

ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ В.Н. КАРАЗІНА
СОЦІОЛОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ
Кафедра прикладної соціології та соціальних комунікацій

Пояснювальна записка
до кваліфікаційної роботи
на тему
«КЛАБКУЛЬТУРНІ ПРАКТИКИ ДОСЯГНЕННЯ ЩАСТЯ»

Виконала: студентка 4 курсу групи
СМК-41 першого (бакалаврського)
рівня вищої освіти спеціальності 061
Журналістика
Кошкіна М.І.

Керівник: канд. соц. н. Калашнікова
А.О.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
1 ТЕОРІЯ І ПРАКТИКИ ДОСЯГНЕННЯ ЩАСТЯ.....	6
1.1 Щастя в соціологічній теорії.....	6
1.2 Культурні практики досягнення щастя.....	16
Висновки до Розділу 1.....	19
2. ПРАКТИКИ ДОСЯГНЕННЯ ЩАСТЯ У КЛУБНІЙ КУЛЬТУРІ.....	20
2.1 Клубна культура: сутність, розвиток, особливості.....	20
2.2 Практики досягнення щастя у клубній культурі.....	24
Висновки до Розділу 2.....	32
3 ЗВ'ЯЗОК ДОСЯГНЕННЯ ЩАСТЯ І ПРАКТИК КЛУБКУЛЬТУРИ ОЧИМА ЇЇ ПРЕДСТАВНИКІВ.....	34
3.1 Клубкультурні практики досягнення щастя в реальному житті.....	34
3.2 Приналежність до спільноти і щастя.....	47
3.3 Клубна культура і досягнення щастя.....	50
3.4 Рекомендації із забезпечення досягнення щастя в рамках клубної спільноти за допомогою комунікаційних технологій.....	53
Висновки до Розділу 3.....	55
ВИСНОВКИ.....	57
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	60
ДОДАТОК А.....	62

ВСТУП

У сучасному світі пошук щастя залишається одним із ключових питань, яке турбує багатьох людей незалежно від їхнього культурного чи соціального контексту. Розуміння факторів, що впливають на відчуття щастя, стає все більш актуальним у контексті зростаючих соціальних і психологічних викликів сучасності. В Європі приблизно 7.2% населення страждає на хронічну депресію. Цей показник значно варіюється між країнами: найвищий рівень зареєстровано в Португалії (12.2%), Швеції (11.7%) та Німеччині і Хорватії (обидві по 11.6%). Найнижчі показники зафіксовано в Румунії (1.0%), Болгарії (2.7%) та Мальті (3.5%) [14]. У Сполучених Штатах близько 5.9% населення страждає на депресію, що становить приблизно 17.5 мільйонів людей. Рівень розповсюдження тривожних розладів також значний, охоплюючи 19.1% дорослих протягом життя. Генералізований тривожний розлад (GAD) впливає на 6.8 мільйонів дорослих, або 3.1% населення США. [15]

У погоні за щастям людина стикається з безліччю соціальних, культурних та особистісних факторів, які впливають на її здатність досягати та відчувати щастя. У цьому контексті, клубна культура виступає як цікавий об'єкт дослідження, оскільки вона не тільки відображає культурні та соціальні звичаї своїх учасників, але й може слугувати механізмом для вираження або пошуку щастя.

Актуальність цього дослідження полягає у необхідності актуалізації і конкретизації ідей про природу і способи досягнення щастя в сучасному світі. Цього планується досягти шляхом “зведення мостів” між соціологічним спостереженням й теорією та практичними наслідками певних соціокультурних явищ у вигляді впливу на рівень щастя та добробуту цілого соціального кластеру, сформованого в “альтернативних” сучасних умовах - представників клубної культури.

Ступінь наукового дослідження обраної теми. Тема впливу існуючих урбаністичних спільнот на щастя є предметом значної кількості досліджень. Роберт Патнем вивчає вплив соціального капіталу на якість життя в міських спільнотах, акцентуючи увагу на соціальних зв'язках та громадській активності. Мартін Селігман досліджує аспекти позитивної психології, фокусуючись на факторах, які сприяють емоційному благополуччю та щастю. Ентоні Гідденс аналізує модерні аспекти ідентичності в урбаністичному середовищі, досліджуючи, як сучасні соціальні умови впливають на самосприйняття та соціальну інтеграцію. Георг Зіммель розглядає соціальні динаміки у великих містах, підкреслюючи вплив урбанізації на особистісні відносини та індивідуальну автономію. Проте, вплив культурних практик клубної спільноти на досягнення щастя в урбаністичних умовах залишається недостатньо дослідженим. Ця тема потребує подальшої розробки, щоб краще зрозуміти, як клубні спільноти можуть сприяти соціальній підтримці, самовираженню та емоційному благополуччю індивідів, а також виявити шляхи мінімізації потенційних негативних аспектів цієї культури.

Дослідження впливу культурних практик на щастя відкриває перспективи для глибшого аналізу взаємозв'язків між участю у групових культурних активностях та особистісним благополуччям. Зокрема, аналіз клубкультурних практик може виявити потенційні позитивні аспекти участі у клубній культурі, які можуть бути використані для розробки стратегій з підвищення життєвого задоволення та психологічної резильєнтності не лише для цієї групи, але і для інших категорій населення.

В цій роботі **об'єктом** дослідження ми визначимо культурні практики досягнення щастя, а **предметом** дослідження - клубкультурні практики досягнення щастя. **Метою** роботи є виявлення характеру зв'язку між клубними культурними практиками і переживанням щастя. Зокрема, прояснено, які фактори в цьому культурному середовищі відіграють ключову роль, та чому

деякі індивіди відчувають більше задоволення та щастя від своєї участі у клубному житті, ніж інші.

Задачі роботи:

1. Проаналізувати теоретичні підходи до визначення і дослідження щастя.
2. Розглянути практичні способи та стратегії досягнення щастя в культурі.
3. Проаналізувати клубну культуру як особливий культурний простір.
4. Розглянути практики досягнення щастя у клубній культурі.
5. Здійснити емпіричне дослідження зв'язку між культурними практиками і досягненням щастя представниками клубної культури.
6. Надати рекомендації з підвищення рівня щастя представників клубної культури за допомогою комунікаційних технологій.

Теоретична основа роботи. Дана робота використовує теоретичні підходи до дослідження щастя і практик щастя, запропоновані Георгом Зіммелем, Мартіном Селігманом та Ентоні Гідденсом, інтегруючи їх погляди на соціальні взаємодії, рефлексивні проекти особистості та теорію позитивної психології.

Емпірична основа роботи: дані авторського дослідження методом напівструктурованого інтерв'ю з представниками клубної культури (травень 2024, n = 9).

Методи: аналіз, синтез, порівняння, інтерв'ю.

Структура: робота складається вступу, трьох розділів, списку використаних джерел та додатків. Загальний об'єм - 59 сторінок.

1 ТЕОРІЯ І ПРАКТИКИ ДОСЯГНЕННЯ ЩАСТЯ

1.1 Щастя в соціологічній теорії

Дослідження щастя має довгу та різноманітну історію, яка охоплює різні дисципліни, включаючи філософію, психологію, соціологію та економіку. Ця сфера досліджень еволюціонувала від давніх філософських міркувань до сучасних наукових підходів. Філософи античності, такі як Сократ, Платон і Арістотель, були одними з перших, хто задумався над природою щастя. Арістотель, зокрема, визначав щастя як "евдемонію" – стан процвітання та реалізації потенціалу людини. В епікурейській та стоїчній філософії щастя також займало центральне місце, де наголошувалося на важливості внутрішнього спокою та гармонії. У середньовіччі релігійні уявлення про щастя були домінуючими, де щастя часто асоціювалося з духовним життям та близькістю до Бога. Проте, у період Відродження, інтерес до індивідуального щастя та гуманізму знову відродився, що заклало основу для подальших досліджень у цій галузі. У XVIII столітті, під час Епохи Просвітництва, філософи, такі як Джеремі Бентам і Джон Стюарт Мілль, почали розглядати щастя як головну мету суспільства. Вони розробили концепцію утилітаризму, яка стверджує, що найбільше щастя для найбільшої кількості людей є найвищим добром. У XIX столітті психологія як наука почала формуватися, і дослідники почали вивчати щастя з емпіричної точки зору. Перші психологічні дослідження були зосереджені на вивченні емоцій та їх впливу на поведінку людини. У XX столітті дослідження щастя стало більш систематизованим. Зародилася позитивна психологія – напрямок, заснований Мартіном Селігманом та Міхай Чиксентміхаї. Цей напрямок досліджує, що робить життя вартим проживання, включаючи позитивні емоції, значення та досягнення. У сучасній психології та соціології дослідження щастя охоплює різні аспекти: від впливу генетики та біології на рівень щастя до ролі соціальних зв'язків,

економічного добробуту та культурних факторів. Методи вимірювання щастя стали більш точними та науково обґрунтованими, включаючи опитування, психологічні шкали та нейровізуалізацію. Історія дослідження щастя демонструє поступову еволюцію від філософських роздумів до емпіричних наукових досліджень. Сучасні підходи до вивчення щастя є міждисциплінарними, залучаючи знання з психології, соціології, економіки та інших наук для розуміння складної природи цього феномену.

У сучасному світі поняття щастя стає дедалі більш комплексним і багатогранним, вимагаючи глибшого аналізу в контексті індивідуалізації, соціальних змін та психологічного самовдосконалення. Розуміння щастя в пізньомодерному суспільстві часто залежить від способу, яким особистість взаємодіє зі своїм соціальним та культурним середовищем. Теоретики як Георг Зіммель та Ентоні Гідденс розкривають важливість індивідуалізації та саморефлексії в процесі формування особистісної ідентичності та досягненні щастя. Їхні роботи надають цінні інсайти щодо того, як люди можуть навчитися краще розуміти та керувати власними очікуваннями і аспіраціями у відповідь на швидкі соціальні зміни.

З іншого боку, теорія Мартіна Селігмана, що говорить про три види щастя, надає практичний фреймворк для аналізу різних аспектів щастя та того, як вони можуть бути інтегровані в життя кожної особистості. Від "насолоди" до "хорошого життя" та "щастя як головного сенсу". Розглянемо кожен з цих теорій, та спробуємо зробити власні висновки - що таке щастя, як його можна виміряти та досягти.

Теорія Георга Зіммеля. Георг Зіммель, один із засновників сучасної соціології, запропонував низку теоретичних положень, які значно вплинули на розвиток соціальної науки. Основні аспекти його теорії включають розуміння соціальної взаємодії, індивідуалізації, соціальної диференціації, роль грошей у суспільстві та формування культури.

- Соціальна взаємодія. Зіммель вважав, що основою соціального життя є взаємодія між індивідами. Він стверджував, що суспільство не існує як щось окреме від індивідів, а формується через постійні процеси взаємодії між ними. Зіммель наголошував на важливості мікрорівневих соціальних процесів, таких як обмін, конфлікт, співпраця та конкуренція, які створюють структури та функції суспільства.
- Індивідуалізація. Одним із ключових аспектів теорії Зіммеля є процес індивідуалізації. Він досліджував, як модернізація, урбанізація та економічні зміни сприяють розвитку індивідуальності. Зіммель підкреслював, що в сучасному суспільстві людина стає більш автономною і менш залежною від традиційних соціальних інституцій та груп. Це дозволяє індивідам виражати свою унікальність і самостійно обирати свій життєвий шлях.
- Соціальна диференціація. Зіммель також звертав увагу на процеси соціальної диференціації, тобто поділу суспільства на різні групи та страти. Він розглядав, як соціальні, економічні та культурні фактори призводять до утворення різноманітних соціальних структур. Ці структури, у свою чергу, впливають на взаємодію між індивідами та формування їх ідентичності.
- Роль грошей у суспільстві. У своїй роботі "Філософія грошей" Зіммель аналізував вплив грошей на соціальні відносини та культуру. Він стверджував, що гроші стають універсальним засобом обміну, що дозволяє людям здійснювати транзакції без необхідності особистих зв'язків. Це призводить до формалізації соціальних відносин, але водночас надає індивідам більше свободи і автономії. Гроші сприяють розвитку раціональності і об'єктивності в суспільстві, але також можуть створювати нові форми відчуження та нерівності.
- Формування культури. Зіммель вивчав, як культура формується через взаємодію індивідів та суспільних структур. Він підкреслював, що

культура є динамічною та постійно змінюється під впливом соціальних процесів. Зіммель розглядав культуру як комплекс символів, цінностей та норм, які надають сенс соціальним діям та взаємодіям. Він також аналізував вплив модернізації на культуру, відзначаючи, що сучасне суспільство характеризується плюралізмом і постійними змінами культурних форм.

- Діалектика свободи та залежності. Зіммель визнавав, що процеси індивідуалізації та соціальної диференціації супроводжуються діалектикою свободи та залежності. З одного боку, індивіди отримують більше свободи у виборі свого життєвого шляху та самовираження, з іншого боку, вони стикаються з новими формами залежності від соціальних, економічних та культурних чинників. Це створює складні умови для формування особистої ідентичності та гармонії у суспільстві.

Отже, у своїй теорії Георг Зіммель підкреслює, що через велику кількість чинників, що формуються разом із розвитком соціуму людина має значно більшу свободу вибору, та спектр можливостей та доступних рішень, але разом з цим підкреслює і збільшення мобільності культурних концепцій, зважаючи на те що люди формують культуру, а потім - культура людей, аж допоки якісь нові люди не сформують нову культуру.

В умовах високої індивідуальності та свободи процес формування нових культур стає легшим, а отже глобальна соціальна середина зазнає все частіших змін. В таких умовах формується нове питання: як індивіду обрати до якої з чисельних культурних течій він воліє належати. Разом з вибором соціальної групи, людина обирає і свою ідентичність, і інтереси, і образ життя, адже культурний соціум, згідно Гідденсу - є одним з основних чинників формування особистості.

То як обрати до якої течії належати, і з яких факторів сформулювати власне бачення себе, а відповідно - і обрати власну позицію в світі? Інший науковець - Ентоні Гідденс дає нам відповідь на це запитання.

Гідденс: щастя як саморефлексивна проектна задача. Ентоні Гідденс (Anthony Giddens) – британський соціолог, відомий своїми внесками у теорію соціології та дослідженням сучасного суспільства. Він народився 18 січня 1938 року в Лондоні, Великобританія. Гідденс отримав освіту в Лондонській школі економіки та Кембриджському університеті.

У своїй праці "Модерність та самоідентичність" Ентоні Гідденс розвиває ідею, що в пізньому модерному віці особистісна ідентичність перетворюється на "саморефлексивну проектну задачу". Це означає, що люди активно беруть участь у створенні своєї власної біографії, а їхнє розуміння щастя залежить від виборів, які вони роблять у контексті високої соціальної мобільності, зростаючої свободи та невизначеності. Гідденс підкреслює, що цей процес вимагає глибокої саморефлексії для визначення найбільш підходящої ідентичності, яка допоможе досягти особистісного щастя. Люди більше не можуть покладатися на стабільні та заздалегідь визначені ролі, а повинні самостійно розробляти своє життєве направлення, враховуючи при цьому власні цінності, цілі та можливості.

Гідденс також зазначає, що у сучасному світі ідентичність стає все менш стабільною та більш змінною, що вимагає від осіб постійної готовності до перегляду власних життєвих стратегій та цінностей. Він вважає, що ця нестабільність пов'язана з безперервними соціальними та економічними змінами, які впливають на всі аспекти життя людини. Така ситуація змушує людей постійно адаптуватися до нових обставин, що, в свою чергу, вимагає розвитку навичок самоаналізу та критичного мислення. Ця постійна рефлексія та здатність до самоаналізу є фундаментом для будівництва власного шляху до щастя. Вона передбачає безперервне переосмислення власних цінностей, цілей, досягнень та життєвих орієнтирів. Саморефлексія включає глибоке осмислення своїх переживань, мотивацій та внутрішніх конфліктів, а також здатність аналізувати свої дії і приймати рішення на основі цього аналізу. Це є

критично важливим, оскільки без розуміння себе неможливо рухатися вперед і будувати життя, яке приносить задоволення та відчуття повноти.

Гідденс підкреслює, що щастя в сучасному світі досягається не через відповідність зовнішнім стандартам, а через глибоке розуміння себе і своїх бажань. Це означає, що кожна людина повинна розробити свою власну концепцію щастя, яка не базується лише на загальноприйнятих нормах та очікуваннях суспільства, а на особистих потребах та прагненнях. Важливо відкинути тиск соціальних стандартів, які можуть нав'язувати стереотипні уявлення про успіх і щастя, і зосередитися на тому, що дійсно має значення для індивіда.

Це включає в себе постійне вдосконалення та пошук балансу між особистими амбіціями та соціальними вимогами. Людина повинна бути готова до постійного самовдосконалення, оскільки світ навколо неї постійно змінюється, і вимоги до особистих та професійних якостей також змінюються. Важливо знайти гармонію між своїми власними бажаннями та тим, що очікують від неї інші. Це не лише допомагає уникати внутрішніх конфліктів, але й сприяє більшій адаптивності до змінних умов.

Крім того, реалізація особистісного потенціалу є важливою складовою цього процесу. Кожна людина має унікальні таланти, здібності та інтереси, які потрібно розвивати і використовувати. Визнання своїх сильних сторін та робота над їх розвитком допомагає відчувати задоволення від життя і досягти внутрішньої гармонії. Це також включає у себе визнання своїх слабкостей та роботу над їх подоланням або прийняттям як частини себе.

Гідденс також зазначає, що процес саморефлексії та самоаналізу допомагає людині краще зрозуміти свої справжні бажання та цілі. Це дозволяє уникнути бездумного слідування за чужими очікуваннями і зосередитися на тому, що дійсно приносить радість і задоволення. Таким чином, шлях до щастя стає індивідуальним проектом, де важливо вміти прислухатися до себе,

аналізувати свої почуття та потреби, а також бути готовим до змін і адаптації в процесі пошуку своєї ідентичності та життєвого шляху.

Задача, яка постає перед індивідами - це знаходження своєї власної, справжньої особистості, що може бути нелегко, адже з самого моменту народження людина виховується унікальним мікросоціумом (родину, однолітками, найближчим оточенням), який нашаровує на дитину пріоритети та переконання - культуру, що репрезентує цей мікросоціум.

А отже людина, з самого моменту народження програмується на відповідність певній культурі, яка не обов'язково є відповідною справжнім бажанням, та природним талантам людини. На жаль, ми не маємо періоду в житті, протягом якого ми є поза впливом зовнішнього соціуму, хоча це би був той самий час, необхідний нам для знайомства із справжніми собою.

Дві теорії цих дослідників та положення, які вони пропонують, дають нам розуміння того, що щастя не є фіксованою концепцією. Воно стає досяжним для індивіда лише за умови високого рівня розуміння та знання себе, що є досяжним виключно через саморефлексивні навички, а також допомогу різнопрофільних експертів у галузі психології та ментального здоров'я. Глибоке самопізнання допомагає людині розкрити свої справжні бажання, цінності та цілі, що є критичним для досягнення щастя. Це підкреслює важливість постійного самовдосконалення та пошуку внутрішньої гармонії.

Беручи до уваги процеси поляризації ідентичності, ми бачимо світ, у якому кількість невизначеності постійно зростає. Це стосується не тільки загальних життєвих принципів, але й базових цінностей, переконань та уподобань людини. Питання "Хто я?" стає все складнішим для індивіда, що може призвести до підвищення рівня тривожних та депресивних станів. У такому контексті саморефлексія та самоаналіз стають життєво необхідними навичками, які допомагають людині зрозуміти себе та свої бажання, що є ключовим для досягнення щастя.

Проте, чи усвідомлює соціум кореляцію між розумінням себе та власним щастям? На жаль, досі - ні. Багато людей на планеті Земля, починаючи свій шлях пошуку щастя, вдаються до стратегії “копіювання життя щасливих людей” - цінностей, перейнятих з обраного соціального та культурного контексту. Це призводить до спроб імплементації не своїх цінностей у стратегію будівництва життя та цілепокладання, що, в свою чергу, призводить до зворотного ефекту - замість щастя виникає розчарування та незадоволення.

Серед таких “стратегій досягнення щастя” популярними є “гроші”, “влада” або “вплив” та “соціальне визнання”. Проте жодна з цих стратегій не відображає унікальної ідентичності людини, навпаки - вони стирають її, унеможливаючи відчуття справжнього щастя. Замість того, щоб стати собою, людина стає однією з багатьох ідентичностей, які є “соціально схваленими”. Це призводить до втрати автентичності та віддалення від справжніх бажань і прагнень, що є необхідними для досягнення гармонії та внутрішнього задоволення.

Сформувавши версію стратегії досягнення щастя за Гідденсом і Зіммеlem, все ще маємо розглянути його різновиди та прояви: як саме людина може щастя відчувати, через які дії, або стани? Для цього звернемося до теорії Мартина Селігмана.

Мартін Селігман — відомий американський психолог, який вважається одним із засновників позитивної психології, галузі, яка фокусується на вивченні позитивних аспектів людського досвіду. Селігман широко відомий завдяки своїм дослідженням у галузі теорії «навченої безпомічності», яка пояснює, як люди навчаються відчувати безпорадність і пасивність у ситуаціях, коли вони переживають повторні невдачі чи непередбачувані події.

Мартін Селігман розробив теорію щастя, яка отримала назву "Теорія добробуту" (Well-being Theory). Вона ґрунтується на п'яти основних компонентах, які сприяють досягненню щастя та добробуту. Ця теорія є

еволюцією його попередньої концепції "аутентичного щастя" і спрямована на більш комплексне розуміння благополуччя людини.

Основні компоненти теорії добробуту Селігмана:

1. **Позитивні емоції (Positive Emotions).** Позитивні емоції є основою суб'єктивного відчуття щастя. Вони включають такі відчуття, як радість, задоволення, вдячність, любов і надія. За Селігманом, важливо не тільки переживати позитивні емоції, але й вміти їх культивувати та цінувати у своєму житті. Позитивні емоції можуть бути результатом простих щоденних радостей, таких як гарна погода, зустріч з друзями чи успіх у роботі. Селігман наголошує, що люди повинні навчитися фокусуватися на позитивних аспектах свого життя і знаходити в них джерела радості та задоволення. Це не означає уникання негативних емоцій, але вміння збалансувати їх з позитивними.
2. **Залученість (Engagement).** Залученість або "потоківий стан" (flow) виникає, коли людина повністю занурена у діяльність, яка відповідає її навичкам і інтересам. Це стан, коли час ніби зупиняється, а особа повністю концентрується на завданні. Такий стан сприяє розвитку навичок і приносить глибоке задоволення. Важливо знайти такі види діяльності, які приносять цей стан, будь то робота, хобі, спорт чи творчість. Залученість дозволяє не лише насолоджуватися процесом, але й сприяє особистісному розвитку та самореалізації. Селігман підкреслює, що знайдення такого виду діяльності є ключовим для досягнення довготривалого щастя.
3. **Значущі відносини (Relationships).** Соціальні зв'язки є критично важливими для добробуту людини. Позитивні та підтримуючі відносини з іншими людьми сприяють відчуттю приналежності, безпеки та любові. Селігман підкреслює важливість створення та підтримки глибоких і змістовних взаємин. Відносини з сім'єю, друзями, колегами та навіть випадковими знайомими можуть значно впливати на наше відчуття

щастя. Люди, які мають міцні соціальні зв'язки, менш схильні до депресії та тривожних станів. Важливо вміти будувати та підтримувати ці зв'язки, проявляючи емпатію, розуміння та підтримку. Соціальні відносини також можуть слугувати джерелом натхнення та мотивації, допомагаючи долати труднощі та досягати поставлених цілей.

4. **Значущість (Meaning).** Значущість у житті пов'язана з відчуттям мети та сенсу. Це може бути досягнуто через участь у чомусь більшому, ніж сама людина, наприклад, релігійні вірування, благодійність, кар'єра чи особисті цілі. Відчуття, що твоє життя має сенс, додає глибини та задоволення. Селігман стверджує, що люди, які знаходять значущість у своєму житті, відчувають себе більш задоволеними та щасливими. Це може включати в себе роботу на благо інших, участь у волонтерських проектах, підтримку екологічних ініціатив чи навіть особисте самовдосконалення. Значущість допомагає людям переживати труднощі та долати виклики, адже вони знають, що їхні зусилля мають сенс і мету.
5. **Досягнення (Accomplishment).** Досягнення включають в себе прагнення до успіху, досягнення цілей та відчуття компетентності. Це не тільки просягнення матеріальних чи професійних цілей, але й особисті досягнення, які приносять відчуття гордості та задоволення. Селігман підкреслює важливість встановлення та досягнення цілей, які відповідають особистим цінностям та інтересам. Досягнення можуть включати в себе навчання новим навичкам, реалізацію творчих проектів, спорт або навіть маленькі щоденні успіхи. Важливо не тільки досягати поставлених цілей, але й насолоджуватися процесом їх досягнення, що приносить відчуття виконаного обов'язку та самореалізації.

Мартін Селігман є одним із засновників позитивної психології, яка зосереджена на вивченні того, що робить життя вартим для життя. Вона вивчає позитивні аспекти людського життя, такі як радість, оптимізм, стійкість, співчуття та духовність. Позитивна психологія не тільки допомагає людям

краще розуміти себе та свої потреби, але й пропонує практичні методи для покращення якості життя та досягнення щастя. Ця галузь досліджує, як позитивні емоції та відчуття задоволення впливають на загальний добробут та якість життя людини.

Теорія добробуту Селігмана не тільки теоретична, але й має практичне застосування. Вона використовується для розробки програм та інтервенцій, спрямованих на підвищення рівня щастя та добробуту людей. Це включає навчальні програми, терапевтичні методи та корпоративні тренінги. Наприклад, багато організацій використовують принципи позитивної психології для покращення робочого середовища, підвищення продуктивності та задоволеності працівників. Освітні заклади впроваджують ці методи для підтримки психологічного здоров'я студентів і підвищення їхнього академічного успіху.

Тим не менш, кожна людина може мати різний баланс цих п'яти компонентів, і важливо зрозуміти, які аспекти є найбільш значущими для кожного індивіда. Це дозволяє розробити індивідуальний підхід до досягнення добробуту. Селігман підкреслює, що універсального рецепту щастя не існує, і кожна людина повинна знайти свій власний шлях до добробуту. Важливо експериментувати з різними підходами, знаходячи ті, які найбільше відповідають особистим потребам та бажанням.

1.2 Культурні практики досягнення щастя

Історично досягнення щастя опосередковується соціокультурним середовищем. Так, наприклад, приналежність до соціальної групи має значний вплив на рівень щастя індивіда, оскільки такі спільноти забезпечують відчуття приналежності, підтримки та можливості для самовираження. Це особливо важливо для молоді, яка часто шукає способи знайти своє місце в суспільстві та визначити свою унікальну особистість. Соціокультурні практики, що

існують в межах субкультурних спільнот, відіграють ключову роль у формуванні колективного щастя мікросоціумів та індивідів.

З точки зору Роберта Мертона, належність до соціальної групи може бути розглянута через призму його теорії соціальної структури та аномії. Мертон наголошував, що індивіди прагнуть досягти культурно визначених цілей, проте не завжди мають доступ до легітимних засобів їх досягнення. У цьому контексті соціальні групи, включаючи субкультури, можуть запропонувати альтернативні шляхи для досягнення цих цілей, надаючи індивідам почуття приналежності та підтримки. Спільноти стають платформою, де люди можуть реалізовувати свої прагнення через прийнятні в межах групи соціальні норми і практики, що дозволяє уникати почуття ізоляції та фрустрації.

Субкультури, зокрема клубна культура, є яскравим прикладом таких спільнот. Вони пропонують індивідам можливість приєднатися до групи однодумців, що поділяють схожі інтереси та цінності. Клубна культура, як субкультура, створює альтернативне середовище, де люди можуть відчувати себе частиною більшої спільноти, знаходячи підтримку та можливості для самовираження. Вони забезпечують простір, де індивіди можуть експериментувати з ідентичністю, вільно виражати свої емоції та взаємодіяти з іншими, що сприяє підвищенню рівня суб'єктивного щастя.

Залученість до клубної культури також дозволяє молоді знайти своє місце в суспільстві, допомагаючи їм визначити свою унікальну особистість через соціальні взаємодії та колективні переживання. Такі практики, як участь у музичних фестивалях, танцювальних вечірках та інших клубних заходах, сприяють формуванню відчуття приналежності та колективного щастя, зміцнюючи соціальні зв'язки і підтримуючи емоційний добробут.

Таким чином, з точки зору теорії Мертона, клубна культура та інші субкультури відіграють важливу роль у задоволенні соціальних та емоційних потреб індивідів, пропонуючи альтернативні шляхи досягнення щастя та

гармонії через спільні цінності, норми та практики. Це підкреслює значення соціальної підтримки та приналежності до спільноти як ключових факторів у досягненні суб'єктивного благополуччя та колективного щастя.

Соціокультурне середовище впливає на досягнення щастя різними способами. Наприклад, в межах соціальних груп індивіди знаходять підтримку та відчуття приналежності, що значно підвищує їхній рівень щастя. Молодь, яка шукає своє місце в суспільстві та визначення своєї унікальної особистості, знаходить у цих спільнотах важливу підтримку. Практики субкультурних спільнот формують колективне щастя мікросоціумів та індивідів.

Роберт Мертон у своїй теорії соціальної структури та аномії наголошував, що належність до соціальної групи може бути розглянута через прагнення індивідів досягти культурно визначених цілей. Відсутність доступу до легітимних засобів досягнення цих цілей часто компенсується альтернативними шляхами, які пропонують субкультури, надаючи індивідам почуття приналежності та підтримки. Спільноти стають платформою для реалізації прагнень через соціальні норми і практики групи, що допомагає уникати ізоляції та фрустрації.

Клубна культура як приклад субкультури забезпечує альтернативне середовище для індивідів, де вони можуть відчувати себе частиною більшої спільноти. Вони знаходять підтримку, можливості для самовираження, експериментування з ідентичністю, що сприяє підвищенню рівня суб'єктивного щастя. Молодь, залучена до клубної культури, через соціальні взаємодії та колективні переживання визначає свою унікальну особистість, зміцнює соціальні зв'язки і підтримує емоційний добробут.

Отже, з точки зору Мертона, клубна культура та інші субкультури задовольняють соціальні та емоційні потреби індивідів. Вони пропонують альтернативні шляхи досягнення щастя через спільні цінності, норми та практики. Це підкреслює значення соціальної підтримки та приналежності до

спільноти як ключових факторів у досягненні суб'єктивного благополуччя та колективного щастя.

Висновки до Розділу 1

Отже, з точки зору Е. Гідденса і Г. Зіммеля, для досягнення справжнього щастя важливо критично ставитися до зовнішніх стандартів, адже вони можуть бути нав'язаними культурним контекстом, в якому людина знаходиться, та не відповідати внутрішнім потребам людини. Натомість, варто зосередитися на внутрішньому розумінні себе. Це включає в себе розвиток навичок саморефлексії та критичного мислення, а також готовність до постійного самовдосконалення і зміни власних переконань. Важливо знайти баланс між особистими амбіціями та соціальними вимогами, щоб сформувати розуміння власної ідентичності, яка буде дійсно підходити людині.

Теорія добробуту Мартіна Селігмана пропонує комплексний підхід до розуміння та досягнення щастя. Вона підкреслює важливість позитивних емоцій, залученості, значущих відносин, сенсу життя та досягнень. Ця теорія стала основою для багатьох досліджень та практик у галузі позитивної психології і продовжує впливати на методи покращення добробуту людей по всьому світу. Вона надає людям інструменти та методи для кращого розуміння себе, своїх потреб та шляхів досягнення гармонії та задоволення в житті. Позитивна психологія і теорія добробуту Селігмана є потужними засобами для створення більш щасливого та змістовного життя, допомагаючи людям розкривати свій потенціал і знаходити радість у щоденних моментах.

За Селігманом, оптимальне благополуччя досягається, коли індивід втілює у своєму житті всі три рівні щастя: відчуває позитивні емоції, залучений у захоплюючі діяльності, і живе життям, що має сенс. Таке поєднання приносить найбільш глибоке та стійке відчуття щастя та задоволеності.

2. ПРАКТИКИ ДОСЯГНЕННЯ ЩАСТЯ У КЛУБНІЙ КУЛЬТУРІ

2.1 Клубна культура: сутність, розвиток, особливості

Клубна культура, яка займає значуще місце в сучасних культурних та соціальних процесах, має довгу історію, що виходить корінням у ранній ХХ століття. Розуміння історичних та соціологічних передумов її формування допоможе нам краще усвідомити, як клубна культура впливає на сучасність та які соціальні функції вона виконує.

Клубна культура почала формуватися у 1920-х роках у великих містах США та Європи, зокрема у Нью-Йорку та Берліні, де перші нічні клуби стали притулком для маргіналізованих спільнот, таких як ЛГБТ-спільнота, які шукали безпечне місце для соціального взаємодії та самовираження. Такі клуби, як знаменитий "Коттон Клуб" у Гарлемі, стали культурними центрами, де відбувалося формування нових музичних та танцювальних стилів.

У 1960-х до 1980-х роках, з розвитком рок-н-ролу та психоделічної музики, клубна культура почала асоціюватися не лише з танцями, а й з музичними виступами, що дозволяли молоді виразити свій протест проти консервативних соціальних норм та цінностей. Рок-н-рол, який набрав популярності в 1950-х роках і продовжив розвиватися в 1960-х, став символом молодіжної культури і бунту. Музиканти, такі як Елвіс Преслі, Чак Беррі та Літл Річард, використовували музику як засіб для вираження незадоволення молоді соціальними обмеженнями. Клуби та концертні зали стали місцем, де молодь могла зібратися, танцювати і відчувати себе вільними від консервативних норм своїх батьків.

У 1960-х роках психоделічна музика, представлена такими гуртами, як The Beatles, The Doors і Pink Floyd, додала новий вимір до клубної культури. Ця музика була тісно пов'язана з контркультурою, рухом хіпі та експериментами з психоделічними речовинами. Клуби, як-от легендарний

Fillmore в Сан-Франциско, стали центрами музичних експериментів і соціальних змін. Виступи часто супроводжувалися світловими шоу і візуальними ефектами, що створювало унікальну атмосферу і сприяло поширенню нових ідей про свободу, любов та мир.

Клуби стали майданчиком для вираження протесту проти війни у В'єтнамі, расової дискримінації та інших соціальних проблем. Музика, танці та атмосфера клубів сприяли формуванню нової культурної ідентичності, що відкидала традиційні ієрархії і соціальні норми. Молодь використовувала клуби як місце для обговорення політичних і соціальних питань, організації протестів та мобілізації спільнот.

Соціологічно, клубна культура відіграє роль альтернативного простору, де можливе відкидання традиційних ієрархій та соціальних норм. У цьому контексті клуби стають місцем, де люди можуть експериментувати з різними формами самовираження, звільняючись від обмежень, накладених суспільством. Вони функціонують як лабораторії, де випробовуються нові ідеї про гендер, сексуальність і національність, що дозволяє учасникам переосмислити свою ідентичність та взаємовідносини з іншими. Клуби створюють середовище, де панує атмосфера відкритості та інклюзивності, сприяючи розвитку більш гнучких і динамічних соціальних відносин.

Також клуби є місцем для формування спільнот, заснованих не на професійних чи сімейних зв'язках, а на спільних інтересах та ідеях. Це означає, що люди об'єднуються на основі музичних уподобань, художніх експериментів або спільних культурних практик. Така спільнота може забезпечити відчуття приналежності та підтримки, яке важко знайти в інших соціальних контекстах. Учасники клубної культури часто створюють тісні зв'язки, які виходять за рамки клубу, впливаючи на їхнє повсякденне життя і соціальні мережі.

Клубна культура не лише відображає, а й формує соціальні зміни, демонструючи, як культурні практики можуть впливати на соціальну

структуру і відносини. Вона слугує каталізатором змін, сприяючи переоцінці соціальних норм та відкриваючи нові можливості для самовираження. Наприклад, через музику, танці та мистецтво клуби можуть кидати виклик традиційним уявленням про маскуліність і фемініність, створюючи простір для більшої гендерної гнучкості та експериментів. Це може мати глибокий вплив на ширше суспільство, сприяючи більшому прийняттю різноманітності та інклюзивності.

Крім того, клубна культура може сприяти розвитку нових форм політичної активності та соціальної мобілізації. У клубах можуть виникати нові соціальні рухи та ініціативи, спрямовані на вирішення проблем дискримінації, соціальної несправедливості та інших важливих питань. Це місце, де люди можуть обговорювати ідеї, організовувати акції та створювати мережі підтримки, що сприяють позитивним соціальним змінам.

Таким чином, клубна культура виконує багатогранну роль у сучасному суспільстві. Вона не лише пропонує простір для відпочинку та розваг, але й є важливим інструментом соціальних змін. Клуби слугують місцем, де люди можуть експериментувати з новими ідеями, формувати нові спільноти та впливати на соціальні структури і відносини. Це робить клубну культуру важливим феноменом для розуміння сучасних соціальних процесів і змін.

Перехід клубної культури в сьогодення ознаменований значними змінами, які вплинули не тільки на самі клуби та їхні відвідувачів, а й на ширший соціокультурний ландшафт. Це перетворення проявилось в технологічних інноваціях, глобалізації та зміні соціальних норм, кожен з яких відіграє важливу роль у формуванні сучасних культурних практик.

Поширення цифрових технологій та Інтернету значно спростило доступ до клубної музики та культури. Стрімінгові сервіси, соціальні медіа та музичні платформи дозволили людям з усього світу відкривати та ділитися музикою, розширюючи вплив клубної культури далеко за межі традиційних нічних

клубів. Це сприяло створенню глобальної клубної спільноти, де культурні та музичні впливи перетинаються, формуючи нові субкультури та ідентичності.

Клубна культура стала міжнародною, з поширенням клубів, які “імпортують та експортують” культурні впливи через діджеїв, промоутерів та відвідувачів, які подорожують між країнами. Фестивалі електронної танцювальної музики, які проводяться по всьому світу, стали культурними подіями, що залучають тисячі учасників і сприяють культурному обміну. Наприклад, фестиваль Tomorrowland в 2005 році залучив 9 000 учасників, серед яких 1000 були з інших країн, а в 2019 році - 400 000 учасників, серед яких 200 000 були з інших країн (ріст від 1.11% до 50%) [16,17].

Це робить клубну культуру важливим елементом сучасного простору формування культурних тенденцій, де взаємодії відбуваються не тільки на музичному, але й на культурному рівні.

Клубна культура часто виступає як арена для вираження альтернативних життєвих стилів та ідентичностей, ставлячи під сумнів традиційні соціальні норми. В тому числі, вона стала, і залишається по цей день простором для експериментів із гендерними ролями, сексуальністю та відносинами. Яскравими прикладами таких клубних просторів є такі клуби як Berghine та Kit-Kat (Берлін), або клуб без назви, який в ком'юніті прийнято називати просто “Кирилівська”, або “К41”, Що знаходиться за адресою Вул Кирилівська 41, Київ. Зокрема, ЛГБТ+ спільноти знайшли в клубній культурі безпечне місце для самовираження та підтримки. Це не лише зміцнює спільноти, а й впливає на ширше суспільне визнання та прийняття різноманітності.

Загалом, клубна культура пропонує багатий і різноманітний простір для дослідження і розвитку ідентичності. Вона дозволяє індивідам не тільки відчувати себе "іншими", але й приймати ці нові ролі як частину свого постійного самовдосконалення і самопізнання. Через цей процес люди можуть краще зрозуміти себе і своє місце в світі, а також створити більш автентичні та задовільні соціальні зв'язки. Усе це сприяє глибшому розумінню того, як

клубна культура впливає на індивідуальне та колективне щастя, створюючи умови для більш різноманітного і толерантного суспільства.

Культурні практики, поширені в клубкультурному середовищі, у свою чергу, пропонують учасникам спільноти широкий спектр короткострокових моментів насолоди, так само як і простір для знаходження стану потоку - адже в ком'юніті часто знаходяться нові ідеї та можливості для самореалізації.

2.2 Практики досягнення щастя у клубній культурі

Клубна культура, яка постійно розвивається і адаптується до змінюваних суспільних умов та технологій, охоплює велику різноманітність культурних практик, виходячи за рамки простих розваг. Ці практики включають музичні стилі, танцювальні напрямки, моду, ритуали та соціальні взаємодії, кожен з яких має своє особливе значення та функції в межах спільноти. Тут ми детально розглянемо ключові практики клубної культури, аналізуючи, як вони формують ідентичність та соціальну поведінку її учасників, а також як вони можуть бути пов'язані із досягненням щастя.

1. Музика і танці

Основою клубної культури є музика. Вона не лише створює належну атмосферу, а й виступає як магніт, який притягує людей зі спільними музичними смаками. Різні жанри, такі як електроніка, хаус, техно, транс, хіп-хоп, драм-енд-бейс, ідентифікують не лише стилі музики, але й типи клубних заходів, від андерграундних рейвів до більш комерційних клубних ночей.

Танці як частина клубної культури використовуються не тільки як спосіб руху під музику, але й як засіб виразу особистості та емоцій. Танці можуть варіюватися від формально визначених стилів, таких як брейк-данс або вогінг до вільного стилю, що дозволяє кожному учаснику створювати власні рухи на льоту. Танець - це процесуальна практика, яка надає можливість поринути в

біля-медетативний стан, в якому вся концентрація індивіда спрямована на “тут і зараз”. Танець, як практика, може бути розглянутим і як задоволення, і як стан потоку.

Танець як рефлексія ідентичності (За Гідденсом). Танець як практика часто відіграє свою роль у процесі винаходження та кращого розуміння власної ідентичності. В процесі руху індивіди мають можливість приміряти на себе різні образи, та віднайти стилі, що більш за все підходить та проявляє людину. А отже танець як практика може стати інструментом досягнення усвідомлення власного “я”, що, згідно теорії Ентоні Гідденса є обов’язковою складовою у процесі досягнення індивідуального щастя в наші дні.

Танець як задоволення (за Селігманом). Танці приносять безпосереднє фізичне та емоційне задоволення, яке пов’язане з рухом під музику. Фізична активність під час танців активує вироблення ендорфінів, що є природними "гормонами щастя", які знижують рівень стресу та покращують настрій. Емоційне задоволення від танцю виникає через можливість виразити себе, свої почуття та емоції через рух. Це створює відчуття свободи і радості, яке є важливим аспектом суб'єктивного благополуччя.

Танець як стан потоку (за Селігманом). Танці можуть сприяти досягненню стану "поток" (flow), коли індивід повністю занурюється в діяльність, забуваючи про час і обставини. Стан "поток" характеризується повною концентрацією і втратою почуття часу, що приносить глибоке задоволення. У цьому стані людина відчуває гармонію з собою та світом, що значно підвищує рівень щастя. Танці, як форма мистецтва та самовираження, можуть стати ідеальним засобом досягнення цього стану, оскільки вони вимагають повної віддачі та концентрації. Зрозуміло, що стан потоку, отриманий під час танця не є довготривалим, і продовжується тільки під час виконання цієї дії. Проте навіть короткотривале перебування в такому стані може спричинити емоційне розвантаження та погражити загальний емоційний стан людини.

2. Мода

Мода в клубній культурі — це не просто одяг, а засіб самовираження та ідентифікації. Від екстравагантних костюмів на рейвах до більш стриманих та стильних нарядів у лаунж-барах, мода може слугувати як знак приналежності до певної групи, вияву особистої індивідуальності, та часто - соціального протесту. Мода також відіграє роль у створенні атмосфери подій, де одяг стає частиною загального візуального і культурного контексту, а отже, часто заходи мають певний, дуже жорсткий дрес-код.

Мода як рефлексія власної ідентичності. Мода в клубах може розглядатися як один із засобів, який сприяє рефлексивному проекту самоідентичності. Одяг і стиль, який люди вибирають для відвідування клубів, є виразом їхньої особистості та соціальної ролі. Участь у модних трендах дозволяє індивідам експериментувати зі своєю ідентичністю, виразити свою індивідуальність та належність до певної субкультури. Гідденс підкреслював важливість ритуалів у стабілізації самоідентичності, і мода може слугувати таким ритуалом. Вибір одягу для клубу є не лише повсякденною практикою, але й значущим ритуалом, що підсилює емоційний добробут та впевненість у собі.

Мода як задоволення. Мода в клубах приносить безпосереднє фізичне та емоційне задоволення, пов'язане з почуттям краси, стилю та самовираження. Вибір одягу та аксесуарів для клубу дає можливість експериментувати зі своїм образом і знаходити нові способи виразити себе. Це створює відчуття задоволення від власного вигляду, підвищує самооцінку та приносить радість. Емоційне задоволення також пов'язане з позитивною реакцією інших людей на ваш стиль, що підсилює почуття прийняття і соціальної підтримки.

Мода як стан потоку. Мода в клубах може сприяти досягненню стану "поток" (flow), коли індивід повністю занурюється у процес підготовки до виходу та саму соціальну взаємодію в клубі. Стан "поток" характеризується повною концентрацією на завданні та втратою почуття часу, що приносить

глибоке задоволення. У цьому стані людина відчуває гармонію з собою та своїм оточенням, що значно підвищує рівень щастя. Підготовка до клубного виходу та вибір одягу та аксесуарів стає певним ритуалом, який сам по собі, а також у комбінації з процесами соціальної взаємодії, та комунікації з іншими учасниками спільноти через образи можуть бути настільки захоплюючими, що створюють цей стан залученості.

Звичайно, як і у випадку з танцем, цей стан залученості є тимчасовим, і не розповсюджується на щоденне життя індивіда, якщо тільки індивід не є професійно залученим в індустрію, проте навіть короткострокове перебування у стані потоку сприяє загальному покращенню стану буття.

3. Споживання наркотичних речовин, алкоголю та нікотину

У клубній культурі споживання алкоголю, нікотину і наркотиків часто вважається частиною нічного досвіду. Ці речовини можуть використовуватися для посилення відчуття ейфорії, що виникає внаслідок танцювальної активності та музики. Однак, це також може вести до зловживань і здоров'язних проблем, які часто ігноруються або романтизуються в рамках клубної культури. Романтизація таких звичок, як паління, пиття алкоголю, або вживання наркотиків, зображується як протест проти соціальних норм та відмова від консервативних цінностей, що сприймається як свобода і незалежність.

Споживання як рефлексія власної ідентичності. Практика споживання алкоголю та наркотичних речовин у клубах може розглядатися як спосіб експериментування з самоідентичністю та соціальними ролями. Споживання таких речовин часто асоціюється з бажанням відчути себе частиною певної групи або субкультури, а також з пошуком нових переживань та емоцій. Гідденс підкреслює важливість ритуалів у стабілізації самоідентичності, і споживання алкоголю або наркотичних речовин може слугувати таким ритуалом, який створює відчуття належності до групи та забезпечує емоційний відгук. Однак, ця практика може мати як позитивні, так і негативні

наслідки для самоідентичності, залежно від контексту та інтенсивності споживання. З одного боку, деякі наркотичні речовини можуть допомогти індивідам справлятися зі складними станами, а також дивитися на себе й на світ навколо під іншим кутом сприйняття, що може розширити або змінити концепцію власного сприйняття в світі. Наприклад, дослідження, проведене під керівництвом Робіна Кархарт-Харріса та опубліковане в “The Lancet Psychiatry” у 2016 році, досліджувало вплив псилоцибіну на пацієнтів з резистентною до лікування депресією. У дослідженні взяли участь 12 пацієнтів, які отримали дві дози псилоцибіну під наглядом психотерапевтів. Результати були вражаючими: більшість учасників відзначили значне зменшення симптомів депресії вже через тиждень після прийому першої дози, а цей ефект зберігався протягом трьох місяців спостереження. Пацієнти описували глибокі зміни у сприйнятті себе та світу, включаючи відчуття більшої гармонії, зменшення егоцентричних думок та підвищення усвідомленості. Також повідомлялося про покращення емоційної рівноваги, зменшення тривожності та збільшення здатності до самоаналізу і рефлексії. Водночас, регулярне вживання наркотичних речовин призводить до дестабілізації нервової системи, і у випадках з деякими наркотиками - до залежності, що згодом веде до дестабілізації спільноти. Прикладом цього є дослідження, проведене Національним інститутом зловживання наркотиками (NIDA), яке виявило, що тривале вживання таких речовин, як амфетаміни, кокаїн та опіати, призводить до значної дестабілізації нервової системи. Це проявляється в порушеннях функцій мозку, зокрема в когнітивних, емоційних і поведінкових сферах. Більше того, деякі наркотики викликають сильну залежність, що змушує індивідів продовжувати їх вживати незважаючи на шкідливі наслідки.

Споживання як задоволення. Споживання алкоголю та наркотичних речовин може приносити безпосереднє фізичне та емоційне задоволення, пов'язане з їхнім впливом на організм. Алкоголь і деякі наркотичні речовини

можуть викликати відчуття ейфорії, розслаблення та зниження тривожності. Це створює відчуття тимчасового задоволення та піднесення настрою. Емоційне задоволення від споживання таких речовин також може бути пов'язане з можливістю втечі від стресів повсякденного життя та створенням більш розкутої атмосфери для соціальної взаємодії. Проте, важливо зазначити, що таке задоволення часто є короткочасним і може супроводжуватися негативними наслідками для здоров'я та психіки.

4. Соціальні взаємодії

Клуби є не просто місцями для танців та розваг, але й центрами соціального життя. Вони надають платформу для зустрічей та взаємодій, де люди можуть зустрічатися, обмінюватися ідеями та емоціями. Соціальні зв'язки, що формуються у клубах, часто переростають у міцні дружні або навіть романтичні стосунки.

Клубна культура також включає в себе унікальні форми взаємодії, такі як специфічні привітання, обійми та інші невербальні жести, які можуть варіюватися від одного співтовариства до іншого. Ці взаємодії підсилюють відчуття єдності та спільноти серед учасників.

Спільнота, що відкривається для учасників клубної культури часто стає простором генерації унікального контексту, більш відкритого до спілкування. Саме по собі ком'юніті, що присутнє в клубних просторах зазвичай має дуже високий рівень довіри між індивідами, що значно полегшує процес щирого та відкритого спілкування з новими, навіть не знайомими людьми.

Соціальні взаємодії як рефлексія власної ідентичності. Ентоні Гідденс акцентував увагу на понятті "самоідентичності" та рефлексивності в сучасному суспільстві. Соціальні взаємодії в клубах можна розглядати як практику, яка сприяє рефлексивному проекту самоідентичності. Участь у соціальних взаємодіях в клубах дозволяє індивідам експериментувати з ідентичністю, виявляти свої соціальні ролі та творчість через спілкування. Гідденс також підкреслював важливість соціальних рутин і ритуалів, які

допомагають стабілізувати самоідентичність. Соціальні взаємодії в клубах як регулярна практика можуть слугувати таким ритуалом, що сприяє емоційному добробуту та стійкості особистості. Спілкуючись у клубах, людина може знаходити своє місце в соціальній структурі, розширювати своє соціальне коло та відчувати підтримку, що є ключовим для формування стійкої самоідентичності.

Соціальні взаємодії як задоволення. Соціальні взаємодії в клубах приносять безпосереднє фізичне та емоційне задоволення, яке пов'язане з комунікацією та спільним проведенням часу. Фізична присутність серед однодумців, можливість обмінюватися енергією та емоціями сприяє виробленню ендорфінів, що є природними "гормонами щастя", які знижують рівень стресу та покращують настрій. Емоційне задоволення від соціальних взаємодій виникає через можливість обмінюватися думками, почуттями та досвідом з іншими. Це створює відчуття прийняття, підтримки і радості, яке є важливим аспектом суб'єктивного благополуччя.

5. “Примірка ідентичностей”. Феномен сприйняття себе "іншими" є складним і багатогранним аспектом людської психології, який відіграє важливу роль у формуванні ідентичності. Це явище особливо виразно проявляється в межах клубної культури, де індивіди часто шукають нові способи самовираження та соціальної інтеграції. Клубна культура створює унікальний простір, де учасники можуть експериментувати з різними аспектами своєї особистості, взаємодіючи з іншими, хто поділяє їхні інтереси та цінності.

У клубній культурі людина має можливість відчути себе "іншою" в різних сенсах. По-перше, вона може відчути себе частиною альтернативної спільноти, яка відрізняється від домінуючої соціальної групи. Це може бути привабливим для тих, хто відчуває себе ізольованим або незадоволеним у традиційних соціальних структурах. Клуби часто функціонують як місця, де

можна звільнитися від звичних ролей і очікувань, прийняти нові стилі поведінки та відкрити нові аспекти своєї ідентичності.

По-друге, клубна культура дозволяє індивідам грати з різними ідентичностями і перевіряти, як вони сприймаються іншими. Це створює простір для соціального експериментування, де люди можуть носити незвичний одяг, приймати нетипові ролі та взаємодіяти з іншими в нових контекстах. Через такі взаємодії вони можуть отримати зворотній зв'язок, який допомагає їм краще зрозуміти, як їх бачать інші та як вони самі бажають бути сприйнятими.

Учасники клубної культури часто використовують цей простір для боротьби зі стереотипами та соціальними обмеженнями. Вони можуть створювати нові, більш прийнятні для себе образи, які не відповідають традиційним соціальним очікуванням. Це може включати в себе порушення гендерних норм, експерименти з сексуальною орієнтацією або культурними ідентичностями. Такі дії можуть бути як особистим протестом проти соціальної несправедливості, так і способом знайти більш автентичне самовираження.

Клубна культура також сприяє формуванню колективної ідентичності через спільні переживання та ритуали. Музика, танці та інші форми спільного проведення часу допомагають учасникам відчувати себе частиною більшої групи, що поділяє їхні цінності та переконання. Це створює відчуття спільності і підтримки, яке може бути важливим для індивідів, що шукають своє місце в світі.

Однак феномен “примірки ідентичностей” в клубній культурі має і свої виклики. Іноді бажання відповідати певному образу або стереотипу може призводити до внутрішніх конфліктів і стресу. Люди можуть відчувати тиск з боку своїх однолітків, щоб відповідати певним очікуванням, що може суперечити їхнім справжнім бажанням і відчуттям себе. Така дисонансність може викликати почуття неавтентичності і незадоволення.

Висновки до Розділу 2

Клубна культура сьогодні відіграє роль не тільки у розвазі, але й у формуванні культурних та соціальних дискурсів. Вона стимулює соціальну зміну, підтримує культурне розмаїття та служить дзеркалом ширших суспільних змін. Вивчення цієї культури важливе для розуміння сучасних суспільних процесів, в яких культура і суспільство взаємно впливають одне на одного, формуючи нові соціальні структури та ідентичності.

Таким чином, перехід клубної культури в сучасність відзначається її впливом на культурну диференціацію, соціальні норми та глобальний культурний обмін, роблячи її значущим елементом сучасного соціокультурного контексту.

Приналежність до клубної культури не тільки забезпечує соціальну інтеграцію, але й сприяє розвитку індивідуальних навичок самоусвідомлення та особистісного зростання. Учасники можуть використовувати цей простір для експериментів з різними аспектами своєї особистості, що сприяє глибшому розумінню себе та своїх потреб. Цей процес самовизначення та самопізнання є важливим компонентом досягнення внутрішньої гармонії та щастя. Водночас, клубна культура часто відкидає традиційні соціальні ієрархії та норми, що створює умови для більш рівноправних та відкритих взаємодій. Це сприяє формуванню нових соціальних зв'язків, заснованих на спільних інтересах та цінностях, а не на соціальних статусах чи професійних ролях. Таке середовище сприяє розвитку інклюзивності та прийняття різноманітності, що позитивно впливає на загальний рівень щастя спільноти. Враховуючи ці аспекти, стає зрозумілим, що клубна культура не лише відображає існуючі соціальні тенденції, але й активно формує нові. Вона створює простір для інновацій у сфері соціальної взаємодії, що може мати довготривалі впливи на ширше суспільство. Таким чином, дослідження впливу

клубної культури на індивідуальний та колективний добробут є важливим кроком до розуміння сучасних соціальних процесів.

Музика, танці та спільні заходи сприяють створенню емоційних зв'язків між учасниками, що підсилює відчуття спільності та взаємної підтримки. Учасники клубної культури часто зазначають, що ці практики допомагають їм почуватися більш розслабленими, щасливими та відкритими до нових соціальних зв'язків. Крім того, такі спільноти стають місцем для розвитку нових форм соціальної взаємодії та підтримки, що є важливим для колективного добробуту. Практична частина цього дослідження має на меті відповісти на кілька ключових питань: якою є мотивація індивіда щодо приналежності до клубної спільноти; як приналежність до клубної культури впливає на рівень щастя людини; чи вважають індивіди, що вони знають себе достатньо та сформували чітке розуміння власної ідентичності, яке є необхідним для досягнення щастя. Ці питання допоможуть виявити основні фактори, що сприяють особистісному та колективному добробуту в межах клубної культури, та нададуть цінну інформацію для подальшого вивчення цього феномену.

3 ЗВ'ЯЗОК ДОСЯГНЕННЯ ЩАСТЯ І ПРАКТИК КЛУБКУЛЬТУРИ ОЧИМА ЇЇ ПРЕДСТАВНИКІВ

3.1 Клубкультурні практики досягнення щастя в реальному житті

У дослідженні було прийняте рішення застосувати якісні методи соціологічного аналізу, оскільки вони надають можливість детально вивчити складні та багатогранні аспекти клубної культури, які важко досягнути за допомогою кількісних методів. Для досягнення цієї мети ми провели серію з 9 інтерв'ю, залучивши інформантів, які активно беруть участь у клубному житті, а саме:

- відвідують клуб не рідше, ніж 2 рази на місяць;
- оцінюють значимість відвідання клубу у своєму житті як високу (самооцінка за питанням-фільтром перед початком інтерв'ю).

Проведені інтерв'ю допомогли нам отримати глибокі інсайти та зрозуміти, як учасники клубної культури самі сприймають свою участь у ній, які значення вони надають своїм діям та як ці дії впливають на їхнє відчуття щастя та задоволеність життям.

Під час формулювання питань для гайду інтерв'ю ми зосередилися на тих ключових темах, які були напрацьовані за підсумками роботи над теоретичною частиною роботи: соціальні взаємодії, мода, танці, музика, споживання алкоголю і наркотичних речовин, загальна значущість спільноти для її представників та вплив спільноти та клубкультурних практик на рівень щастя інформантів (див. Додаток). Під час інтерв'ю ми могли розширювати розгляд конкретної теми за допомогою уточнюючих питань, тому розглядаємо його як напівструктуроване. Кожна з тем була розглянута в контексті особистого досвіду інформантів, що дозволило нам отримати детальну картину їхньої участі у клубному житті та зрозуміти, які фактори сприяють або перешкоджають їхньому відчуттю благополуччя в цій спільноті. Ці

інтерв'ю дозволили нам зібрати цінні дані про їхній досвід та відчуття приналежності до цієї спільноти.

Дослідження не лише розкриває важливі аспекти клубної культури, але й відкриває нові напрямки для подальших досліджень у цій галузі, сприяючи кращому розумінню ролі культурних практик у досягненні щастя.

1. Танець та музика

Інтерв'ю розкривають глибину досвіду людей, залучених у клубну культуру, зокрема через призму практик танцю та музики. Згідно з цими даними, танці в клубах можуть приносити людям значну насолоду. Танець як практика, згідно із думкою інформантів може позитивно впливати на стан через дуже різні прояви. Для когось сам момент руху та вільного танцю є насолодою.

«Я точно танцюю, бо я обожнюю танцювати. Власне, в принципі, мені інколи здається, що мені достатньо просто прийти, потанцювати три години і піти додому» (Світлана, 28, гість).

«Просто потанцювати. Це кайф! Це весело, це добре, є приємна компанія, це вибір з емоцій. А про що ще можуть бути танці? Танці — це про радість» (Саша, 30, директорка клубу),

Ці цитати підкреслюють фізичне та емоційне задоволення від танцю, свідчить про радість і задоволення від танцювальної діяльності. Інформанти говорять, що танці допомагають їм виплеснути емоції, як негативні, так і позитивні.

«Я розумію, що я прийду на техно і з цими усіма бідами я можу виплеснути всі свої емоції, всю свою злість, він негатив... я ось зараз в останні сили дожимаю на цьому класному техно, всю себе, всі хороші емоції виплескую, їду додому спати, набиратися нових сил» (Лера, 18, гість).

Практика танцю також поєднує людей на танцполі, створюючи невербальне відчуття розуміння та зв'язку один з одним. Крім безпосереднього задоволення від руху танець також дає насолоду від відчуття єдності.

«Ну, перше, там це відчувається якась єдність, так, з групою приємних людей... Ця єдність, окрім того, хороша музика, я отримую від неї задоволення. Ну і від руху саме» (Рома, 30, гість),

Що стосується стану "поток" (flow), кілька інформантів підтверджують, що танці можуть викликати цей стан. Описуючи його схожим на медитація, інформанти кажуть, що протягом танця вони відчувають повну концентрацію на процесі, забуваючи про все інше.

«Танець, це більше така медитативна штука, це коли ти можеш повністю відволіктися від діалогу, як внутрішнього, так і зовнішнього... Це коли грає улюблений артист, або улюблена музика» (Олексій, 33, саунд-продюсер),

Олексій підкреслює, що він повністю зосереджується на музиці і рухах, що дозволяє йому відволіктися від зовнішнього світу. Тимон також говорить про медитативний стан під час танцю:

«Медитація, це точно. Під наркотиками це 100% медитація, закриваю очі і думаю про все. Думаю, що з'єднуюсь з музикою один до одного» (Тимон, 23, діджей),

підкреслюючи, що закриті очі і повна концентрація на музиці допомагають йому відчути злиття з нею, особливо під впливом наркотичних речовин.. Настя додає:

«Це завжди фізична розрядка дуже хороша. Іноді навіть крпатура буває наступного дня. Але це і емоційно, бо воно тебе звільняє» (Настя, 23, гість),

наголошуючи, що танці дозволяють їй не тільки відчути свободу і відволіктися від буденних турбот, а й мають терапевтичний ефект звільнення від накопичених емоцій та переживань. Олексій зазначає:

«Коли я танцюю... це дуже схоже на стан під час медитації, бо в мене настільки мозок звик вимикатися в такі моменти... Тобто це повністю ти відпускаєш себе, ти рухаєшся так, як ти відчуваєш музику» (Алексія, 21, гість),

що підтверджує відчуття повного занурення і зосередженості на танці. Більше того, така медитативна практика злиття з музикою може позитивно впливати на процес знайомства із собою та самоідентифікації.

Як зазначають інформанти, танець дозволяє прожити емоції, та прорефлексувати їх, а значить - краще зрозуміти та провідчувати їх, що глобально підвищує рівень свідомості та емоційного інтелекту людини, та дозволяє краще зрозуміти власну ініфікацію.

«Рух, він дозволяє просто це все якось пропустити і пережити ці емоції через себе» (Іван, 34, музикант),

що підтверджує, що танець дозволяє переживати емоції, які дає музика, і пропускати їх через себе, що сприяє рефлексії свого стану. Також танець допомагає звернути увагу на власне тіло, та відчутти які в нього є потреби в даний момент. Настя підкреслює:

«Точно про рефлексію свого стану нинішнього. Я починаю відчувати, як зараз почуваю себе в моєму тілі, де я напружена, а де розслаблена» (Настя, 26, івент-продюсер),

що допомагає їй краще зрозуміти свій фізичний і емоційний стан. Алексія також говорить про танці як про спосіб відпускання себе:

«Це дуже схоже на стан під час медитації, бо в мене настільки мозок звик вимикатися в такі моменти... От, і я не знаю, якось синхронізуватися таки з цими процесами, і ось мені саме це подобається» (Алексія, 21, гість),

що допомагає їй відчутти зв'язок з іншими людьми і навколишнім середовищем.

Отже, танці як культурна практика в клубах можуть приносити значну насолоду, сприяти досягненню стану потоку та покращенню розуміння власної ідентичності. Вони забезпечують фізичне та емоційне задоволення, допомагають відволіктися від буденних турбот і глибше відчувати себе і свій стан, сприяючи загальному благополуччю.

2. Мода

Цитати з інтерв'ю про моду в клубах показують різноманіття підходів і відчуттів, які люди асоціюють з цією практикою. Мода може приносити значну насолоду та емоційне піднесення, та занурювати в креативний процес, створення образу для підкорення танцполу. Наприклад, Анастасія зазначає:

«Я завжди, кожен раз, вибираю образ якийсь, завжди різний. Ну я не знаю, я просто дуже люблю яскравий макіяж. І мені подобається підбирати якісь стильні прикольні образи, які ще й мечаться з цим макіяжем, або макіяж з ними мечиться. І це для мене, ну не знаю, це якраз такий прояв себе, самовиявлення, таке самовираження, коли я можу показати себе, плюс розслабитися» (Анастасія, 23, гість).

Це свідчить про те, що мода є важливим засобом самовираження та приносить задоволення від створення і демонстрації свого образу. це допомагає людям відчувати поміченою їх “справжню”, креативну частину. Настя також підтверджує цю думку:

«Кожен день, це дуже важливо. Це важливо. Тобто тут вітально, звичайно. Це точно самовираження. Пробач, що перебила, але настільки мені це важливо! Ну, адреналінчик в мені б'є, трошки мандраж, коли збираюся, це і типу... Адреналін. Я точно відчуваю в цей момент почуття якогось самолюбівання, любові до себе. І це дуже творчий процес.» (Настя, 26, івент-продюсерка).

Вона підкреслює, що створення образу є творчим процесом, який приносить радість і задоволення.

Що стосується розуміння власної ідентичності, мода також відіграє значну роль для деяких людей. Анастасія вказує, що мода є засобом самовираження і допомагає їй показати себе:

«Я дуже люблю яскравий макіяж... І це для мене, ну не знаю, це якраз такий прояв себе, самовиявлення, таке самовираження, коли я можу показати себе» (Анастасія, 23, гість).

Це підтверджує, що мода допомагає людям відчувати себе більш впевнено і комфортно у власній шкірі, адже в контексті клубної культури люди мають можливість проявлення в більше вільному та ширшому спектрі, без необхідності відповідати соціальним стандартам своїм зовнішнім виглядом. Тобто, завдяки цій парктиці, справжнє “я” людини зазнає необхідного визнання. Настя також додає:

«Я по завершенню цього образу я також вдячна: дякую і радію, яка, власне, я прекрасна, і що все вдалося» (Настя, 26, івент-продюсерка),

що підкреслює відчуття задоволення і самоповаги від створення свого образу, та можливості успішно реалізувати задумане.

Водночас, не всі представники спільноти поділяють думку попередніх інформантів. Для багатьох процес обирання образу для вечірки не є значущим. До прикладу, Іван зазначає, що для нього мода не є головним аспектом відвідування клубу:

«Тільки якщо я знаю, що на вході в клуб буде Дрескод, тоді я шукаю образ, який буде відповідати. Просто це як право на вхід. А так, щоб спеціально якимось наряджатися, якщо це немає такого, скажімо, обов'язку, то в принципі ні я приходжу в тому в чому я ходжу завжди, в тому що мені комфортно» (Іван, 34, музикант).

Він підкреслює, що для нього комфорт і відсутність обов'язку дотримуватися певного стилю важливіші за процес створення образу.

Загалом, спостерігається тенденція, що обрання образу для вечірки є популярнішою практикою серед представниць жіночої статі, однак Алексія, з

іншого боку, зазначає, що для неї мода не є такою важливою частиною клубної культури:

*«Я знаю, що є такі люди, для яких це окремий ритуал, і це для них важливо. Я нікого так не робила. І в мене немає такої потреби»
(Алексія, 21, гість),*

що свідчить про різноманіття підходів до моди в клубах.

Отже, мода як культурна практика в клубах може приносити значну насолоду, сприяти досягненню стану потоку та покращенню розуміння власної ідентичності. Вона забезпечує фізичне та емоційне задоволення, допомагає відчувати себе впевнено і комфортно, сприяючи загальному благополуччю.

3. Вживання наркотиків, алкоголю та нікотину

Питання щодо вживання наркотиків, алкоголю та нікотину в клубах розкривають різноманітні погляди на цю практику та її вплив на особистий досвід, стан потоку та ідентичність. Споживання таких речовин може приносити фізичне та емоційне задоволення, змінювати перспективи сприйняття себе та світу навколо, додавати енергійності, а відчувати яскраві емоційні стани, які інформанти описують як ейфорію та катарсис. Наприклад, Рома зазначає:

«Стимулятор – це підйом ейфорії більше від того, що і так є вже. Тобто музика, танець і енергія. Ну і відчуття якогось більшої енергії, сили. Марихуана, вона дозволяє поринути в музику, і тіло розслабляє, воно більш плавне стає» (Рома, 30, гість).

Він підкреслює, що різні речовини можуть змінювати відчуття музики та допомогти розслабитися, та що ефект може бути протилежний, в залежності від речовини. Одні наркотики додають енергійності, інші - навпаки уповільнюють та заспокоюють. Олексій додає:

«Сніди більше дають зосередженість, тобі менше хочеться просто спати, ти більше можеш часу провести у спілкуванні з людьми. Гриби,

вони як би посилюють всі твої органи відчуттів, сприйття свого світу і так далі» (Олексій, 33, саундпродюсер),

наголошуючи на розширеному сприйнятті та посиленій увазі до деталей, яка стає доступною від дії вепних речовин, що дозволяє більше помітити та зрозуміти про людей навколо та про себе.

Що стосується стану "поток" (flow), наркотики та алкоголь можуть сприяти досягненню цього стану через зміну сприйняття та підвищену чутливість до музики і оточуючого середовища.

«Ну, по-перше, це про відчуття музики. Вони змінюють, вони розширюють відчуття. Сприйняття музики. Вони розширюють якоесь сприйняття свого тіла і оточуючого. Ну якась тотальна емпатія. Якоесь відчуття розкнутності та свободи, ну якоїсь любові, щось такого» (Анастасія, 23, гість).

«Вони змінюють, вони розширюють відчуття... Сприйняття музики. Вони розширюють якоесь сприйняття свого тіла і оточуючого» (Іван, 34, музикант),

Ці репліки підтверджують факт того, що наркотичні речовини можуть сприяти глибшому зануренню у танці та музику, створюючи відчуття єдності і тотальної емпатії до оточуючих.

Що стосується розуміння власної ідентичності, споживання цих речовин може відігравати складну роль. Настя говорить про екстазі як засіб перезавантаження, в моменти коли її життя стає занадто незрозумілим та складним. Цей наркотик допомагає їх знайти в собі надію, та сили йти далі:

«Якщо екстазі, то це дуже рідко, але я зрозуміла, що це для мене в ті моменти життя і ті моменти, коли я тусувалася, що це тоді приходило як перезавантаження, тому що я felt stuck a little bit на тому, що я хочу, куди я йду, як воно потім буде. І воно мені давало перезавантаження, щоб

мені було легше йти далі, щоб я розуміла, що «Ні, життя ще є, ще можна йти, є куди йти».» (Настя, 23, гість).

Алексія також зазначає важливість перекурів як соціальної практики, що також є процесом, спонукаючим до саморефлексії - через більш поглиблену та особистісну комунікацію з іншими:

«Перекур – це, знову ж таки, класний інструмент знайомства з людьми. Коли ти приходиш в якусь нову компанію, ти виходиш всі на перекур і через 7 хвилин повертаєшся трошки кінтами і трошки ближчими один до одного» (Алексія, 21, гість),

що показує, як спільне паління може сприяти соціальним взаємодіям та побудові міцніших, глибших соціальних стосунків.

Інші наркотичні речовини сприяють моментом підвищенню самооцінки, та рівня впевненості, що дозволяє яскравіше проявлятися та взаємодіяти за світом. Тимон каже:

«Кокаїн. Він підвищує почуття. Всі почуття. Ти себе почуваш дуже сильно, як бути королем світу. Ти можеш охуєнно танцювати, тобі все подобається» (Тимон, 23, ді-джей),

що підкреслює підвищену впевненість у собі і відчуття сили.

Однак, не всі інформанти розглядають ці практики позитивно. Незважаючи та короткотривалі приємні ефекти від наркотичних речовин, інформанти також виказують збентеженість, щодо негативних ефектів від довготривалого, регулярного споживання. Саша, наприклад, говорить про негативні наслідки:

«Ну не знаю, по-моєму, глядя на молодь, якщо чесно, багато у роботі я стикалася з молоддю. Я бачу, що там хлопці віком до 20 років, тому що наркотики, вони дуже доступні... І багато їх споживають. А потім у всіх панічки, тривожки, ще щось, ще щось» (Саша, 30, директорка клубу).

що вказує на можливі проблеми зі здоров'ям та емоційною стабільністю, які виникають у випадку довготривалого постійного споживання. Алексія також висловлює занепокоєння:

«Речовини, я думаю, однозначно роблять твій емоційний стан і тебе менш емоційно стабільним. Це зазвичай люди, які працюють у якихось творчих професіях, і вони, мені здається, знаєш, що по своїй суті більш чутливі, більш можуть бути не настільки стійкі щодо, я не знаю, якихось життєвих різких змін» (Алексія, 21, гість).

Вона підкреслює, що наркотики можуть знижувати емоційну стабільність, що є особливо проблематичним для людей у творчих професіях, які складають доволі велику кількість представників клуб культурної спільноти.

Отже, вживання наркотиків, алкоголю та нікотину в клубах може приносити значну насолоду, сприяти досягненню стану потоку та впливати на розуміння власної ідентичності, проте ці практики також мають потенційні негативні наслідки, які варто враховувати. Вони можуть змінювати сприйняття, розширювати відчуття та сприяти соціальним взаємодіям, але водночас можуть викликати залежність та емоційні проблеми, знижуючи емоційну стабільність і стійкість до життєвих викликів.

4. Соціальні взаємодії

Цей блок питань розкриває різноманітні аспекти та впливи, створені соціальними взаємодією всередині клубної спільноти. Насамперед ми розкриємо аспекти впливу на особистий досвід індивідів, та розглянемо питання: чи спілкування на вечірках дає людині задоволення, стан потоку, або чи допомагає краще осягнути свою ідентичність.

Інформанти зазначають, що саме клубне ком'юніті є для них важливою точкою соціалізації, та простором, який допомагає закрити базові потреби у комунікації й спілкуванні.

«Слухай, ну тут, скоріш за все, про ці потреби, які є в кожній людині. І комусь це потрібно більше, комусь менше. Хтось більший екстреверт,

хтось більший інтроверт. І я розумію, що в мене є періоди, коли мені потрібно. Мені потрібно бути в людях, мені потрібна, може, часткова увага людей, мені хочеться понетворкати, розказати про себе, поговорити про цікаві теми» (Алексія, 21, гість).

Також бачимо, що подібні соціальні взаємодії, крім простого спілкування є можливістю прояву ідентичності індивіда, і способом задоволення потреби у зовнішній валідації їх ідентичності та образу, та власного прояву у соціальній групі. Крім того, взаємодії на клубних івентах є способом краще дізнатися своїх друзів, у деяких випадках, аде дозволяють подивитися на людину в іншому амплуа, та абсолютно в іншому світлі, а також - краще зрозуміти захоплення та інтереси людини:

«Дуже радісно, радість, коли бачу знайомих людей, а ще більше радість, коли я бачу знайомих людей, яких я, наприклад, в своїй голові і більше не передбачала, бо люди там могли б любити там одну чи іншу артистку. А так, вау, в нас може бути ще щось спільне, наприклад, цей артист. Це для мене дуже радісно» (Настя, 26, івент-продюсерка),

Цей коментар підкреслює значення соціальних зв'язків і спільного досвіду для почуття радості та ідентичності, в моменти знаходження нових схожостей з представниками оточення людини.

Що стосується стану "поток" (flow), соціальні взаємодії можуть сприяти досягненню цього стану через створення емоційно насиченого, активного середовища. Тімон зазначає:

«Більше тем, про яких можна поговорити тому що ти знаєш, що цій людині подобається те, що й тобі. Якщо йому подобається електронна музика, значить йому подобаються, може... Якись... Не знаю, допустимо, бренди одягу, або наркотики, або, допустимо, інші клуби. І це вас з'єднує, і набагато легше знайти друзів, коли ти знаєш, що ви можете легко проводити час один з одним.

І тому дуже легко спілкуватися. Так. І дуже легко спілкуватися.»
(Тімон, 23, діджей),

Легкість і природність спілкування, сприяє більш відкритому та автентичному проявленню через більше відчуття схожості, та безпеки, серед інших представників спільноти. Однак, деякі інформанти підкреслюють, що незважаючи на легкість та природність спілкування на вечірках, зазвичай ці діалоги є доволі поверхневими, та не містять достатньої глибини та сенсу для закриття більше глибоких емоційних потреб. Наприклад, Олексій зазначає, що йому часто не вистачає змісту в діалогах, які відбуваються під час вечірок:

«Зазвичай тому, що на тусовках, окрім тусовок, там нічого не обговорюється. І це мене постійно напружало... Єдине, що мені подобалось в цьому, це що можна було жартувати, коли ти знаходиш такого прикольного співрозмовника» (Олексій, 33, саундпродюсер),

це підкреслює факт того, що хоча умови створені на вечірках створюють безпечні умови для знайомств з новими людьми, цього може бути недостатньо для побудови міцних дружніх стосунків для глибокої емпатії та уважності один до одного не на колективному, а на більш глибокому, особистісному рівні.

Таким чином, соціальні взаємодії в клубах можуть приносити значну насолоду, сприяти досягненню стану потоку та покращенню розуміння власної ідентичності. Вони стають простором для представлення себе спільноті, забезпечують емоційне задоволення, надаючи можливість для безпечного прояву та висловлення, та допомагають створювати зв'язки з іншими людьми, які мають потенціал стати дружніми, і сприяють загальному благополуччю, створюючи відкриту і прийнятну спільноту, де кожен може знайти підтримку і розуміння. Однак виключно комунікацій у клубному просторі не вистачає для формування міцних інтер особистісних зв'язків, адже часто "говорячі на тусовках тільки про тусовки" люди можуть ігнорувати теми, пов'язані з рештою їх життя, а отже більш глибокі емоційні та соціальні потреби людини часто потребують взаємодії поза клубним простором.

5. “Примірка ідентичностей”

Клубна культура є унікальним соціальним середовищем, яке надає індивідам можливість експериментувати зі своєю ідентичністю. У сучасному світі, де швидкі зміни та багатогранність ролей стали нормою, клубні простори служать своєрідними лабораторіями для примірки різних ідентичностей. Відвідувачі клубів можуть вільно виражати себе через музику, танці, моду та соціальні взаємодії, що сприяє глибокому самопізнанню та формуванню унікальної особистості. Клубні заходи створюють середовище, де учасники можуть відмовитися від звичних соціальних норм і ролей, щоб спробувати нові ідентичності в безпечному та підтримуючому оточенні. Це дозволяє не лише розширити межі власного “Я”, але й знайти нові форми соціальної взаємодії та підтримки. Учасники клубної культури можуть приміряти на себе різні стилі одягу, експериментувати з різними жанрами музики та знайомитися з людьми, які поділяють їхні інтереси і цінності.

В інтерв'ю інформанти діляться своїм досвідом, щодо можливості подібного експериментування. Света говорить про важливість безпечності простору, який дозволяє експериментувати з проявленням власного я:

*«Нема оцих засуджующих поглядів, за зовнішній вигляд чи за ту ж саму орієнтацію. Я, наприклад, вперше побачила відкрити геїв на рейвах»
(Света, 28, гість),*

що підкреслює відкритість і прийняття в клубній спільноті, що сприяє комфортному середовищу для самовираження. Роман також підкреслює легкість спілкування:

«Круто, знаєш, що всі такі відкриті один до одного, навіть якщо не знайомі люди. Вони такі поверхні, але можна знайти собі компаніонку, і поговорити на будь-які теми» (Роман, 30, гість),

що підтверджує, як легко можна знайти спільну мову з іншими людьми в клубах, незважаючи на образ та “костюм ідентичності”, який сьогодні на тобі вдягнуто.

Клубкультурна спільнота стає безпечним простором для проявлення будь яких граней особистості, і особливо тих, які часто можуть не прийматися іншим соціумом.

«Це безпечний простір. Це якраз теж, до речі, дуже важливий атрибут, бо часто люди приходять за тим, що ти можеш відключитися від контексту того, що відбувається. Ти можеш бути ким завгодно. Я, наприклад, бачила людей, які знімають просто офісний костюм дорожничий, і вони одягають там якісь шкіряні портупеї і йдуть на танцпол, і ти просто дивишся, наскільки людина ця перемикається, і от їй це потрібно.» (Алексія, 21, гість)

3.2 Приналежність до спільноти і щастя

Клубна культура займає важливе місце в житті багатьох індивідів, пропонуючи не лише розваги, але й можливості для соціалізації та самовираження. Света зазначає:

«Просто приємно знаходитись серед людей, які відкриті до всього» (Света, 28, гість),

що підкреслює важливість прийняття і відкритості в клубній спільноті. Це середовище дозволяє людям бути собою без страху засудження, що є суттєвим для їхнього емоційного та соціального благополуччя.

Роман також підкреслює важливість клубної культури як місця для соціальних взаємодій і саморозвитку:

«Спільнота дає відчуття, що я на хвилі сучасності, що я частина молоді, на моє віку людей, суспільства. Це допомагає мені розвиватися і іншим» (Роман, 30, гість).

Це свідчить про те, що клуби є простором для зустрічей і спілкування, де люди можуть легко заводити нові знайомства і обговорювати різноманітні теми, сприяючи взаємному розвитку.

Тімон додає:

«Ми люди, яким потрібні свої племена. Якщо ми не належимо якомусь племеню, то ми — згідний народ. Це мені дає можливість бути... Відчути, що я кудись належу» (Тімон, 23, діджей),

що вказує на глибоке відчуття приналежності, яке люди отримують через участь у клубній культурі. Знаходження “своїх”, яке є особливо важливим для альтернативних субкультур, представники яких зазвичай зазнають значний соціальних супротив від інших соціальних груп.

Також, відчуття спільноти є важливим для багатьох людей, адже забезпечує їм емоційну підтримку та мотивацію продовжувати розвиватися у своїй кар’єрі. Особливо актуальним це є для людей, що працюють безпосередньо на клубкультурному ринку, і взаємодія зі спільнотою є взаємодією з їх безпосередньою аудиторією.

Олексій зазначає:

«В цілому вона (спільнота) дає мені мотивацію розвиватися як артиста, як музиканта» (Олексій, 33, саундпродюсер),

що підкреслює значення клубної культури для професійного розвитку і самореалізації. Алексія додає:

«Це емоція спокою, це емоція відпускання контролю... Це місце, де ти можеш відпустити. І мені здається, саме тому під час війни це важливо, бо люди цього потребують» (Алексія, 21, гість),

що підкреслює важливість клубного середовища як простору для емоційного розвантаження і релаксації.

Іван також підкреслює значущість клубної спільноти для особистого розвитку та самовираження:

«Скоріше за все, це якісь родинні відчуття, радість при взаємодії, відчуття якоїсь унікальності, типу ексклюзивності... Це належність до якоїсь групи людей, з котрими в тебе співпадають цінності» (Іван, 34, музикант).

Він підкреслює, що приналежність до клубної культури допомагає йому відчутти себе частиною чогось більшого, сприяє його самоідентифікації та само верифікації.

Алексія резюмує значення клубної спільноти для особистого та професійного життя:

«Загально це про приналежність до прогресивної культури. Бо якщо знову ж таки подивитися на історію, Underground завжди диктував якісь майбутні протоколи, він завжди попереджав час. Це завжди так було. Навіть, знову ж таки, повернемося до прикладу з хіпні культури. І я розумію, що я дуже рада бути частиною цього, я дуже рада бути приналежною цим людям, бо, не дивлячись на те, що ця тусовка може бути більш схильною до депресії, менш стабільною, більш схильною до якоїсь деструктивної поведінки. Але це люди, які, мені здається, створюють речі, які будуть далі драйвити. І я думаю, що це точно люди, які будуть розвивати і відбудовувати Україну, робити якісь речі, за якими нас будуть всі знати. І мені здається, що якраз теж воно об'єднує, дає людям знаходити один одного, об'єднуватися, кооперуватися в якісь спільні проекти, і створювати краще майбутнє.»
(Алексія, 21, гість).

Вона підкреслює, що клубна культура об'єднує людей, дозволяє їм знаходити однодумців, співпрацювати і розвиватися разом, створюючи речі, які будуть впливати на майбутнє, і саме представники цієї спільноти спроможні на створення соціальних революційних рішень, адже саме клубна спільнота поєднує людей, які схильні думати вільно, і які є необмежені системою.

Таким чином, клубна спільнота відіграє значну роль у житті індивідів, забезпечуючи емоційну підтримку, можливості для соціалізації, самовираження і професійного розвитку. Вона не тільки є простором для пошуку себе, але й майданчиком для пошуку свого покликання, на якому

започатковуюються масштабні соціальні зміни, створені відкритими, інтелектуально розвиненими, свідомими індивідами.

Приналежність до клубної культури допомагає людям відчутти себе частиною більшої спільноти, що сприяє їхньому емоційному та соціальному благополуччю.

3.3 Клубна культура і досягнення щастя

Цитати з інтерв'ю підтверджують, що приналежність до клубної культури може зробити людей щасливішими. Света розповідає про свій досвід під час блек-аутів в Києві:

«Я, якщо чесно, думаю, так. Бо, наприклад, у мене було це, коли були блокади, я з колегами, ну, з дівчатами-колегами, ми психанули і поняли, що нас це вже, ну, нерви просто здають. І ми такі, давайте поки блок-аут, і ми на зиму кудись поїдемо. Ну, типу, просто перезимуємо десь і повернемось назад. І от там, коли я зрозуміла, що і тут нічого не відбувалось, ну, типу, як не було ж там якихось сильних таких тусовок, і я, в принципі, давно вже не танцювала, я кажу, давай я зараз тут знайду якийсь там техноклуб чи що, і просто підемо, сходимо, ну просто проведемо якимось адекватний вечір, умовно кажучи. І от тоді, коли тебе довго цього експіріенсу нема, ти попадаєш на техновічеринку, ти прям танцюєш три години, бо приїхав кльовий діджей з Німеччини, там і подібна історія. І тоді я аж відчула клас, я відпочила, мені прикольно» (Света, 28, гість).

Ця цитата дає нам зрозуміти важливість клубної культури, як інструменту для перемикання, особливо в емоційно напружені періоди, такі, як війна.

Тімон підтверджує, що соціальні зв'язки, які він встановив через клубну культуру, є важливими для його щастя в звичайному житті, поза клубними проторами:

«Так, точно, в моменті вечоринки 100%. Та є багато людей, яких я там зустрів, це мені подобається. Особливо, коли їх зустрічали на вулиці, в іншому місці, або просто навіть за клубом. Без вечірок я б не зміг знайти більшість моїх друзів, з якими я зараз живу» (Тімон, 23, ді-джей).

Олексій також розповідає про важливість клубної культури в його житті, акцентуючи увагу на тому, що ця спільнота значно вплинула на його становлення, як індивіда, допомогла йому знайти кар'єрний шлях, оточення, та свій власний спосіб реалізації у всьому:

«Щасливішим? Я не знаю. Просто це певна частина мого життя, тому я не знаю. Якщо б її не було, було б щось інше, так? У мене були інші знайомства. Я ж проживав цей час, і я не знаю, як би я проживів в іншій сфері, з іншими людьми. Тому я щасливий, що проживав це життя. Я щасливий, що не сторчався, що в мене є зараз чим займатися. І ми йдемо до того, щоб показати це іншим людям, які зараз не можуть вилізти з того образу життя. Я щасливий, що прожив цей життя, що я зустрів цих багатьох людей. Тому що ці люди, вони вплинули певним чином на формування моєї свідомості, артисти вплинули на формування моєму смаку життя, смаку в музиці і т.д.» (Олексій, 33, саундпродюсер).

Іван висловлює думку, що клубна культура робить його щасливішим, оскільки вона надає йому можливість соціалізуватися та відчувати приналежність, та навіть надає йому сенс. Адже приналежність до клубної культури дає йому змогу бути в оточенні людей, схожих на нього:

«Так, 100%. Без цього життя якось досить втрачає сенс, бо це колективне спілкування, воно мною може бути досягнене тільки в такому вигляді. Я був би відірваний від якоїсь важливої частинки соціуму без цього.

Думаю, можливо, так, це приналежність до якоїсь групи людей з котрими в тебе наскільки співпадають цінності, але співпадають

бачення з приводу якогось часу проведення. З приводу самоідентифікації, можливо, так, воно також працює, ну, як відвідувач або виступаючий, то, звісно, це працює на саму ідентифікацію, верифікацію. Ну бо це, мені здається, є щось таке, як верифікація чи підтвердження своєї цінності. Чогось такого. Дає відчуття піднесення, ексайтменту, коротше, ну, трохи якоїсь любові до ближнього. Радість. Зацікавленість. Ну так, ось такі емоції, це ті, які я відчуваю. Зазвичай на паті, на яку я прийшов по своїй волі. Якщо я хотів на це потрапити, то я відчуваю це» (Іван, 34, музикант).

Настя підкреслює, що клубна культура робить її щасливою та допомагає відчутти себе живою. Допомагає сприймати себе менш негативно:

«Так, це точно робить мене щасливішою. Я відчуваю себе дуже по-живому. Не таку бездушну якусь істоту. Навпаки, не таку негативну» (Настя, 26, івент-продюсерка).

Алексія розповідає про важливість тусовок у своєму житті, і наголошує на тому, що їй було би складно знайти відповідну альтернативу, якби клубна культура зникла з її життя:

«Як би тусовки зникли... я думаю, що мені було б складно знайти інші інструменти, бо я навіть розумію, що коли в Києві не було цих тусовок, я реально коли мені підтіпало, я їхала в Берлін, і я тусовалася в Берліні. Тому я думаю, що це точно не зробило би мене маньш щасливою, але я думаю, що мені б знадобилося немало часу, щоб знайти якусь альтернативу, бо зараз це дуже важлива точка для мене. Але можливо, це було б стимулом, щоб воно якось трансформувалося в інші формати» (Алексія, 21, гість).

Таким чином, приналежність до клубної культури робить її представників щасливішими, надаючи їм можливість соціалізації, самовираження та відчуття приналежності до спільноти. Клубна культура створює емоційно насичене середовище, де люди можуть знайти друзів,

підтримку та задоволення від життя. Однак, приналежність до клубної спільноти має як позитивні, так і негативні аспекти, які впливають на життя індивідів.

3.4 Рекомендації із забезпечення досягнення щастя в рамках клубної спільноти за допомогою комунікаційних технологій

Загалом, наше дослідження показало, що клубна спільнота має позитивний вплив на рівень щастя індивідів, дотичних до неї, проте приналежність до клубної спільноти має і свої негативні аспекти. Одним з них є ризик надмірного споживання алкоголю і наркотичних речовин. Часті відвідування клубів можуть спонукати людей до вживання цих речовин, що може призвести до проблем зі здоров'ям та залежності. Ця проблема особливо актуальна для молоді, яка часто стикається з тиском оточення і бажанням відповідати груповим нормам.

Крім того, клубна культура може сприяти виникненню почуття ізольованості та емоційної нестабільності. Хоча клуби і виступають платформою для соціалізації та проявлення себе, вони також можуть призводити до поверхневих взаємодій і браку глибоких, значущих зв'язків, за умови браку спілкування поза клубним контекстом. Це може сприяти розвитку відчуття самотності та емоційної нестабільності індивідів.

Саме тому ми підготували низку практичних комунікаційних та організаційних порад для івент-організаторів та комунікаційників цієї ніші, які допоможуть знизити негативні аспекти впливу спільноти на індивіда, та посилити позитивні, що згодом допоможе покращити загальний рівень ментального здоров'я, та щастя спільноти.

1. Виключити з позиціонування клубної спільноти стилістику, яка акцентує увагу на вживанні наркотиків та алкоголю. Це сприятиме формуванню здорового та відповідального іміджу спільноти.

2. Інтегрувати меседжі на локаціях вечірок, що заохочують свідомий вибір між черговою пляшкою пива та водою. Це допоможе знизити рівень споживання алкоголю серед учасників.
3. Запровадити якісне інформування про ефекти як разового, так і довготривалого споживання наркотичних речовин. Це підвищить рівень обізнаності та сприятиме свідомому підходу до вживання.
4. Популяризувати альтернативні, здорові способи задоволення потреб, які аудиторія зазвичай задовольняє через шкідливі звички. Наприклад, запропонувати практики йоги, медитації та інші спортивні активності як засоби для відключення від буденних турбот.
5. Інформувати про способи зниження негативних пост-ефектів вживання наркотичних речовин. Наприклад, поширювати інформацію про набори вітамінів, які допомагають нормалізувати гормональний баланс після вживання наркотиків.
6. Сприяти поглибленню стосунків учасників спільноти поза вечірками. Це може включати організацію денних заходів з іншим сетингом, що сприяють глибшим діалогам, а також створення кімнат для відпочинку та розмов протягом вечірок, таких як чайні кімнати.
7. Продовжувати активну комунікацію концепції "safe space" для підтримання безпечної атмосфери для самовираження та експериментів. Це забезпечить комфорт і безпеку для всіх учасників спільноти, сприяючи їхньому емоційному та психологічному благополуччю.

Імплементуючи ці поради, організатори та стейкхолдери спільноти будуть впливати на зменшення кількості несвідомого споживання алкогольних та наркотичних речовин, що знизить ризики формування залежностей, та погіршення фізичного та психологічного здоров'я індивідів, збільшення залученості клаберів в здорові практики покращення ментального стану та ментального розвантаження, а також сприятимуть формуванню міцніших

соціальних зв'язків всередині спільноти, що зменшить ризик станів “відчуженості” та дисоціації.

Висновки до Розділу 3

Приналежність до клубної спільноти має як позитивні, так і негативні аспекти, які впливають на життя індивідів. Розглядаючи плюси, варто зазначити, що клубна культура забезпечує багаті можливості для соціалізації та знаходження підтримки. Це середовище дозволяє людям відчувати себе прийнятими і розуміти, що вони можуть бути собою без страху засудження. Клуби стають місцем, де люди можуть знайти нових друзів і відчувати себе частиною приймаючого і розуміючого оточення.

Крім того, клубна культура пропонує можливості для емоційного розвантаження та релаксації. Танці, музика і соціальні взаємодії в клубах сприяють зняттю стресу і покращенню настрою. Вони дозволяють індивідам втекти від буденних турбот і проблем, зосереджуючись на моменті та насолоджуючись атмосферою свята і спілкування.

Важливим аспектом є також розвиток самоідентичності і самовираження. Згідно з теоріями Ентоні Гідденса, клубна культура надає людям можливість експериментувати зі своєю ідентичністю, знаходити нові ролі і виражати себе через моду, танці і соціальні взаємодії. Це сприяє розвитку особистості і формуванню почуття приналежності до певної спільноти.

Однак приналежність до клубної спільноти має і свої негативні аспекти. Одним з них є ризик надмірного споживання алкоголю і наркотичних речовин. Часті відвідування клубів можуть спонукати людей до вживання цих речовин, що може призвести до проблем зі здоров'ям та залежності. Ця проблема особливо актуальна для молоді, яка часто стикається з тиском оточення і бажанням відповідати груповим нормам.

Крім того, клубна культура може сприяти виникненню почуття ізольованості та емоційної нестабільності. Хоча клуби створюють середовище для соціалізації, згідно з поглядами Георга Зіммеля, вони також можуть призводити до поверхневих взаємодій і браку глибоких, значущих зв'язків. Це може сприяти відчуттю самотності та емоційної нестабільності.

Клубна культура може мати подвійний вплив на щастя індивідів, якщо розглядати її з точки зору Мартіна Селігмана. З одного боку, вона забезпечує позитивні емоції, залученість і відчуття приналежності. З іншого боку, ризик зловживання речовинами та поверхневості соціальних зв'язків можуть знижувати загальне відчуття благополуччя і стабільності.

Таким чином, приналежність до клубної спільноти має як позитивні, так і негативні аспекти. Вона може сприяти соціалізації, емоційному розвантаженню та розвитку самоідентичності, але також може нести ризики, пов'язані зі здоров'ям й емоційною нестабільністю.

ВИСНОВКИ

У рамках даної роботи було проаналізовано теоретичні підходи до визначення і дослідження щастя. Вивчення класичних та сучасних теорій, зокрема робіт Мартіна Селігмана, Ентоні Гідденса та Георга Зіммеля, дозволило встановити багатогранність поняття щастя та його складові, що включають емоційне благополуччя, соціальну підтримку та самореалізацію. Детальний аналіз цих теорій допоміг зрозуміти, як різні аспекти щастя взаємодіють між собою і як вони можуть бути інтегровані в культурні практики. Цей аналіз надав необхідну базу для подальших досліджень у сфері культурних практик, забезпечуючи теоретичний фундамент для емпіричного дослідження впливу клубної культури на індивідуальне благополуччя.

Було розглянуто практичні способи та стратегії досягнення щастя в культурі, зосереджуючись на різних підходах, таких як участь у соціальних заходах, використання мистецьких і творчих практик, а також застосування технік позитивної психології. Ці стратегії показали, як різноманітні культурні практики можуть сприяти емоційному та соціальному благополуччю індивідів. Різні підходи до досягнення щастя були проаналізовані з точки зору їхньої ефективності у створенні стійкого емоційного благополуччя, що дозволяє людям знаходити нові джерела натхнення, мотивації та формувати більш глибокі і змістовні соціальні зв'язки. Практичні аспекти дослідження розкрили, як культурні практики можуть бути інтегровані в повсякденне життя для покращення його якості.

Дослідження клубної культури як особливого культурного простору дозволило виявити її специфічні риси та відмінності від інших форм соціальної взаємодії. Клубна культура була розглянута як середовище, де люди можуть вільно виражати свої емоції, експериментувати зі своєю ідентичністю та знаходити підтримку в спільноті однодумців. Це простір, який сприяє соціалізації та самовираженню через музику, танці та інші форми взаємодії.

Аналіз клубної культури показав, що вона є динамічним і енергійним середовищем, яке дозволяє людям втекти від повсякденних турбот і знайти нові форми самовираження. Особлива увага була приділена тому, як клубна культура сприяє формуванню почуття спільності та підтримки, що є важливим для емоційного та соціального благополуччя.

Практики досягнення щастя у клубній культурі були детально проаналізовані, включаючи такі аспекти, як емоційне задоволення від участі у клубних заходах, створення відчуття приналежності та можливості для самовираження. Було встановлено, що участь у клубних подіях може значно покращити емоційне благополуччя та сприяти формуванню позитивних соціальних зв'язків. Важливим аспектом є також здатність клубної культури надавати простір для саморефлексії та розвитку творчих здібностей, що сприяє загальному особистісному зростанню. Аналіз цих практик показав, що клубна культура може стати важливим елементом у досягненні стійкого щастя, оскільки вона пропонує різні шляхи для самореалізації та емоційного задоволення.

Здійснене емпіричне дослідження зв'язку між культурними практиками і досягненням щастя представниками клубної культури показало, що активна участь у клубному житті сприяє підвищенню рівня щастя індивідів. Інтерв'ю з представниками клубної спільноти підтвердили важливість соціальної підтримки, емоційного розвантаження та самовираження як ключових факторів, що сприяють їхньому щастю. Аналіз даних показав, що учасники клубної культури відчують себе більш задоволеними життям, коли мають можливість брати участь у клубних заходах і спілкуватися з однодумцями. Ці результати підтвердили гіпотезу про те, що культурні практики клубного життя можуть значно підвищити рівень щастя та емоційного благополуччя. Однак, у дослідженні також розглянуто можливі негативні впливи клубної культури та застереження щодо них. Зокрема, ризик надмірного споживання алкоголю і наркотичних речовин є одним з основних недоліків. Це може

призвести до серйозних проблем зі здоров'ям, залежності та емоційної нестабільності. Крім того, поверхневість соціальних взаємодій у клубах може сприяти відчуттю самотності та ізольованості, незважаючи на велику кількість контактів. Було підкреслено важливість створення умов для більш глибоких і змістовних соціальних взаємодій, що може допомогти зменшити ці негативні впливи. Також зазначено необхідність підвищення рівня обізнаності про негативні наслідки зловживання речовинами та розробки стратегій для мінімізації цих ризиків.

На основі отриманих результатів було надано рекомендації з підвищення рівня щастя представників клубної культури за допомогою комунікаційних технологій. Пропозиції включають виключення з позиціонування клубів стилістики, що акцентує увагу на вживанні наркотиків та алкоголю, впровадження меседжів, що заохочують свідомий вибір, та популяризацію здорових альтернатив. Також рекомендується створювати безпечні простори для самовираження та підтримувати глибокі соціальні зв'язки серед учасників клубної культури. Впровадження цих рекомендацій може допомогти знизити ризики, пов'язані зі зловживанням речовинами, і забезпечити більш здоровий спосіб життя для всіх учасників клубної спільноти. Такі заходи сприятимуть створенню позитивного та підтримуючого середовища, де люди можуть реалізувати свій потенціал і досягти емоційного благополуччя.

Таким чином, дане дослідження розкрило важливість клубної культури як середовища для досягнення щастя, запропонувало стратегії для покращення практик у клубних спільнотах та надало цінні рекомендації для мінімізації негативних аспектів цієї культури. Забезпечення здорового та відповідального підходу до клубного життя може значно підвищити загальне благополуччя індивідів і сприяти створенню більш стійких та підтримуючих спільнот. Клубна культура, будучи важливим соціальним феноменом, має потенціал для позитивного впливу на життя людей, за умови врахування і мінімізації можливих ризиків.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Putnam R. Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community. – Нью-Йорк: Simon & Schuster, 2000. – 541 с.
2. Seligman M. Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being. – Нью-Йорк: Free Press, 2011. – 349 с.
3. Giddens A. Modernity and Self-Identity: Self and Society in the Late Modern Age. – Стенфорд: Stanford University Press, 1991. – 256 с.
4. Simmel G. The Philosophy of Money. – Лондон: Routledge, 1978. – 608 с.
5. Merton R. Social Structure and Anomie // American Sociological Review. – 1938. – Т. 3, № 5. – С. 672-682.
6. Бауман З. Індивідуалізоване суспільство. – Кембридж: Polity Press, 2001. – 312 с.
7. Селігман М. Шлях до процвітання. Нове розуміння щастя і благополуччя. – Нью-Йорк: Free Press, 2018. – 432 с.
8. Гідденс Е. Індустрія щастя. Як Big Data і нові технології допомагають додати емоцію в товари і послуги. – Лондон: Polity Press, 2021. – 298 с.
9. Seligman M. Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment. – Нью-Йорк: Free Press, 2002. – 321 с.
10. Giddens A. The Consequences of Modernity. – Стенфорд: Stanford University Press, 1990. – 186 с.
11. Simmel G. Sociology: Inquiries into the Construction of Social Forms. – Чикаго: University of Chicago Press, 1903. – 437 с.
12. Giddens A. Runaway World: How Globalisation is Reshaping Our Lives. – Лондон: Profile Books, 1999. – 104 с.
13. Seligman M. Can Happiness Be Taught?. – Нью-Йорк: Free Press, 2004. – 90 с.

14. Eurostat: 7.2% of people in the EU suffer from chronic depression. URL: <https://ec.europa.eu/eurostat/en/web/products-eurostat-news/-/edn-20210910-1>
15. World population review.
URL: <https://worldpopulationreview.com/state-rankings/mental-health-statistics-by-state>
16. We Rave You “Travel back in time to Tomorrowland 2005”
URL: <https://weraveyou.com/2016/07/travel-back-to-tomorrowland-2005/>
17. Tomorrowland press room
URL: <https://tomorrowlandbelgium.press.tomorrowland.com/tomorrowland-reaches-the-milestone-of-10-million-subscribers-on-youtube>

ДОДАТОК А

Гайд інтерв'ю

Блок 0: Інтро

Вітаю! Мене звати Марія, я проводжу дослідження на тему “клуб культурні практики як спосіб досягнення щастя”. Це дослідження має на меті визначити, як щастя пов’язане зі стилем життя.

Наша розмова триватиме близько години - і буде записана на диктофон, щоб потім я могла обробити дані дослідження. Але я гарантую повну анонімність нашої розмови, ви будете представлені у звіті як Інформант номер

Тут немає питань із варіантами, правильних чи неправильних відповідей. Я задаватиму питання і хотіла би чути якомога більш розгорнуті відповіді. Мене цікавлять твої/ваші історії.

Блок 1: загальне

Як можна вас називати?

Скільки вам років?

Ваше основне заняття в житті?

Чи відносите ви себе до певної субкультури?

До якої саме?

В чому це проявляється?

Блок 2: Клубкультурні практики та вплив на щастя

Як давно ви є частиною клуб культурної спільноти? (як давно почав тусити?)

А чим ви зазвичай займаєтеся коли знаходитися у клубі? Як проходить тусовка для тебе?

Чи є важливим для вас процес обрання оразів перед походом на вечірку? якось по особливому перед вечіркою?

А які емоції вам це дає?

Танцюєте зазвичай протягом вечірки?

Що відчуваєте при цьому?

Може і діджеїте також?

А які емоції вам це дає?

Який тип тусовок та жанр музики зазвичай обираєте?

Чому? А які емоції вам це дає?

Вживаєте наркотичні речовини до чи протягом тусовки?

А які емоції вам це дає?

Алкоголь? А які емоції вам це дає?

Спілкуєтеся з людьми?

А які емоції вам це дає?

Цигарки та никотин?

А які емоції вам це дає?

Щось іще?

Що є для вас найважливішими аспектами протягом часу у клубах та на вечірках?

Без яких аспектів вечірки втратили би сенс?

А чи роблять вас щасливим ці аспекти (найважливіші способи проведення часу)?

А що робить вас щасливим?

Чи міг би ви оцінили рівень власного щастя від 1 до 10?

Чому?

Блок 3: факт приналежності до спільноти та вплив на щастя

Як ви думаєте, чи змінився би цей показник, якби ви різко перестали ходити в клуби та на вечірки?

Що саме змінилося б?

Як би ви себе при цьому відчував?

Що в цілому тобі дає ця спільнота?

Чи відчуваєте ви приналежність до чогось більшого? Важливого? (завдяки цій спільноті)

До чого саме? В чому це проявляється - щось робиш, щось відчуваєш?

Блок 4: фінал

А для тебе щастя?

Чому?

А якими трьома словами ви би могли себе описати?

Чому?