

*Эта презентация посвящается  
моему папе **Александр Штейнгар**  
который в ней не нуждается.*

# Счастье

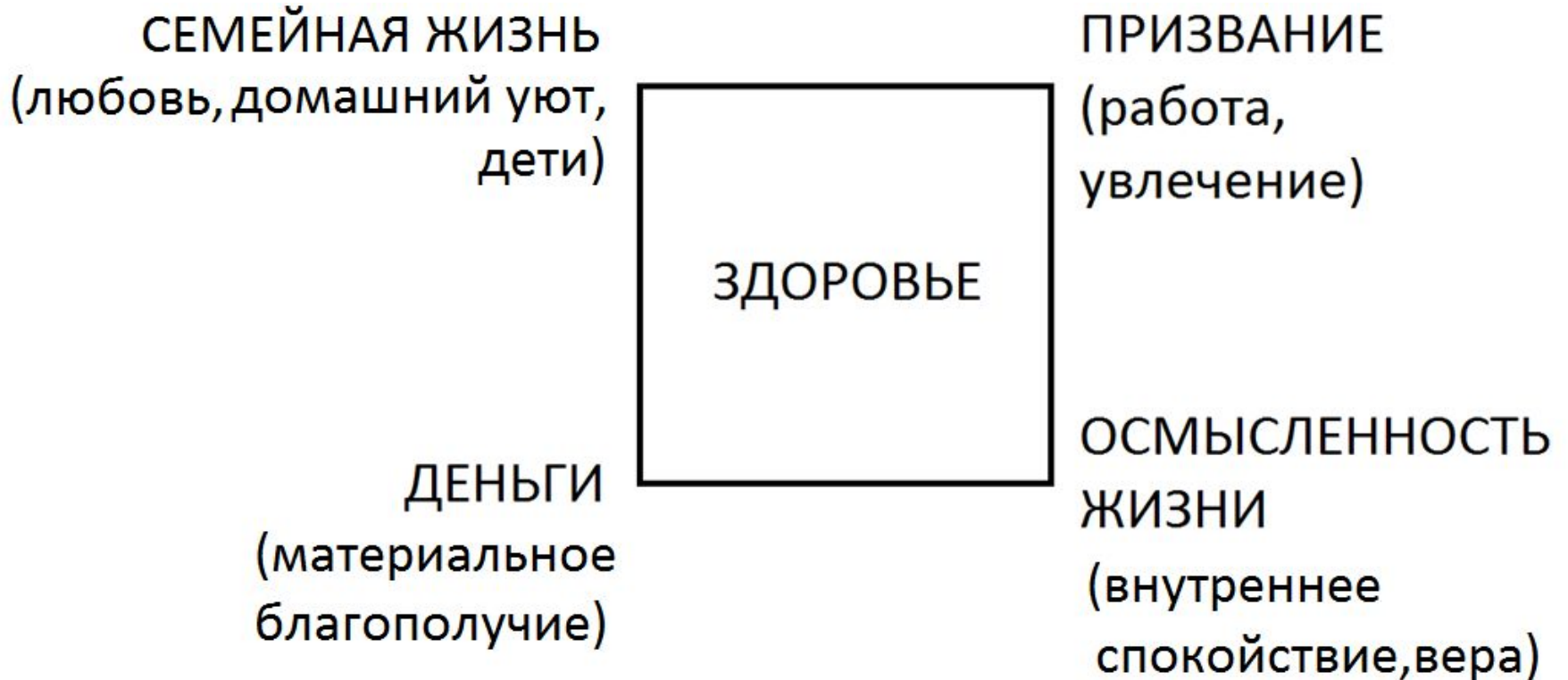
Презентация для семинара



# Определение

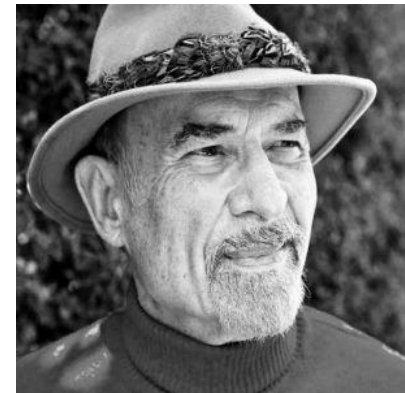
**Счастье** – состояние человека, которое соответствует наибольшей внутренней удовлетворенности условиями своего бытия, полноте и осмысленности жизни, осуществлению своего человеческого предназначения.

# Квадрат счастья



# Счастье и смыслы жизни

- Стремление к позитивной свободе;
- Творчество;
- Служение другим людям;
- **Включенность в жизнь;**
- Преданность делу;
- ...



Ирвин Ялом

# Счастье и потребности по Абрахаму Маслоу

- 1) Физиологические потребности;
- 2) Потребность в безопасности и защите ;
- 3) Потребность в принадлежности и любви;
- 4) Потребность в самоуважении;
- 5) Потребность в реализации потенциала.

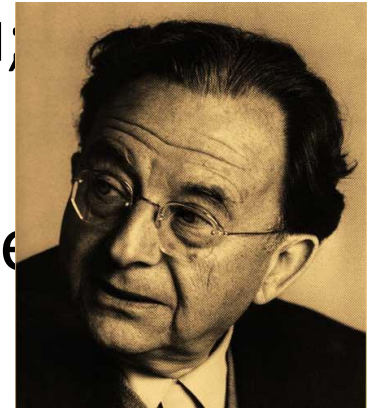


**Абрахам  
Маслоу**

# Счастье и экзистенциальные потребности

**Экзистенциальные потребности** - потребности, с помощью которых индивидуум соединяется с миром:

- 1) Потребность в установлении связей;
- 2) Потребность в преодолении себя;
- 3) Потребность в укорененности в мире;
- 4) Потребность в самоидентичности;
- 5) Потребность в системе ценностей.



Эрих Фромм

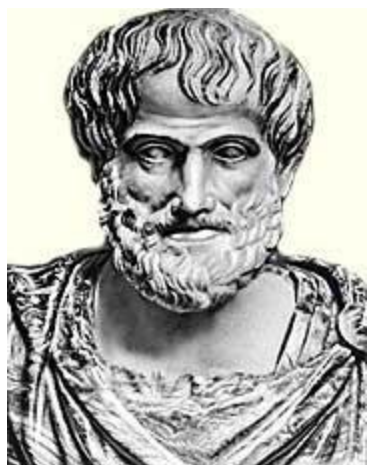
# Счастливые моменты

Такие моменты, когда наша душа ликует от радости.

**Например:**

- 1) искренняя улыбка другого человека нам;
- 2) рождение ребенка;
- 3) прогулка на природе;
- 4)...

# Аристотель о счастье



Аристотель

**Счастье** – это деятельность души в полноте добродетели. Счастье приходит со временем благодаря работе над собой.

**Добродетель** – положительное нравственное свойство характера человека, определяемое его мыслями и действиями.



# Далай-Лама о счастье



Далай-Лама

Главной мотивацией нашей жизни является стремление к счастью.

**Счастье** – результат дисциплинированного ума человека, душа которого полна сострадания, доброты и терпения.

# Размик Айдинян о счастье



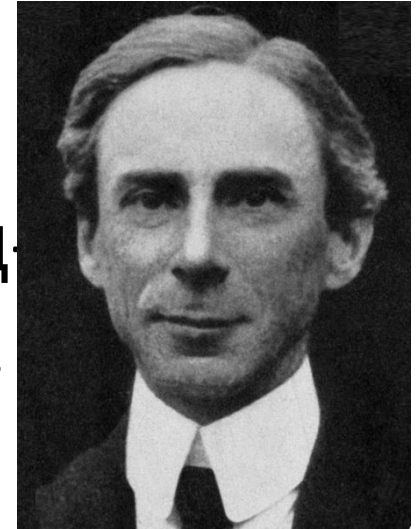
Размик  
Айдинян

**Счастье** – удовлетворение в следствие обладания внутренними и внешними благами.

**Благо** – то, что способно удовлетворять повседневные жизненные потребности людей, приносить людям пользу, доставлять удовольствие.

# Бертран Рассел о счастливом человеке

**Счастливый человек** – тот, кто живет непредубежденно, со свободными, независимыми привязанностями и широким кругом интересов.



Личность такого человека направлена во внешний мир.

Бертран  
Рассел

# Максвелл Мольц о счастье

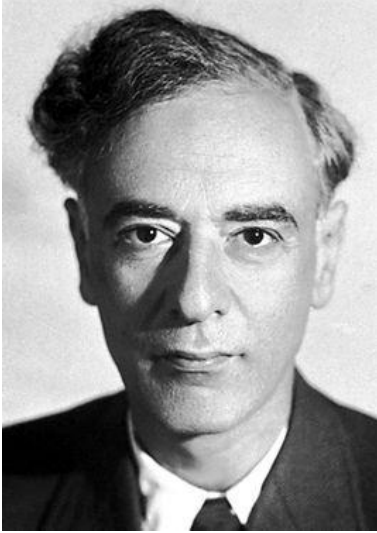


Максвелл  
Мольц

Ключ к счастливой жизни – адекватный и истинный образ самого себя.

**Счастье** в творческом процессе достижения желаемой цели для человека.

# Лев Ландау о счастье



Лев Ландау

Человек просто обязан и даже должен быть счастливым.

**Счастье это:**

- 1) удовольствие от жизни;
- 2) любовь;
- 3) работа;
- 4) общение с людьми.

# Заключение

**ЧЕЛОВЕК СТАНОВИТСЯ  
СЧАСТЛИВЫМ НАСТОЛЬКО,  
НАСКОЛЬКО ОН САМ РЕШИЛ БЫТЬ  
СЧАСТЛИВЫМ! СЧАСТЬЕ  
НАХОДИТСЯ ВНУТРИ ВАС!**

# Литература

- Ирвин Ялом – Экзистенциальная психотерапия;
- Абрахам Маслоу – Мотивация и личность;
- Эрих Фромм – Бегство от свободы;
- Аристотель – Никомахова этика;
- Далай Лама – Искусство быть счастливым;
- Размик Айдинян – Трактат о счастье;
- Бертран Рассел – Завоевание счастья;
- Максвелл Мольц – Психокибернетика;
- Майя Бессараб – Так говорил Ландау.

**Спасибо за внимание!**