аспекты идентичности современного человека. Они обозначают их как «неоднозначность нарратива аутентичности» (Иллуз, Кабанас, 2023, с. 249), отмечая, что если развитие Я происходит постоянно в си-

туации желания достижения «лучшей версии себя», то оно неизбежно в своей основе должно опираться на фундаментальную дефицитарность этого Я, на постоянное чувство собственной неполноценности. В итоге возникает определенный психологический парадокс, в котором идентичность нашего современника конструируется как принципиально внутренне противоречивая: стремление к счастью, будучи основой создания более «благополучных» вариантов Я, порождает нарративы, в которых личная нереализованность и отсутствие психологического благополучия это же Я и определяют.

В заключение хочется отметить, что основная идея авторов книги — о том, что в сложные времена непредсказуемости векторов социального развития, нарастания глобальных рисков и множественной дестабилизации доминанта идеала личного психологического благополучия позволяет не только превратить счастье в товар, но и ограничивает возможности для коллективной разработки социально-политических изменений, для солидаризации и активного совместного действия, — не может не вызвать у отечественного читателя ассоциаций с открытым финалом известной повести А.Н. и Б.Н. Стругацких «Пикник на обочине». Завершая путь по Зоне к золотому шару, исполняющему заветные желания, главный герой целенаправленно жертвует своим молодым и наивным напарником, произнося известное «Счастье для всех, даром, и пусть никто не уйдет обиженный!» (Стругацкий, Стругацкий, 1999, с. 182) не в радостном утверждении надежды, а в отчаянии и бессмысленности одиночества.

Список источников / References

1. Белинская, Е.П. (2020). Парадоксы эпохи эмоциональной неопределенности. Рецензия на книгу Е. Иллуз «Почему любовь ранит? Социологическое объяснение». Москва; Берлин: Директмедиа Паблишинг, 2020. 400 с. *Социальная психология и общество*, 11(2), 204–208. <https://doi.org/10.17759/sps.2020110213>
Belinskaya, E.P. (2020). Paradoxes of the Age of Emotional Uncertainty. Review of the Book by E. Illouz “Why Does Love Hurt? Sociological Explanation”. Moscow; Berlin: DirectMedia Publishing, 2020. 400 p. *Social Psychology and Society*, 11(2), 204–208. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/sps.2020110213>
2. Белинская, Е.П. (2022). Онтологическая неопределенность и отношения «нелюбви». Рецензия на книгу Е. Иллуз «Почему любовь уходит? Социология негативных отношений». Москва; Берлин: Директмедиа Паблишинг, 2022. 352 с. *Социальная психология и общество*, 13(2), 209–215. <https://doi.org/10.17759/sps.2022130214>
Belinskaya, E.P. (2022). Ontological Uncertainty and the Relationship of “Dislike” Review of the Book by E. Illouz “Why Does Love Go Away? Sociology of Negative Relations”. Moscow; Berlin: Directmedia Publishing, 2022. 352 p. *Social Psychology and Society*, 13(2), 209–215. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/sps.2022130214>
3. Иллуз, Е. (2020). Почему любовь ранит? Социологическое объяснение / Пер. с нем. С.В. Сидоровой. М.; Берлин: Директмедиа Паблишинг.
Illouz, E. (2020). Why Does Love Hurt? A Sociological Explanation / Translated from German by S.V. Sidorova. Moscow; Berlin: Directmedia Publishing. (In Russ.).
4. Иллуз, Е. (2022). Почему любовь уходит? Социология негативных отношений / Пер. с нем. С.В. Сидоровой. М.; Берлин: Директмедиа Паблишинг.
Illouz, E. (2022). Why Does Love Leave? The Sociology of Negative Relationships / Translated from German by S.V. Sidorova. Moscow; Berlin: Directmedia Publishing. (In Russ.).
5. Иллуз, Е., Кабанас, Э. (2023). Фабрика счастливых граждан. Как индустрия счастья контролирует нашу жизнь. М.: Издательство АСТ.
Illouz, E., Cabanas, E. (2023). The Factory of Happy Citizens. How the Happiness Industry Controls Our Lives. Moscow: AST Publishing House. (In Russ.).
6. Стругацкий, А., Стругацкий, Б. (1999). Пикник на обочине; Отель «У погибшего альпиниста»; Улитка на склоне: Фантастические романы. М.: ООО «Издательство АСТ»; СПб.: Terra Fantastica.
Strugatsky, A., Strugatsky, B. (1999). Picnic on the Sidelines; The Hotel of the Dead Mountaineer; The Snail on the Slope: Fantastic Novels. Moscow: AST Publishing House; St. Petersburg: Terra Fantastica. (In Russ.).
7. Cabanas, E., Illouz, E. (2018). *Happycracy: How the Industry of Happiness Controls Our Lives*. Cambridge: Polity Press.
8. Illouz, E., Cabanas, E. (2019). *Manufacturing Happy Citizens*. Cambridge: Polity Press.
9. Moscovici, S. (1972). Society and Theory in Social Psychology. In: Tajfel H., Israel J. (eds.). *The Context of Social Psychology*. N.Y.: London.

Информация об авторах

Елена Павловна Белинская, доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры социальной психологии, Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова

Белинская Е.П. (2026)
Счастье как индивидуальное переживание
и идеологический императив
Социальная психология и общество,
17(2), 221–228.

Belinskaya E.P. (2026)
Happiness as an individual experience
and an ideological imperative
Social Psychology and Society,
17(2), 221–228.

ва (ФГБОУ ВО «МГУ имени М.В. Ломоносова»), Москва, Российская Федерация, ORCID:
<https://orcid.org/0000-0002-3057-5273>, e-mail: elena_belinskaya@list.ru

Information about the authors

Elena P. Belinskaya, Doctor of Science (Psychology), Professor, Professor of the Department of Social Psychology, Moscow State Lomonosov University, Moscow, Russian Federation, ORCID:
<https://orcid.org/0000-0002-3057-5273>, e-mail: elena_belinskaya@list.ru

Конфликт интересов

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

Conflict of interest

The author declares no conflict of interest.

Поступила в редакцию 22.03.2026
Поступила после рецензирования 13.05.2026
Принята к публикации 24.06.2026
Опубликована 30.06.2026

Received 2026.03.22
Revised 2026.05.13
Accepted 2026.06.24
Published 2026.06.30