

MOISIEIEVA Inna

THE RIGHT TO BE ONESELF: HONESTY AS A BASIC COMPONENT OF HAPPINESS

In Proceedings of The Third International Scientific Conference “Happiness and Contemporary Society”, March, 20, 2022. Lviv: SPOLOM, 2022. P. 142-143. <https://doi.org/10.31108/7.2022.29>

ISBN 978-966-919-826-6

МОИСЄЄВА Інна

ПРАВО БУТИ СОБОЮ: ЧЕСНІСТЬ ЯК ОСНОВНА СКЛАДОВА ЩАСТЯ

// Збірник матеріалів третьої міжнародної наукової конференції «Щастя та сучасне суспільство», 20 березня 2022 р. – Львів : СПОЛОМ, 2022. – С. 142-143. <https://doi.org/10.31108/7.2022.29>

ISBN 978-966-919-826-6

Inna MOISIEIEVA

*psychologist, writer, journalist, Assistant Professor, Department of Psychology,
Petro Mohyla Black Sea State University, (Mykolaiv, Ukraine),
expert of The Ukrainian Institute for Happiness Research*

**THE RIGHT TO BE ONESELF:
HONESTY AS A BASIC COMPONENT OF HAPPINESS**

Інна МОІСЄЄВА

*психолог, письменниця, журналіст, викладачка кафедри психології
Чорноморського національного університету імені Петра Могили
(Миколаїв, Україна),
експертка Українського інституту дослідження щастя*

**ПРАВО БУТИ СОБОЮ:
ЧЕСНІСТЬ ЯК ОСНОВНА СКЛАДОВА ЩАСТЯ**

Вітаю вас, шановні!

Я щаслива брати участь у зустрічі людей, які прагнуть найвищого рівня життя з усіх можливих для себе та оточуючих – щасливого життя.

Незважаючи на те, що про щастя йдеться сьогодні багато, все одно такі зустрічі вкрай важливі. Бо від розмов ми переходимо к діям, від дій до створення звичок, а звички формують особистість та її долю. Нам конче потрібні ці знання, аби зовнішні обставини, життєві драми, катаклізми, війни не змогли зруйнувати наш внутрішній світ. Щасливий внутрішній світ.

Еріх Фромм вважав, що щастя є мірилом того, що людина знайшла відповідь на питання свого існування. І це можливо лише за умови, що кожен з нас відповів на головне питання свого життя – «хто я». Якою людиною я є? Що мені подобається? Чого я прагну?... Тепер я точно знаю, що серед цих питань поважне місце займає і питання національної ідентифікації. Ми всі родом з дитинства? Це факт. Часто ця фраза в психології означає наявність психологічних травм, найсильніші з яких формуються саме в дитинстві. Дитинство, дійсно – це вкрай важливий період життя особистості. Бо саме тоді в нас формується наша унікальна особистість, моральні норми, поняття норми, як таке. А ще саме в дитинстві нас навчають поважати та любити. Або ні. Саме період дитинства формує в нас відчуття свободи. Або це поняття стає недоступним. Бо все, про що я сказала є недоступним, якщо в дитинстві нас не навчили думати, аналізувати та брати на себе відповідальність за свої вчинки та їхні наслідки. Якщо ми дозволяємо себе виховувати зручними об'єктами, ми ніколи не дізнаємось правди і ніколи не відчуємо щастя. Щастя доступне егоїстам. Годі вже боятися цього слова. Егоїст означає – я є, я існую. Хіба можна засуджувати людину за те, що вона хоче бути? Хоче жити добре. Хоче жити щасливим життям на своїй землі? Егоїст не слухатиме критики та порад, про які не просив. Егоїст вибудовує свій рівень життя, спираючись на власне відчуття приємного. Егоїстична людина точно знає,

ким хоче бути, що їй потрібно, хто потрібен, а головне, хто вона є. І вона буд досягати цього впевнено і з гідністю. Егоїст розуміє цю потребу у інших людей і визнає право інших на те, чого потребує сам. А ще егоїст знає правду про себе та не соромиться її, не соромиться бути собою, бо все, що з нами відбувається – це досвід, а досвід завжди корисний. Правда про себе – з цього починається особисте щастя, я впевнена. Для багатьох з нас ця правда починається із національної ідентичності. Тепер я це знаю. Особливо зараз. Для українців – зважаючи на нашу складну історію – це схоже на терапевтичну вправу. Визнати себе, як унікальну особистість, заявити про себе усьому світові та дозволити собі бути щасливим.

Отже..

Вітаю вас! Моє ім'я Інна. Я егоїстка. Я українка. І я має в собі сили сказати, що я щаслива!