

DOI: <https://doi.org/10.20535/.2025.15.324300>**Ксенія Сізова**

Доктор філологічних наук, професор, завідувач кафедри
лінгводидактики та журналістики
Кременчуцький національний університет імені Михайла Остроградського
Кременчук, Україна
<https://orcid.org/0000-0002-3269-6343>
sizovax@gmail.com

Бежан Дадешелі

Здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти
Кременчуцький національний університет імені Михайла Остроградського
Кременчук, Україна
<https://orcid.org/0009-0009-1826-0066>
bdadesheli88@gmail.com

Павло Приходько

Здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти
Кременчуцький національний університет імені Михайла Остроградського
Кременчук, Україна
<https://orcid.org/0009-0008-4108-1800>
paprykhodko@gmail.com

ФЕНОМЕН ПОПУЛЯРНОСТІ МОТИВАЦІЙНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

У статті розглядається феномен мотиваційної літератури, яка сьогодні стрімко розвивається в усьому світі та набуває популярності. Визначено, що мета мотиваційної літератури полягає у стимулюванні саморозвитку, наданні психологічних та побутових порад і рекомендацій. Читацька аудиторія мотиваційної літератури широка, хоча основним цільовим сегментом є підлітки і молодь. Читачі шукають у мотиваційній літературі відповіді на актуальні психологічні та навіть екзистенційні питання. Мета статті полягає у комплексному дослідженні феномену мотиваційної літератури, чим зумовлений комплекс використаних методів, до якого входять системно-функціональний підхід, проблемно-тематичний, описовий, а також компаративний метод. Обґрунтовано, що мотиваційна література тісно пов'язана з популярною психологією, квазінауковою теорією, яка має на меті популяризувати психологічні знання, адаптуючи їх для широких верств населення. Основними формами популярної психології є книги про самопомігу та психологічні поради (рекомендації). До літератури саморозвитку належать дуже різні за жанром твори, які об'єднані функцією і зумовленою нею ідейно-тематичною проблематикою. У жанровому відношенні значна кількість мотиваційних книг може бути кваліфікована як література особистого свідчення. Зазначено, що мотиваційна література не завжди є літературою нефікшн у чистому вигляді. Іноді сюжет може бути вигаданим і навіть містити елементи фантастики. Зроблено висновок про те, що мотиваційна література поєднує ознаки художньої та документальної (нефікшн) літератур. Її автори можуть розповідати про власний досвід, не користуючись вигадкою, а можуть активно використовувати художній вимисел. Головною ознакою мотиваційної літератури є те, що це література особистого свідчення, яка має надихнути читачів на саморозвиток і самовдосконалення.

Ключові слова: мотиваційна література; література саморозвитку; жанр; художня література; нефікшн.

1 ВСТУП

Постановка проблеми. Мотиваційна література сьогодні є одним з найпопулярніших різновидів масової літератури. Мета такої літератури полягає у стимулюванні саморозвитку, наданні психологічних та побутових порад і рекомендацій. До читачів мотиваційної

літератури належать люди усіх вікових груп, хоча підлітки і молодь є основною цільовою аудиторією. Читачі шукають у мотиваційній літературі відповіді на актуальні психологічні та навіть екзистенційні питання. Тематика мотиваційної літератури охоплює широкий спектр: сенс життя, успішна кар'єра, стосунки у родині та робочому колективі, збереження психічного і ментального здоров'я у стресових ситуаціях тощо. Мотиваційна література на цей час ще не ставала об'єктом наукового аналізу, що і зумовлює актуальність дослідження.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Теоретико-методологічною основою розвідки є праці українських та зарубіжних літературознавців, зокрема присвячені теорії літературних жанрів (О. Колінько (Колінько, 2016), Н. Мажара (Мажара, 2018), Н. Міронова (Міронова, 2023), А. Сітко, Т. Семигінівська та І. Струк (Сітко та ін., 2023), К. Якубовська-Кравчик, С. Ковпик, М. Замбжицька (Якубовська-Кравчик та ін., 2022)). Важливим в аспекті осмислення розвитку зарубіжної мотиваційної літератури стала праця М. Мак-Гі про особливості американської літератури саморозвитку (McGee, 2005). Оскільки українське літературознавство поки ще не фокусувалося на мотиваційній літературі як окремому об'єкті дослідження, адже вона лише згадується серед різновидів літератури нонфікшн, було проведено аналіз блогів у ЗМК, присвячених цьому літературному феномену (Богуславська, 2020; Марченко, 2021; Мотивуючі книги, які змінюють життя, 2024; Як читати мотиваційні книги, 2022).

Мета статті полягає у комплексному дослідженні феномена мотиваційної літератури.

2 МЕТОДИ

Для розв'язання поставлених завдань та досягнення мети використано комплекс методів дослідження: системно-функційний підхід, проблемно-тематичний, описовий, а також компаративний метод. Такий комплексний підхід забезпечує проведення всебічного аналізу обраної теми.

3 РЕЗУЛЬТАТИ Й ОБГОВОРЕННЯ

У другій половині XX століття почав стрімко розвиватися новий різновид літератури – література саморозвитку (як її називають у США) або мотиваційна література. Наклади книжок цієї жанрово-тематичної групи сягали вражаючих обсягів. Оглядач BBC News Україна Є. Кузнєцова зазначає, що у США «так званий self-help сектор (тобто книги «поможи собі сам») – це мільярдні обороти ще з вісімдесятих» (Кузнєцова, 2016).

Американська дослідниця М. Мак-Гі пояснює популярність літератури із саморозвитку у США з відчуттям незахищеності та нестабільності, які притаманні сучасності, коли суспільні інститути шлюбну та традиційного кар'єрного зростання деградує швидкими темпами. На її думку, «оскільки професія чи шлюб на все життя стають все більш рідкісним явищем, зростає тривога, що породжує бажання постійно самовдосконалюватися, щоб мати попит на шлюбному та кар'єрному ринку» (McGee, 2005).

Література саморозвитку і самовдосконалення сприймається як ефективна допомога у нестабільному світі. Вона йде в комплексі з виданнями про здоровий спосіб життя і таким чином відповідає на попит на захист від загроз сучасного світу. Блогерка К. Богуславська зауважує, що «мотиваційна література, самопомога, література з самовдосконалення та персонального розвитку має різні назви, але єдину мету: поради нам, як краще (ефективніше, щасливіше, здоровіше, свідоміше) прожити це життя. Утім, розвивалася і мотиваційна література – від настанов, як бути приємною людиною, до резонних порад навчитися «мистецтву забивати на все» та «викидати мотлох з життя» (Богуславська, 2020).

Автори мотиваційної літератури дуже часто є успішними мотиваційними спікерами чи коучами. Вони, як зазначають Б. Савчук і Г. Білавич, вивчаючи феномен коучингу в зарубіжному дискурсі, «стимулюють мислення і творчість особи та надихають її на

максимальне розкриття особистісного і професійного потенціалу в процесі самостійного просування до обраної мети» (Савчук & Білавич, 2020).

Мотиваційна література тісно пов'язана з популярною психологією, квазінауковою теорією, яка має на меті популяризувати психологічні знання, адаптуючи їх для широких верств населення. Популярна психологія набула особливого розвитку у другій половині XX ст. як елемент масової культури на кшталт поп-музики чи масової літератури.

Основним каналом поширення популярної психології є медіа. Автори, які працюють у цій ніші, не обов'язково мають бути науковцями, практикуючими психологами чи психіатрами. Вони навіть можуть не мати спеціальної вищої освіти. Головне – популярність, медійність цих персон, їхній імідж експертів з психології. Популярна психологія зараз є великою індустрією, ринок цих послуг виріс у геометричній прогресії з виникненням інтернету та розвитком соціальних мереж.

Американська асоціація психологів (APA), прагнучи об'єктивного підходу до популярної психології, у своєму довідниковому виданні зазначає з приводу терміна «популярна психологія», що він «часто використовується в зневажливому сенсі для опису психологічних концепцій, які здаються спрощеними, застарілими, недоведеними, неправильно зрозумілими або неправильно інтерпретованими; однак, термін також може використовуватися для опису професійно вироблених психологічних знань» (APA Dictionary of Psychology, 2007).

Основними формами популярної психології є книги про самопоміцу та психологічні поради (рекомендації). З цим поділом солідарні автори блогу Міжнародної академії професійного коучингу, які поділяють мотиваційні книги на два основні типи: надихаючі і прикладні (Як читати мотиваційні книги, 2022).

Популярна психологія загалом та книги про допомогу зокрема мають низку характерних ознак:

- відсутність науково обґрунтованої достовірної емпіричної (експериментальної) бази;
- недостатня критичність, відсутність меж між наукою і квазінаукою;
- нечітко виражена сфера застосування (рекомендації надаються усім, незважаючи на певні обмеження);
- спрощеність наукових даних;
- використання життєвого досвіду як наукового аргументу;
- однозначність відповідей на психологічні проблеми.

Незважаючи на ці спірні (з точки зору класичної науки) ознаки, література саморозвитку активно розвивається і завойовує все більше прихильників завдяки зрозумілості й доступності. Далеко не кожний може прочитати статтю у науковому журналі та зрозуміти її сенс, однак кожна елементарно письменна людина здатна ознайомитися, наприклад, з книгою «Як стати мільярдером, не встаючи з дивану» і надихнутися її ідеями.

І. Марченко, міркуючи над специфікою мотиваційної літератури, зазначає, що «цей напрямок дуже багатогранний і відрізняється великою різноманітністю. За допомогою таких книг людина починає краще розуміти свої цілі, у нього з'являється бажання досягати і домагатися. Великою перевагою є і те, що така література часто побудована на чіємусь життєвому досвіді і реальних прикладах. Вони можуть стосуватися як звичайних людей, так і видатних особистостей, знаменитостей» (Марченко, 2021).

Різнманітність мотиваційної літератури великою мірою стосується жанрової форми. До літератури саморозвитку належать дуже різні за жанром твори, які об'єднані функцією і зумовленою нею ідейно-тематичною проблематикою. Мотиваційна література, за влучним висловом автора блогу на сайті «Readeat», «це не про жанр, форму чи окремого автора, а це завжди про книги, що допомагають розв'язати конкретну вашу проблему, знайти відповіді на актуальні запитання чи відкривають якісь нові практичні інструменти. Також це книги, що надихають на нові ідеї або ж свіжі рішення в житті» (Мотивуючі книги, які змінюють життя, 2024).

У жанровому відношенні значна кількість мотиваційних книг може бути кваліфікована як література особистого свідчення. Цей термін уведений у науковий обіг польськими вченими К. Якубовською-Кравчик, С. Ковпик і М. Замбжицькою. Вони зазначають, що до цієї літератури належать «щоденники, мемуари, діаріуші, тревелоги, в яких міститься інформація, що стосується особистого досвіду життя та фактів автора. У сучасній українській масовій літературі нонфікшн презентована у таких жанрах: есеїстика, колумністика, біографії, автобіографії, психологічні поради, тревелоги, мемуари тощо» (Якубовська-Кравчик та ін., 2022, с. 34). Такі різні за тематикою і формою твори об'єднує спільна ознака – автор розповідає про власний досвід, спирається на особисті враження.

О. Колінько пропонує відносити тревелог, психологічну і філософську прозу до літератури нонфікшн, яку дослідниця називає особливим феноменом сучасної белетристики (Колінько, 2016). Варто зазначити, що мотиваційна література не завжди є літературою нонфікшн у чистому вигляді. Іноді сюжет може бути вигаданим і навіть містити елементи фантастики. Однак, це можна кваліфікувати як дифузію жанрів, тобто жанрову модифікацію.

Н. Мажара акцентує, що дифузія або жанрове змішування передбачає, що «генологічні ознаки» одного з жанрів стають домінуючими, а інших – сприяють розкриттю задуму автора (Мажара, 2018). М. Варикаша називає літературу, в якій поєднуються ознаки художньої і нехудожньої, межовою літературою (border fiction). Така література, на думку дослідниці, є «серединною між fiction і non-fiction є література псевдо-фіктивна (pseudo-fiction) – цілком автобіографічні твори, написані в різних жанрах художньої літератури, зокрема роман, оповідання, новела тощо; та література псевдо-не-фіктивна (pseudo-non-fiction) – твори власне фіктивної літератури, написані в жанрах не фіктивної, але з метою надання їм правдоподібності» (Варикаша, 2010, с. 31).

Таким чином, мотиваційна література поєднує ознаки художньої та документальної (нонфікшн) літератур. Її автори можуть розповідати про власний досвід, не користуючись вигадкою, а можуть активно використовувати художній вимисел. Головною ознакою мотиваційної літератури є те, що це література особистого свідчення, яка має надихнути читачів на саморозвиток і самовдосконалення.

Хоча до сих пір мотиваційна література, що пропонується українським читачам, представлена переважно зарубіжними авторами, в Україні вже сформувалася власна когорта популярних письменників. Це психологи-практики Даниїл Міліковський (автор книги «Хай буде дощ. Психологічні практики...» про терапію співчуття, прийняття і відповідальності) і Марія Фабрічева, авторка праці з особистісного зростання «Гора з плечей. Як виявити і подолати 13 психологічних заборон», Людмила Волошин і Наталія Філюк, які подають поради щодо вибору професії у творі «Щоденник-тренінг «Хто я є, або Як знайти улюблену справу?». Авторки книги «Нейрокоучинг: архітектура досягнень» Катерина Гайдученко й Ольга Прокопенко розробили нову модель коучингу.

Література особистого свідчення представлена книгами «Жінка – не лялька» фітнес-тренерки Анни Горпинчук, яка розповідає про свій шлях до свідомого фітнесу, і «Мама ОК. Про материнство без тривоги і вигорання» Наталії Чуб і Юлії Василенко про досвід виховання дітей.

4 ВИСНОВКИ І НАПРЯМИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

Сьогодні серед читачів у всьому світі спостерігається стрімкий розвиток популярності мотиваційної літератури, спрямованої на самовдосконалення людини. Важливою ознакою цього різновиду масової літератури є те, що її автори описують власний досвід, тобто мотиваційні книги можна кваліфікувати як літературу особистого свідчення. Мотиваційна література поєднує ознаки художньої і нонфікшн літератур, а також пов'язана з популярною психологією, оскільки містить поради і рекомендації стосовно поведінки і комунікації.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у компаративному аналізі творчості українських і зарубіжних письменників, які працюють у жанрі мотиваційної літератури.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

- Богуславська, К. (2020). Натхнення на мільярд. Що таке мотиваційна література і чому нам (не)варто її читати? *Vector*. <https://vctr.media/ua/motyvatyina-literatura-chytaty-ne-mozhna-zupynytyysya-53323/>
- Варикаша, М. М. (2010). Література non-fiction: поміж фактом і фікцією. *Актуальні проблеми слов'янської філології*. (XXIII), 28–39.
- Колінко, О. (2016). Нон-фікшн як особливий феномен сучасної белетристики. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету*. Серія: Філологія, (24), (Т. 2). http://www.vestnik-philology.mgu.od.ua/archive/v24/part_2/24.pdf
- Кузнєцова, Є. (2016). Науковий блог: чи справді допомагають мотиваційні книги? *BBC News Україна*. https://www.bbc.com/ukrainian/blogs/2016/05/160531_motivation_books_science_blog_vs
- Мажара, Н. (2018). Синкретизм жанрів і форм мемуарного письма. http://eprints.mdu.edu.ua/id/eprint/5845/1/Mazhara_2018_230.pdf
- Марченко, І. (2021). Що являє собою мотиваційна література. *Голос Буцини*. <https://vbusk.com/cikavo/shcho-iavliaie-soboiu-motyvatyina-literatura.html>
- Міронова, Н. М. (2023). Генологічні особливості філософського роману (на прикладі романістики Айріс Мердок). *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету*. Сер.: Філологія, (62), (Т. 2), 80–84.
- Мотивуючі книги, які змінюють життя. (2024). *Readeat*. <https://readeat.com/blog/motivuyuchi-knigi-yaki-zminyuyut-zhyttia>
- Савчук, Б., Білавич, Г. (2020). Феномен коучингу в зарубіжному дискурсі. *Нова педагогічна думка*, (2), 7–11.
- Сітко, А. В., Семигінівська, Т. Г., & Струк, І. В. (2023). Особливості відтворення текстів жанру нон-фікшн. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету*. Сер.: Філологія, (59), (Т. 3), 155–158.
- Якубовська-Кравчик, К., Ковпик, С., & Замбжицька М. (2022). Розмовляємо про літературу: підручник із завданнями. Варшава: Варшавський університет. <https://ikribl.com/wp-content/uploads/2023/02/podrecznik-7-ii-2023.pdf>
- Як читати мотиваційні книги. (2022). *Міжнародна академія професійного коучингу*. <https://www.coaching-academy.online/yk-chitaty-motivacioni-knugu/>
- APA Dictionary of Psychology, 1st ed., Gary R. VandenBos, ed. (2007). Washington: American Psychological Association.
- McGee, M. (2005). Self Help, Inc.: Makeover Culture in American Life 1st Edition. Oxford University Press. <https://www.amazon.com/Self-Help-Inc-Makeover-American/dp/0195337263?asin=0195337263&revisionId=&format=4&depth=1>

REFERENCES

- Bohuslavska, K. (2020). Natkhennia na miliard. Shcho take motyvatsiina literatura i chomu nam (ne)varto yii chytaty? [Inspiration for a billion. What is motivational literature and why should we (not) read it?]. *Vector*. <https://vctr.media/ua/motyvatyina-literatura-chytaty-ne-mozhna-zupynytyysya-53323/> [in Ukrainian]
- Varykasha, M. M. (2010). Literatura non-fiction: pomizh faktom i fiktsiieiu [Non-fiction literature: between fact and fiction]. *Aktualni problemy slovianskoi filolohii* [Current issues of Slavic philology]. (XXIII), 28–39. [in Ukrainian]
- Kolinko, O. (2016). Non-fikshn yak osoblyvyi fenomen suchasnoi beletrystyky [Nonfiction as a special phenomenon of contemporary fiction]. *Naukovyi visnyk Mizhnarodnoho humanitarnoho universytetu. Serii: Filolohiia* [Scientific Bulletin of the International Humanitarian University. Series: Philology], (24), (T. 2). http://www.vestnik-philology.mgu.od.ua/archive/v24/part_2/24.pdf [in Ukrainian]
- Kuznietsova, Ye. (2016). Naukovyi bloh: chy spravdi dopomahaiut motyvatsiini knyhy? [Science Blog: Do motivational books really help?]. *BBC News Ukraina*. https://www.bbc.com/ukrainian/blogs/2016/05/160531_motivation_books_science_blog_vs [in Ukrainian]
- Mazhara, N. (2018). Synkretyzm zhanriv i form memuarneho pysma [Syncretism of genres and forms of memoir writing]. http://eprints.mdu.edu.ua/id/eprint/5845/1/Mazhara_2018_230.pdf [in Ukrainian]
- Marchenko, I. (2021). Shcho yavliaie soboiu motyvatsiina literatura [What is motivational literature?]. *Holos Bushchyny* [The voice of Bushchyna]. <https://vbusk.com/cikavo/shcho-iavliaie-soboiu-motyvatyina-literatura.html> [in Ukrainian]
- Mironova, N. M. (2023). Henolohichni osoblyvosti filosofskoho romanu (na prykladi romanistyky Airis Merdok) [Genological Features of the Philosophical Novel (on the Example of Iris Murdoch's Novel)]. *Naukovyi visnyk Mizhnarodnoho humanitarnoho universytetu. Ser.: Filolohiia* [Scientific Bulletin of the International Humanitarian University. Ser: Philology], (62), (T. 2), 80–84. [in Ukrainian]
- Motyvuiuchi knyhy, yaki zminiuiut zhyttia [Motivational books that change lives]. (2024). *Readeat*. <https://readeat.com/blog/motivuyuchi-knigi-yaki-zminyuyut-zhyttia> [in Ukrainian]
- Savchuk, B., Bilavych, H. (2020). Fenomen kouchynhu v zarubizhnomu dyskursi [The phenomenon of coaching in foreign discourse]. *Nova pedahohichna dumka* [New pedagogical thought], (2), 7–11. [in Ukrainian]

- Sitko, A. V., Semyhinivska, T. H., & Struk, I. V. (2023). Osoblyvosti vidtvorennia tekstiv zhanru non-fikshn [Features of the reproduction of non-fiction texts.]. *Naukovyi visnyk Mizhnarodnoho humanitarnoho universytetu. Ser.: Filolohiia* [Scientific Bulletin of the International Humanitarian University. Ser: Philology], (59), (T. 3), 155–158. [in Ukrainian]
- Yak chytaty motyvatsiini knyhy [How to read motivational books]. (2022). *Mizhnarodna akademiia profesiinoho kouchynhu* [International Academy of Professional Coaching]. <https://www.coaching-academy.online/yk-chitaty-motivacioni-knugu/> [in Ukrainian]
- APA Dictionary of Psychology, 1st ed., Gary R. VandenBos, ed. (2007). Washington: American Psychological Association.
- McGee, M. (2005). *Self Help, Inc.: Makeover Culture in American Life* 1st Edition. Oxford University Press. <https://www.amazon.com/Self-Help-Inc-Makeover-American/dp/0195337263?asin=0195337263&revisionId=&format=4&depth=1>

Ksenia Sizova, Bezhan Dadesheli, Pavlo Pryhodko. The Phenomenon of Popularity of Motivational Literature. The article examines the phenomenon of motivational literature, which is rapidly developing worldwide and gaining popularity. It is determined that the purpose of motivational literature is to stimulate self-development, to provide psychological and household advice and recommendations. The readership of motivational literature is wide, although the main target segment is adolescents and young people. Readers are looking for answers to pressing psychological and even existential questions in motivational literature. The purpose of the article is a comprehensive study of the phenomenon of motivational literature, which is due to the set of methods used, which includes a systemic-functional approach, problematic and thematic, descriptive, and comparative methods. It is substantiated that motivational literature is closely related to popular psychology, a quasi-scientific theory that aims to popularize psychological knowledge by adapting it to the general population. The main forms of popular psychology are self-help books and psychological advice (recommendations). Self-development literature includes works of very different genres, which are united by their function and the ideological and thematic issues that result from it. In terms of genre, a significant number of motivational books can be qualified as literature of personal testimony. The author notes that motivational literature is not always pure nonfiction. Sometimes the plot may be fictional and even contain elements of fiction. The author concludes that motivational literature combines the features of fiction and documentary (non-fiction) literature. Its authors can talk about their own experience without using fiction, or they can actively use fiction. The main feature of motivational literature is that it is a literature of personal testimony that should inspire readers to self-development and self-improvement.

Keywords: motivational literature; self-development literature; genre; fiction; nonfiction.

Received: March 5, 2025

Accepted: May 9, 2025