

Структурно-содержательный анализ экзистенциальной теории в ее значении для практики психологического консультирования

Надежда Ю. Куценко^a; Ирина В. Ярославцева^{b, @}

^a Байкальский государственный университет, Россия, г. Иркутск

^b Иркутский государственный университет, Россия, г. Иркутск

@ ya-irk@yandex.ru

Поступила в редакцию 03.02.2020. Принята к печати 02.03.2020.

Аннотация: На основании современных исследований, посвященных теоретическим и методологическим проблемам психологии, в статье предпринята попытка анализа структуры и содержательной специфики экзистенциальной теории. Структура теории представлена в рамках концепции А. В. Юревича, содержательная специфика – в контексте экзистенциальной и феноменологической философской традиции. В структуре экзистенциальной психологической теории проанализированы три элемента: центр (общий образ психологической реальности, центральная категория, соответствующий феномен, набор основных понятий, система отношений между ними, базовые утверждения); периферия (теоретический и эмпирический компоненты) и неявная часть. Показано, что общий образ психологической реальности теории задается концептом *Dasein*, центральной категорией выступает *экзистенция*. Особое внимание уделено набору основных понятий, базовым и вспомогательным утверждениям. При этом в качестве базовых утверждений теоретической части экзистенциального подхода в статье представлены ключевые положения и принципы экзистенциализма, выдвинутые Ж.-П. Сартром, в качестве вспомогательных – утверждения, соответствующие главным положениям творчества А. Камю, В. Франкла. Экзистенциальная теория рассмотрена в свете ее концептуального становления: от феноменологии Э. Гуссерля до современной психологии. Авторы предполагают, что становление экзистенциальной теории способствовало развитию экзистенциальной традиции в практике психологического консультирования.

Ключевые слова: экзистенциализм, феноменология, *Dasein*, экзистенция, бытие, свобода, ответственность

Для цитирования: Куценко Н. Ю., Ярославцева И. В. Структурно-содержательный анализ экзистенциальной теории в ее значении для практики психологического консультирования // Вестник Кемеровского государственного университета. 2020. Т. 22. № 1. С. 152–162. DOI: <https://doi.org/10.21603/2078-8975-2020-22-1-152-162>

Введение

Несмотря на активное развитие психологии как науки, характер ее парадигмального статуса так и остается неопределенным, поэтому внимание ученых сконцентрировано сегодня вокруг вопросов методологического характера. Постановка и попытки решения данных вопросов влекут за собой проблемы, связанные с развитием прикладной психологии, которая в свете широкого арсенала инструментов остро нуждается в теоретико-методологических обоснованиях тех техник, методов и подходов, которые использует. В свою очередь, существующая в психологическом консультировании тенденция перехода к экзистенциально ориентированной практике требует предметного анализа теоретических оснований экзистенциальной традиции в психологии [1; 2]. Такая тенденция исторически и социально обусловлена: человечество сегодня находится в той ситуации, которая определяет рождение вопросов, поднимаемых психологами и психотерапевтами всего мира – вопросов, связанных с проявлением человеческой экзистенции. В обозначенном социально-историческом контексте современный человек все чаще нуждается в квалифицированной психологической

помощи, оказать которую может специалист, глубоко понимающий специфику того подхода, в рамках которого работает. Экзистенциально ориентированному психологу-консультанту необходимо осознавать суть категориального аппарата, глубину методологии, видеть структуру экзистенциального подхода и его специфику, чтобы эффективно осуществлять свою профессиональную деятельность.

Анализ научных источников подтверждает рост интереса исследователей к экзистенциальной традиции в практике психологического консультирования. При этом современные ученые достаточно разносторонне освещают все грани экзистенциализма, его сущность и взаимодействие с другими подходами, однако философско-методологического осмысления традиции и работ, нацеленных на определение структуры и содержательной специфики экзистенциальной теории, в настоящее время нет. Актуальность обращения к экзистенциальной традиции в рамках психологической практики становится очевидной.

Цель настоящей работы видится в структурно-содержательном анализе экзистенциальной теории в ее значении для практики психологического консультирования.

На основании существующих исследований в области теории и методологии психологии и с опорой на философский контекст возникает необходимость:

- определить центр экзистенциальной теории;
- проследить процесс становления базовой категории теории;
- выявить набор основных понятий и утверждений, составляющих содержание экзистенциальной теории;
- представить структуру экзистенциальной теории.

Необходимо отметить, что изучение строения и специфики научных теорий – одна из актуальных проблем современной методологии науки. В свое время среди зарубежных исследований наибольшую популярность приобрели концепции постпозитивистов: И. Лакатоса и М. Полани. Концепция научно-исследовательских программ (НИП) И. Лакатоса дополнила и развила доктрину К. Поппера о фальсифицируемости теории [3]. Концепция личностного (неявного) знания, выдвинутая британским ученым М. Полани, основанная на исследованиях внутриличностной коммуникации, предложила альтернативу классическому идеалу «беспристрастности исследователя» [4].

Из отечественных ученых в контексте обозначенной проблемы следует отметить вклад в развитие философии науки советского и российского философа, методолога науки В. С. Степина [5; 6]. Одним из главных достижений отечественной философии науки является разработанная В. С. Степиным концепция генезиса и структуры научной теории, а также концепция типов научной рациональности. Применительно к психологии свой взгляд на стандартную структуру психологических теорий предложил российский ученый А. В. Юревич, опираясь на разработки И. Лакатоса, М. Полани и В. С. Степина [7–9]. Значительный вклад в решение методологических проблем современной отечественной психологии вносят исследования О. А. Артемьевой [10; 11].

В попытке представить структуру и содержательную специфику экзистенциальной психологической теории мы будем опираться на исследования А. В. Юревича, посвященные теоретическим и методологическим проблемам психологии. В структуре психологической теории исследователь выделяет три элемента: центр, периферию и неявную часть. Для сравнения: И. Лакатос выделял в научной теории жесткое ядро (основа НИП) и защитный пояс (сумма вспомогательных теорий); В. С. Степин – фундаментальную теоретическую схему (взаимосогласованную систему категорий) и вспомогательные теоретические схемы.

Методология исследования

Методология исследования определена в соответствии с представленными ниже классическими и современными научными подходами.

Уровень философской методологии. Поскольку исследуемая проблема находится в области пересечения психологического и общепсихологического знания, основой методологического аппарата работы будет философский уровень,

представленный мировоззренческими установками и наиболее общими принципами познания мира (принципами всесторонности, детерминизма, объективности, развития, диалектизма). Структурно-содержательный анализ экзистенциальной теории проведен с помощью диалектического метода, позволяющего выявлять причинно-следственные связи, объективность в оценивании действительности, процессы интеграции и дифференциации и т. д.

Уровень методологии общенаучных принципов исследования (общая методология научных исследований). Данный уровень представлен универсальными принципами, средствами и формами научного познания. Применительно к предмету настоящей работы использовались следующие группы общенаучных методов:

1. Организационно-стратегические:

А. Метод системного анализа. Данный метод подразумевает комплексное исследование предмета как единого целого:

- предмет исследования рассмотрен как множество элементов (категорий, утверждений и т. д.), взаимосвязь которых предопределяет целостность экзистенциальной теории;
- выявлены связи внутри исследуемого предмета (например, устойчивая связь категорий в рамках экзистенциальной теории).

В. Комплексный метод анализа, позволивший рассмотреть траекторию развития экзистенциальной традиции через философский контекст.

С. Структурно-функциональный метод. Структура экзистенциальной теории определена с помощью структурно-функционального метода, позволившего посмотреть на предмет исследования как на системно организованную структурную целостность, где каждый элемент имеет определенное функциональное значение.

2. Методы получения научных данных:

А. Источниковедческий метод.

В. Библиографический метод.

Данные методы позволили изучить и провести сравнительно-сопоставительный анализ литературы по проблеме исследования.

С. Метод терминологического анализа. Данный метод реализуется через изучение этимологии терминов, истории их вхождения в научный аппарат. В рамках настоящего исследования проведен анализ базовых категорий экзистенциального подхода в психологическом консультировании, на почве которых выстроена структура теории. Это такие категории, как бытие, экзистенция, свобода, ответственность и т. д.

Д. Метод текстологического анализа, с помощью которого были проанализированы ключевые для понимания экзистенциальных принципов тексты (выявлены базовые утверждения Ж.-П. Сартра, ключевые категории и т. д.).

3. Методы обработки, интерпретации и объяснения полученных данных:

А. Методы обработки полученных данных: метод обоснованной теории. С помощью данного метода и с опорой на исследования А. В. Юревича была представлена структура экзистенциальной теории. В данном случае произведено качественное осмысление материала (текстов Ж.-П. Сартра, А. Камю, М. Хайдеггера и др.).

В. Методы интерпретации полученных данных:

- историко-генетический метод;
- стратификационный метод.

Данные методы позволили построить уровневую модель экзистенциальной теории.

Результаты

Как было отмечено выше, в структуре психологической теории А. В. Юревич выделяет три элемента: центр, периферию и неявную часть. К центральному элементу психологической теории А. В. Юревич относит общий образ психологической реальности, центральную категорию, соответствующий феномен, набор основных понятий, систему отношений между ними («сетку отношений» в терминологии В. С. Степина), базовые утверждения. В периферической области А. В. Юревич выделяет теоретический и эмпирический компоненты, в неявной части – личностный и надличностный составляющие научного знания.

Центр экзистенциальной психологической теории

Общий образ психологической реальности. Общий образ психологической реальности задается, как утверждает А. В. Юревич, через центральную категорию, которая «списывается» с феномена. Часто ключевая категория и феномен совпадают, например, в теории деятельности: деятельность – это и центральная категория, и феномен. В других случаях два эти компонента не совпадают, но тесно взаимосвязаны, например, в когнитивизме: центральная категория – образ, феномен – мышление. В применении к экзистенциальному подходу (его теоретическим постулатам) можно предположить, что центральной категорией выступит экзистенция, феноменом – переживание. Общий образ психической реальности тогда также можно обозначить понятием *Dasein*. Данное понятие буквально переводят как *находящийся здесь человек*; в экзистенциальной психологии и психотерапии понятие *Dasein* определяет конкретное бытие человека, бытие в экзистенции.

Следуя логике А. В. Юревича, можно выстроить типовую траекторию развития теоретической базы экзистенциального подхода:

1. Осознание важности самого феномена – переживания каждой отдельной личности. То есть не на поведение (бихевиоризм), не на бессознательное (психоанализ) обращают внимание исследователи, а на то, что в конкретное время / конкретном месте переживает человек. Впервые такой акцент был сделан в рамках феноменологических исследований [12; 13].

2. Формирование соответствующей категории. В философских трудах обосновывается понятие *экзистенция*. Именно оно перерастает в ключевую категорию, определяющую экзистенциальную традицию в психологии.

Содержание центральной категории. Центральной категорией является экзистенция – онтологическая категория, в общем виде означающая «существование человека» (лат. *exsistentia*, от глагола *ex-sisto, ex-sistere* существовать, обнаруживать себя, становиться).

Именно экзистенциальная традиция в лице самых значимых ее представителей, начиная с С. Кьеркегора, будет активно «сопротивляться» господствующим установкам своего времени, делая акцент на экзистенции, т. е. на существовании, а не на сущности («Существование предшествует сущности»). С. Кьеркегор утверждал, что отождествлять объективную истину и реальность – иллюзия: «Истина существует только для отдельного индивида и в той мере, в какой он сам создает ее в своем действии» [цит. по: 14, с. 99]. Психология же, заключенная в рамки сущностного подхода, исключает из поля своего зрения реального человека. По своей сути это научная психология, способная работать с отвлеченными понятиями и совершать открытия в определенных областях. Но она не применима к работе с конкретным человеком, например в рамках консультирования. Здесь возникает серьезная проблема, которую Р. Мэй обозначил как «разрыв между абстрактной истиной и экзистенциальной реальностью живущего сейчас человека» [14, с. 101]. Возможно, именно экзистенциальный подход в психологии и пытается сегодня преодолеть этот разрыв. При этом психологи экзистенциальной традиции не отрицают важность изучения отдельных процессов психики человека, они лишь утверждают, что на их основе мы никогда не сможем понять живого человека: «Чем более исчерпывающее и точное определение вы дадите силам или влечениям, тем в большей степени вы будете говорить об абстракциях, а не о существовании живущего человека» [15, с. 17]. Современные мыслители и экзистенциально ориентированные психологи занимают позицию, прямо противоположную сущностному подходу. Сегодня утверждается мысль, что наука о человеке может изучать человеческие существа исключительно в их существовании, через призму субъективных переживаний, т. е. в их экзистенции.

Напомним, что слово *экзистенция* восходит к латинскому *exsistere*, что значит появляться, возникать, выделяться. Поэтому представители экзистенциального подхода и обращаются к человеку не как к комбинации статических механизмов, а как к постоянно проявляющей себя экзистенции: к переживанию конкретным человеком своей тревоги, одиночества, страха, отчуждения. Как отмечает А. Лэнгле, экзистенциализм – это положение о том, что человек всегда чуть больше, чем то, что представляет собой. В этом смысле психология становится близка философским принципам, что вовсе не делает ее антинаучной, а лишь указывает

на существующую возможность и умение выйти за пределы строго установленных научных рамок и технических приемов. Психологи экзистенциальной традиции в первую очередь исходят из того факта, что перед нами человек, которому «случилось существовать» [14, с. 99], и если мы не будем учитывать этот момент, то все, что мы узнали о человеке с помощью различных методик и техник, просто утратит свое значение.

У А. Лэнгле есть термин «диалогическая реальность экзистенции» [16–18], который означает, по сути, взаимодействие человека с реальностью. Человек всегда должен быть открыт миру (по А. Лэнгле *открытость* – одна из качественных характеристик экзистенции), что проявляется в возможности личности отвечать на те вопросы, которые ставит жизнь. В связи с этим одной из задач экзистенциально ориентированного психолога будет помощь человеку в обнаружении этой реальности. По мнению А. Лэнгле, осуществить экзистенцию означает обрести внутреннее согласие: сказать «да» по отношению к четырем сферам бытия: миру, жизни, бытию самим собой и смыслу [17, с. 91].

3. Следующий шаг типовой траектории развития теоретической базы экзистенциального подхода – «растягивание данной категории на всю психологическую реальность» [9, с. 6]. Применительно к экзистенциализму – экзистенция становится той категорией, сквозь призму которой изучают / определяют человека и работают с ним (в том числе в процессе психологического консультирования). Впервые это происходит в рамках феноменологической психиатрии [19; 20]. Далее категория переходит в терминологический аппарат психологии и берется на вооружение всеми экзистенциально ориентированными психологами.

Процесс становления базовой категории в экзистенциальном подходе можно представить в виде схемы (рис.).

4. Последним пунктом развития теории А. В. Юревич отмечает «утрату» категорией своей первоначальной отнесенности к феномену, некое «размывание» их связи. Данного процесса, на наш взгляд, пока не происходит, возможно, по причине возрастающего интереса к этой традиции в психологии.

Набор основных понятий. Как правило, набор основных понятий (терминологический аппарат) различных

психологических теорий в какой-то мере пересекается. Это вполне естественно, поскольку теории, несмотря на их зачастую значительную дистанцированность, относятся к одной науке. Тем не менее понятийные аппараты психологических теорий, хотя и пересекаются, «никогда полностью не совпадают друг с другом» [9, с. 6]. Именно поэтому А. В. Юревич считает основные понятия любой психологической теории ее специфическим признаком.

Безусловно, терминологический аппарат будет всегда подчинен центральной категории, в нашем случае – понятию *экзистенция*. Определяя иерархию основных понятий и сетку отношений между ними, мы будем исходить из фундаментальной базы экзистенциального подхода – феноменологии и философии экзистенциализма. Именно эти два источника, как известно, в значительной степени сформировали категориальный аппарат не только экзистенциального подхода, но и всей гуманитарной парадигмы в психологии. Таким образом, те понятия, которые экзистенциальные мыслители (в первую очередь С. Кьеркегор, Э. Гуссерль, М. Хайдеггер, К. Ясперс, Ж.-П. Сартр и А. Камю) выводят в своем творчестве (в базовых утверждениях) как основные, составляют вершину понятийного аппарата теоретической части экзистенциального подхода в психологии. В свою очередь, понятия, пересекающиеся с тезаурусами других теорий, будут представлены в основании. Разберем ключевые понятия.

Бытие. Одно из фундаментальных понятий, лежащих в основании экзистенциального подхода. Сразу следует сказать о критических реакциях на вхождение категории *бытие* в область психологии. В частности, упомянем критику польского психиатра и философа А. Кемпински, который пишет о том, что экзистенциализм в психологии – это всегда «слишком громкие слова о человеке», высокопарность, непонятный язык и морализаторство [21]. Критически настроен и К. Роджерс: по его мнению, термины *бытие* и *небытие* неприемлемы в психологии, поскольку являются философскими терминами и не поддаются никакой проверке [22].

Однако современные представители психотерапии и психологического консультирования (в частности, И. Ялом и А. Лэнгле) говорят о все большем «узаконивании» категории бытия в психологическом аппарате.

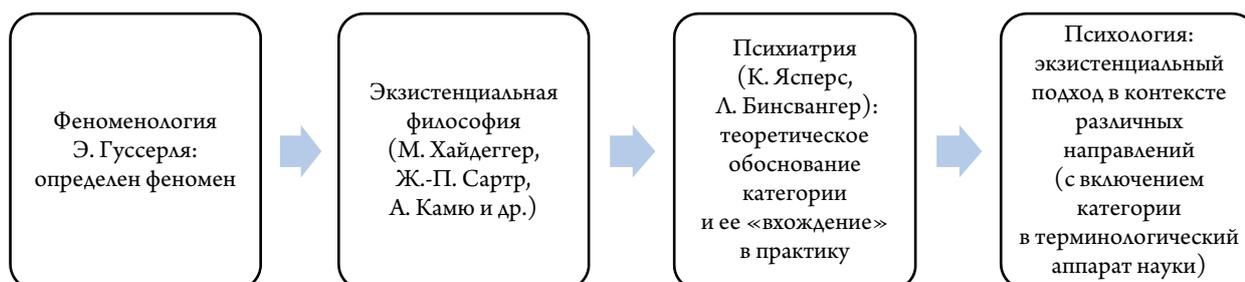


Рис. Процесс становления базовой категории в экзистенциальном подходе
Fig. Establishment of the basic category within the existential approach

Подобный же взгляд излагал в свое время Р. Мэй: «я берусь утверждать, что без понятий "бытие" и "небытие" мы не сможем понять даже самые распространенные психологические механизмы. Возьмем, например, перенос и вытеснение. Обычные обсуждения этих терминов неубедительны, психологически беспочвенны, повисают в воздухе именно потому, что мы испытываем недостаток в базовой структуре, на которой они могут быть обоснованы» [15, с. 19]. Далее у автора мы встречаем мысль, что «бытие можно рассматривать как уникальную совокупность возможностей человека» [15, с. 21]. В другой работе Р. Мэй пишет, что понять динамизмы, поведенческие паттерны и т. д. невозможно без осознания, что мы имеем дело с человеком, которому случилось «существовать, быть». И без этого осознания все наше знание о человеке теряет смысл: экзистенция всегда соотносится с бытием, становлением [20]. Подобная точка зрения отражена в работах А. Лэнгле.

Следовательно, можно утверждать, что основополагающей базовой категорией экзистенциального подхода в современном психологическом консультировании будет являться *бытие*. Таким образом, экзистенциальный подход напрямую связан с онтологией. Как говорит И. Ялом, «забвение бытия означает жизнь в мире вещей, погружение в жизненную рутину, ... сознавая бытие, человек сосредоточен не на "как", а на "что" – не на свойствах и оценках вещей, а на том, что эти вещи есть, что они обладают бытием» [23, с. 37]. Этот модус существования И. Ялом и называет онтологическим, жить так – не только сознавать свое бытие, но и ответственность за него.

Свобода и ответственность. Следуя за философией экзистенциализма, определяющей человека как свободное существо, экзистенциальный подход понимает человека исключительно в таком ключе: «с экзистенциальной точки зрения мы понимаем действительность человека не как должностное, не как принуждение; действительность человека не является полностью предопределенной, в своей глубине она основана на свободе» [17, с. 5]. Такой взгляд и будет являться исходной посылкой экзистенциального подхода в психологическом консультировании. Отсюда следует определенная методологическая установка (назовем это так): экзистенциально ориентированный консультант относится к любому человеку как к уникальной личности, отдельному миру, всегда сохраняет «благоговение перед конкретным человеком и его жизнью» [17].

Как известно, с точки зрения мыслителей, которых мы относим сегодня к экзистенциальной традиции (А. Камю, Ж.-П. Сартр, М. Бубер и др.), единственное существо в этом мире, «обделенное» конкретным местом, целью и предназначением – это человек. В какой-то степени он противопоставит своей свободой природе. Известное высказывание Ж.-П. Сартра «существование предшествует сущности» вскрывает все торжество и одновременно трагедию человека: только он выстраивает линию своей жизни, раскрывает ее яркими или мрачными красками,

обрекает себя на духовные скитания или поиск гармонии. «Человек – проект самого себя» – гласит экзистенциализм, наделяя нас правом выбора и обрекая на беспомощность все детерминистические концепции, в том числе и в психологии.

Решая задачи данного исследования, мы не можем рассматривать категорию свободы вне ответственности, поскольку в экзистенциальном контексте эти понятия сопряжены. Когда Ж.-П. Сартр писал, что «Быть ответственным значит быть неоспоримым автором события или вещи», он имел в виду как раз свободу человека [цит. по: 23, с. 245]. Осознавать ответственность за свою жизнь, свои поступки, судьбу, за свои чувства, мысли и страдания – и значит с точки зрения экзистенциализма переживать свободу. Как пишет И. Ялом: «На самом глубоком уровне ответственность объясняет существование» [23, с. 245].

Экзистенциализм, а вслед за ним и экзистенциальный подход в психотерапии и психологическом консультировании наделяют человека полной ответственностью за свою жизнь, в том числе и за неспособность действовать, меняться, расти. Об этом говорят и пишут современные психологи, в частности И. Ялом и А. Лэнгле. Акцент в их работах сделан на принятии человеком персональной ответственности, что в современных условиях крайне сложно. Мы помним, что поиск свободы – одна из вечных тем человеческих стремлений. Однако сегодня, как отмечает И. Ялом, «Атрофия структурирующих социальных (и психологических) институтов привела нас к конфронтации с нашей свободой. Если нет правил, нет грандиозного проекта, ничего, что мы должны делать, – мы свободны делать то, что предпочитаем, ... можно сказать, что сегодня, с ликвидацией маскировавших свободу атрибутов, с упразднением налагаемых извне структур, мы стали ближе, чем когда-либо, к переживанию экзистенциальных фактов жизни. Но мы не подготовлены; нагрузка оказывается слишком велика; тревога мощно требует разрядки, и мы, индивидуально и социально, вовлекаемся в неистовый поиск защиты от свободы» [23, с. 252]. Такими защитами, по мнению автора, будут компульсивность, перенос ответственности, отрицание ответственности («невинная жертва», например), избегание автономного поведения и т. д. [23].

Таким образом, экзистенциальный подход в психологическом консультировании ставит перед собой вполне философскую задачу: помочь человеку понять, не что ему следует делать, а что он действительно хочет делать. Как пишет И. Ялом: «Принятие ответственности – необходимая предпосылка терапевтического изменения. Пока человек верит, что его ситуация и его дисфория порождаются кем-то другим или некоторой внешней силой, – какой смысл стремиться к личностному изменению? Люди обнаруживают неистощимую изобретательность в нахождении путей избегания сознания ответственности» [23, с. 255].

В качестве заключения к вышесказанному следует еще раз вспомнить, что феноменологические принципы в экзистенциальном подходе будут определяющими. Поэтому

и свобода будет всегда восприниматься как исключительно субъективное переживание. Важно не то, воспринимают свободным или несвободным человека окружающие, важны и значимы сами по себе переживания: чувствует себя свободным человек или нет. Как пишет А. Лэнгле, эти переживания являются своего рода Я-критерием, позволяющим в рамках консультативного процесса делать определенные выводы. Однако всегда стоит помнить, что «пространство свободы необходимо учитывать, если мы имеем дело с человеком как экзистенцией. Это пространство, в котором человек несет за себя полную ответственность, лишить которой его не может даже терапевт» [15, с. 22].

Поскольку экзистенциальная традиция связана с такими онтологическими данностями, как бытие, свобода, ответственность, тревога и др., работа с клиентом не может быть кратковременной. На это указывают такие авторитетные исследователи и практикующие психотерапевты, как Р. Мэй, И. Ялом, А. Лэнгле. Следовательно, консультативный процесс не может быть полностью построен на экзистенциальных принципах. Мы можем говорить либо о психологическом консультировании с использованием экзистенциального подхода (и тогда сохраняются техники других психологических традиций), либо о долгосрочной терапии, полностью построенной на экзистенциальной традиции.

Базовые утверждения играют значимую для психологических теорий роль: они «развивают и систематизируют образ психической реальности, заданный центральной категорией, генерализуют содержащийся в ней объяснительный импульс и т. д.» [9, с. 7]. Полагаем, что в качестве базовых утверждений теоретической части экзистенциального подхода выступают ключевые положения и принципы экзистенциализма, выдвинутые Ж.-П. Сартром в работе «Экзистенциализм – это гуманизм» и ставшие своего рода лозунгом всей современной экзистенциальной традиции: «Существование предшествует сущности», «Человек обречен на свободу», «Человек есть проект самого себя», «Мы – это наш выбор», «Человек ответственен не только за себя, он отвечает и за всех людей». Напомним, что Ж.-П. Сартр – единственный мыслитель, который называл себя экзистенциалистом. И именно в его творчестве, как утверждает Р. Мэй, экзистенциализм был «достигнут в чистом виде» [15, с. 16].

В своей программной статье Ж.-П. Сартр критикует устоявшуюся в европейской культуре, в частности философии, мысль о том, что человеческая сущность предшествует существованию (критике подвергается философская традиция от Декарта до Канта). Мыслитель, однозначно определивший свои взгляды как «атеистический экзистенциализм», пишет: «если даже бога нет, то есть по крайней мере одно бытие, у которого существование предшествует сущности, бытие, которое существует прежде, чем его можно определить каким-нибудь понятием, и этим бытием является человек, или, по Хайдеггеру, человеческая реальность. Что это означает "существование предшествует

сущности"? Это означает, что человек сначала существует, встречается, появляется в мире, и только потом он определяется» [24, с. 323]. Так рождается известное утверждение Ж.-П. Сартра и экзистенциализма в целом: «Существование предшествует сущности». Р. Мэй писал об этом утверждении: «заявление Сартра действительно очень многое проясняет. Это крайняя форма утверждения принципа, согласно которому ни логика, ни математика, ни какая-либо система или язык, ни этика, ни религия не имеют какого-либо обоснования, за исключением того, что мы, люди, существуем прежде любой проблемы» [15, с. 45].

Далее в своей работе Ж.-П. Сартр говорит: «Для экзистенциалиста человек потому не поддается определению, что первоначально ничего собой не представляет. Человеком он становится лишь впоследствии, причем таким человеком, каким он сделает себя сам... Человек просто существует, и он не только такой, каким себя представляет, но такой, каким он хочет стать. И поскольку он представляет себя уже после того, как начинает существовать, и проявляет волю уже после того, как начинает существовать, и после этого порыва к существованию, то он есть лишь то, что сам из себя делает. Таков первый принцип экзистенциализма» [24, с. 321]. Таким образом, мыслитель говорит о тотальной свободе и о выборе, который становится основой человеческого существования. «Мы – это наш выбор», утверждает мыслитель [24, с. 321].

Также одним из ключевых утверждений экзистенциальной традиции станет мысль Ж.-П. Сартра, что человек – это «проект самого себя» (учение Ж.-П. Сартра о миропроекте). Идею проекта, как известно, философ перенял у М. Хайдеггера, однако несколько иначе ее представил. Поскольку человек Ж.-П. Сартра изначально «обречен» на свободу, то и проект – его. То есть человек «выбирает» свою жизнь, и то, какой она будет, зависит от него. В применении к психотерапии (в нашем случае – психологическому консультированию) Ж.-П. Сартр утверждал, что необходимо «вскрыть» этот момент выбора, «выйти» на него. Роль консультанта, следовательно, – помочь клиенту это сделать.

Следует сказать о проекте в понимании М. Хайдеггера [25]. Для мыслителя бытие и человек не разделимы, однако выбор осуществляет бытие, не человек. Просто потому, что бытие всегда выше, больше человека. Если исходить из первоначальной трактовки проекта – точки выбора нет. Однако сартровское «Человек – проект самого себя» утвердилось в контексте многих аспектов современной антропологии. Слова самого Ж.-П. Сартра: «человек прежде всего существует, ... человек – существо, которое устремлено к будущему и сознает, что оно проецирует себя в будущее. Человек – это прежде всего проект, который переживается субъективно, ... человек станет таким, каков его проект бытия... Но если существование действительно предшествует сущности, то человек ответствен за то, что он есть. Таким образом, первым делом экзистенциализм отдает каждому человеку во владение его бытие и возлагает на него полную ответственность

за существование» [24, с. 322]. А мысль о том, что «Человек ответственен не только за себя, он отвечает и за всех людей», станет вторым принципом экзистенциализма [24].

Резюмируя вышесказанное, еще раз выделим пять ключевых утверждений, составляющих основу экзистенциальных идей Ж.-П. Сартра:

1. Существование предшествует сущности.
2. Человек обречен на свободу.
3. Человек есть проект самого себя.
4. Мы – это наш выбор.
5. Человек ответственен не только за себя, он отвечает и за всех людей.

Можно предположить, что именно эти слова французского мыслителя являются базовыми утверждениями теоретических основ экзистенциального подхода в психологическом консультировании. Как справедливо отмечает в своих работах Р. Мэй, высказывания Ж.-П. Сартра являются «судьбоносными», ибо «проливают свет на десятилетия и столетия исследований» [15, с. 45].

Периферическая область экзистенциальной психологической теории

Периферическая область любой психологической теории, по мнению А. В. Юревича, состоит из двух компонентов: теоретического и эмпирического.

Теоретический компонент – это вспомогательные утверждения теории, которые очень сложно вычленишь из контекста гуманитарных работ: «Вспомогательные утверждения теорий в гуманитарных науках отличаются от частных теоретических схем точных наук прежде всего своей аморфностью и недостаточной упорядоченностью» [9, с. 8]. Тем не менее можно предположить, что вспомогательные утверждения в рамках экзистенциального подхода – это те теоретические установки, которые отличают каждого крупного мыслителя-экзистенциалиста. Следовательно, эти утверждения характеризуют субъективный взгляд мыслителя на экзистенциальные данности, но в целом вписываются в общую систему экзистенциализма, поскольку подчиняются его ключевым принципам. В качестве примера приведем утверждения, характеризующие творчество А. Камю и В. Франкла (табл. 1).

Эмпирический компонент. Говорить об эмпирической составляющей экзистенциального подхода довольно сложно: «Те, кто обращаются к работам по экзистенциальному анализу как к руководству по технике, будут разочарованы. Они не найдут там специально разработанных практических методов» [29, с. 184]. Дело в том, что отсутствие особого набора техник, эмпирических исследований и т. д. – своего рода отличительная черта экзистенциального подхода. Объясняется это сутью экзистенциализма: человек никогда не рассматривается сквозь призму некоего шаблона; перед консультантом всегда уникальное бытие. В данном случае уместно процитировать Р. Мэя, утверждающего, что экзистенциализм в психологии – это «способ понимания

Табл. 1. Вспомогательные утверждения (периферическая область) теоретической базы экзистенциального подхода в психологическом консультировании

Tab. 1. Supporting statements (peripheral area) of the theoretical basis within the existential approach in psychological counseling

Утверждения	Комментарии
<ul style="list-style-type: none"> • Абсурд рождается из столкновения человеческого разума и безрассудного молчания мира [26, с. 24]. • Если мы стремимся устоять среди абсурда, не подозревая при этом, что абсурд – это жизненный переход, отправная точка, экзистенциальный эквивалент методического сомнения Декарта [27, с. 2]. 	<p>Абсурд – ключевое понятие творчества А. Камю. По мнению мыслителя, мир не является абсурдным, как не является абсурдным человек сам по себе. Абсурд возникает в тот момент, когда человек начинает «вопросить», задаваться вопросами о мире. В данном случае можно провести такую параллель: человек «перед абсурдом» и человек в ситуации экзистенциального конфликта.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Смысл не только должен, но и может быть найден [28, с. 38]. • Человек – это существо, которое всегда может сказать «нет» своим влечениям, ... человек – это меньше всего продукт наследственности и окружения, человек – это существо, которое наряду со стремлением к наслаждению неудержимо стремится и к ценностям ... Человек – это больше, чем психика, человек – это дух [28, с. 17]. 	<p>В. Франкл считал, что смысл жизни объективен и может быть найден человеком. Поиск смысла жизни – это путь к душевному здоровью; утрата смысла – причина множества бед и болезней.</p>

человеческого существования, и представители этого направления полагают, что одно из главных препятствий (если не самое главное) для понимания человека в западной культуре – это чрезмерный акцент на технике, который сопряжен с тенденцией воспринимать людей как объекты учета, управления, "анализа"» [29, с. 185].

В европейской культуре до определенного времени бытовал тезис «понимание следует за техникой». Экзистенциальная традиция предлагает совершенно иную

DOI: 10.21603/2078-8975-2020-22-1-152-162

установку: «Техника следует за пониманием» [29, с. 185]. Следовательно, набор техник всегда будет прямо подчинен основной задаче консультанта: понять клиента «как бытие и как бытие в собственном мире» [29, с. 185]. Без понимания, по Р. Мэю, любые техники бесполезны. Он утверждает, что в контексте экзистенциального подхода набор техник должен быть вариативным и гибким, меняющимся от клиента к клиенту, в зависимости от этапа работы с тем или иным человеком. «Это не эклектизм, подобная гибкость обязательно сопровождается ясным пониманием основ любого метода» [29, с. 187].

Наибольшее внимание при проведении консультативных сессий с использованием экзистенциального подхода уделяется созданию определенной атмосферы, основанной на качестве отношений, установленных в процессе работы между консультантом (психотерапевтом) и клиентом. Как правило, экзистенциально ориентированные психологи описывают ситуацию установления контакта и последующей работы с клиентом при помощи таких слов, как присутствие, аутентичность и преданность. Главным методом работы, безусловно, является беседа. Техники специалисты заимствуют из различных направлений, учитывая при этом их смысл для конкретной ситуации клиента. Например, из психоанализа: М. Босс задействовал в своей работе кушетку и метод свободных ассоциаций. Также консультанты работают с переносом, вытеснением, сопротивлением и т. д. [14]. Широко в консультировании применяются методы арт-терапии; из когнитивной терапии заимствованы технологии ведения дневника, «переоценка», «декатастрофизация», «целенаправленное повторение» и т. д.; из поведенческой психотерапии – ролевые тренинги и др.

Конечно, в работе с клиентами психологи-консультанты и психотерапевты применяют и собственно экзистенциальные

техники. Эти техники обозначил и подробно описал (с большим количеством примеров-ситуаций) И. Ялом в своей работе «Экзистенциальная психотерапия» [23]. Представим их более наглядно (табл. 2).

Неявная область экзистенциальной психологической теории

В силу традиции, заложенной М. Полани в методологическую рефлексию науки, теории не исчерпываются центром и периферией. Поэтому А. В. Юревич выделяет т. н. неявную область и в психологических теориях. К неявной области исследователь относит все то, что М. Полани определял как личностное знание: «Любая теория, в особенности социогуманитарная, включает в себя множество неявных смыслов и имплицитных утверждений, понимание которых всегда индивидуально и осуществляется на уровне личностного знания, что и порождает главную причину расхождения смысловых полей при восприятии теории» [7, с. 81]. А. В. Юревич в неявном знании выделяет два компонента: личностный и надличностный. Личностный компонент состоит из понимания теории психологом-консультантом / исследователем личностных переживаний, образцов поведения, эмоций и т. д. Надличностный компонент – своего рода социальная надстройка над теорией, связанная в первую очередь с социально-культурным фактором, специфическим групповым знанием и т. д. Следовательно, определение и анализ неявной области возможны лишь в отношении конкретных практиков либо исследователей. То есть экзистенциальная психотерапия И. Ялома будет нести в себе одну неявную область, экзистенциальный анализ А. Лэнгле – другую и т. д.

Табл. 2. Экзистенциальные техники в консультировании

Tab. 2. Existential consulting techniques

Работа с осознанием смерти	Работа с ответственностью и свободой	Работа с изоляцией	Работа с бессмысленностью
1) «разрешение терпеть»: свободное обсуждение темы смерти; 2) работа с защитными механизмами; 3) работа со сновидениями; 4) использование вспомогательных средств для углубления осознания смерти (например, представить собственные похороны); 5) уменьшение сензитивности к смерти; 6) смысловая переоценка смерти	1) определение видов защиты и способов уклонения от ответственности; 2) идентификация уклонения от ответственности; 3) столкновение с ограничениями реальности; 4) противостояние экзистенциальной вине; 5) высвобождение способности хотеть; 6) фасилитация принятия решений (каждое действие предваряется выбором)	1) конфронтирование пациентов с изоляцией; 2) идентификация механизмов защиты; 3) идентификация межличностной патологии; 4) исцеляющие отношения	1) переопределение проблемы; 2) работа с преодолением тревожности; 3) вовлечение в жизнь; 4) аутентичные отношения <i>консультант – клиент</i>

Заключение

Отметим, что поставленная нами цель заключалась в структурно-содержательном анализе экзистенциальной теории в ее значении для практики психологического консультирования. В соответствии с поставленной целью была определена методология исследования.

Исходя из проведенного анализа можно утверждать, что экзистенциальная теория, наряду с другими теориями психологической науки (бихевиоризмом, когнитивной психологией, гуманистической психологией и т. д.), имеет свою структуру и содержательную специфику. Становление экзистенциальной теории в психологической науке способствовало формированию и развитию экзистенциальной традиции в теории и практике психологического консультирования.

Можно говорить о следующей структуре и содержании экзистенциальной теории в психологии:

1. Центр теории включает:

- Общий образ психологической реальности задается концептом *Dasein*, центральной категорией является *экзистенция*, соответствующим феноменом – переживание.
- Процесс становления базовой категории определяется нами следующей последовательностью:
 - феноменология Э. Гуссерля (определен феномен);
 - экзистенциальная философия (творчество Ж.-П. Сартра, А. Камю и др.);
 - психиатрия (К. Ясперс, Л. Бинсвангер): теоретическое обоснование категории и ее «вхождение» в практику;

– психология: становление экзистенциального подхода в контексте различных направлений (с включением категории в терминологический аппарат науки).

- Набор основных понятий в рамках экзистенциальной теории подчинен основной категории. Далее в экзистенциальную теорию включены такие понятия, как бытие, свобода, ответственность и др.
- Базовые утверждения рассматриваемой теории, которыми можно считать программные высказывания Ж.-П. Сартра, поскольку именно он выступает в истории экзистенциальной мысли ключевым теоретиком основных положений экзистенциализма. Это такие утверждения, как «Существование предшествует сущности», «Человек обречен на свободу», «Человек есть проект самого себя» и др.

2. Периферическая область теории включает вспомогательные утверждения, соответствующие главным положениям творчества А. Камю, К. Ясперса, А. Лэнгле, В. Франкла и др. мыслителей (теоретический компонент). Эмпирический компонент рассматриваемой теории представлен нами набором экзистенциальных техник, предложенных И. Яломом в работе «Экзистенциальная психотерапия».

Экзистенциальная теория способствует развитию экзистенциальной традиции в практике психологического консультирования. Владение методологией экзистенциального подхода позволит психологу-консультанту эффективно осуществлять свою профессиональную деятельность.

Литература

1. Леонтьев Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. М.: Смысл, 2003. 487 с.
2. Леонтьев Д. А. Экзистенциальный подход в современной психологии личности // Вопросы психологии. 2016. № 3. С. 3–15.
3. Лакатос И. Методология исследовательских программ. М.: Ермак, АСТ, 2003. 384 с.
4. Полани М. Личностное знание. М.: Книга по требованию, 2012. 342 с.
5. Степин В. С. Научная рациональность в техногенной культуре: типы и историческая эволюция // Вопросы философии. 2012. № 5. С. 18–25.
6. Степин В. С. Теоретическое знание: структура, историческая эволюция. М.: Прогресс-Традиция, 2000. 743 с.
7. Юревич А. В. «Методологический либерализм» и структура теорий в социогуманитарных науках // Личность. Культура. Общество. 2006. Т. 8. № 3. С. 62–83.
8. Юревич А. В. Психология и методология // Психологический журнал. 2000. № 5. С. 35–37.
9. Юревич А. В. Структура психологических теорий // Психологический журнал. 2003. Т. 24. № 1. С. 5–13.
10. Артемьева О. А. Методологические основы изучения социально-психологической детерминации развития психологии. Иркутск: Изд-во Иркут. гос. ун-та, 2009. 165 с.
11. Артемьева О. А. Социально-психологическая детерминация отечественной психологии как становление и развитие коллективного субъекта научной деятельности в первой половине XX столетия: автореф. дис. ... д-ра психол. наук. М., 2013. 45 с.
12. Гуссерль Э. Идеи к чистой феноменологии и феноменологической философии. Книга первая. Общее введение в чистую феноменологию. М.: Академический Проект, 2009. 489 с.
13. Гуссерль Э. Идеи феноменологии: Пять лекций. СПб.: Гуманитарная академия, 2008. 224 с.
14. Мэй Р. Истоки экзистенциального направления в психологии и его значение // Теория и практика экзистенциальной психологии. М.: Институт общегуманитарных исследований, 2017. С. 88–132.

15. Мэй Р. Возникновение экзистенциальной психологии // Теория и практика экзистенциальной психологии. М.: Институт общегуманитарных исследований, 2017. С. 5–48.
16. Лэнгле А. Воспринимать то, что трогает. Феноменология в практике экзистенциального анализа // Экзистенциальный анализ. 2009. № 1. С. 79–112.
17. Лэнгле А., Уколова Е. М., Шумский В. Б. Современный экзистенциальный анализ: история, теория, практика, исследования. М.: Юрайт, 2018. 403 с.
18. Лэнгле А. Person: Экзистенциально аналитическая теория личности. М.: Генезис, 2006. 159 с.
19. Бинсвангер Л. Экзистенциальный анализ. М.: Институт общегуманитарных исследований, 2014. 272 с.
20. Ясперс К. Общая психопатология. М.: Практика, 1997. 1056 с.
21. Кемпински А. Экзистенциальная психиатрия. М.: Совершенство, 1998. 320 с.
22. Роджерс К. Две противоположные тенденции // Теория и практика экзистенциальной психологии. М.: Институт общегуманитарных исследований, 2017. С. 76–83.
23. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. М.: Независимая фирма «Класс», 2017. 576 с.
24. Сартр Ж.-П. Экзистенциализм – это гуманизм // Сумерки богов. М.: Политиздат, 1989. С. 319–344.
25. Хайдеггер М. Бытие и время. Харьков: Фолио, 2003. 503 с.
26. Камю А. Миф о Сизифе. М.: Астрель, АСТ, Neoclassic, 2011. 244 с.
27. Камю А. Бунтующий человек. М.: Политиздат, 1990. 416 с.
28. Франкл В. Человек в поисках смысла. М.: Книга по требованию, 2012. 366 с.
29. Мэй Р. Вклад экзистенциальной психотерапии // Теория и практика экзистенциальной психологии. М.: Институт общегуманитарных исследований, 2017. С. 132–206.

Structural-Content Analysis of Existential Theory and its Value for Psychological Consulting

Nadezda Yu. Kutsenko ^a; Irina V. Yaroslavtseva ^{b, @}

^a Baikal State University, Russia, Irkutsk

^b Irkutsk State University, Russia, Irkutsk

@ ya-irk@yandex.ru

Received 03.02.2020. Accepted 02.03.2020.

Abstract: The present research was based on modern psychological studies. The article features the structure and contents of the existential theory. The structure of the theory is presented in the framework of the concept coined by A. V. Yurevich, while its contents are represented in the context of the existential and phenomenological philosophical traditions. The paper focuses on three elements in the structure of the existential psychological theory. The central one includes a generalized image of psychological reality, its central category, corresponding phenomena, basic concepts, the system of relations between them, basic statements, etc. The peripheral elements are represented by theoretical and empirical components. The third component features the implicit part. The generalized image of the psychological reality is represented by the concept of "Dasein", its central category being "the existence". The author described the basic concepts and auxiliary statements of the theory. The basic statements of the theoretical part of the existential approach are the key provisions and principles of existentialism as formulated by J.-P. Sartre. The auxiliary statements belong to A. Camus and V. Frankl. The authors clarify the conceptual formation of existential theory, starting with E. Husserl's phenomenology and moving on to modern psychology. The authors believe that the establishment of existential theory contributed to the development of the existential tradition in psychological counseling practice.

Keywords: existentialism, phenomenology, Dasein, existence, being, freedom, responsibility

For citation: Kutsenko N. Yu., Yaroslavtseva I. V. Structural-Content Analysis of Existential Theory and its Value for Psychological Consulting. *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta*, 2020, 22(1): 152–162. (In Russ.) DOI: <https://doi.org/10.21603/2078-8975-2020-22-1-152-162>

References

1. Leontyev D. A. *Psychology of meaning: nature, structure and dynamics of semantic reality*. Moscow: Smysl, 2003, 487. (In Russ.)
2. Leontyev D. A. Existential approach in modern psychology of personality. *Voprosy psikhologii*, 2016, (3): 3–15. (In Russ.)
3. Lakatos I. *Methodology of research programs*. Moscow: Ermak, AST, 2003, 384. (In Russ.)
4. Polanyi M. *Personal knowledge*. Moscow: Kniga po trebovaniu, 2012, 342. (In Russ.)
5. Stepin V. S. Scientific rationality in technogenic culture: types and historical evolution. *Voprosy filosofii*, 2012, (5): 18–25. (In Russ.)
6. Stepin V. S. *Theoretical knowledge: structure, historical evolution*. Moscow: Progress-Traditsiia, 2000, 743. (In Russ.)
7. Yurevich A. V. "Methodological liberalism" and a theory structure in social and humanities sciences. *Lichnost. Kultura. Obshchestvo*, 2006, 8(3): 62–83. (In Russ.)
8. Yurevich A. V. Psychology and methodology. *Psikhologicheskii zhurnal*, 2000, (5): 35–37. (In Russ.)
9. Yurevich A. V. Structure of psychological theories. *Psikhologicheskii zhurnal*, 2003, 24(1): 5–13. (In Russ.)
10. Artemieva O. A. *Methodological foundations of the study of socio-psychological determination of the development of psychology*. Irkutsk: Izd-vo Irkut. gos. un-ta, 2009, 165. (In Russ.)
11. Artemieva O. A. *Socio-psychological determination of domestic psychology as the formation and development of a collective subject of scientific activity in the first half of the XX century*. Dr. Psychol. Sci. Diss. Abstr. Moscow, 2013, 45. (In Russ.)
12. Husserl E. *Ideas for pure phenomenology and phenomenological philosophy. Book one. General introduction to pure phenomenology*. Moscow: Akademicheskii Proekt, 2009, 489. (In Russ.)
13. Husserl E. *The idea of phenomenology: five lectures*. St. Petersburg: Gumanitarnaia akademiia, 2008, 224. (In Russ.)
14. May R. Origins of the existential trend in psychology and its significance. *Theory and practice of existential psychology*. Moscow: Institut obshchegumanitarnykh issledovaniy, 2017, 88–132. (In Russ.)
15. May R. The emergence of existential psychology. *Theory and practice of existential psychology*. Moscow: Institut obshchegumanitarnykh issledovaniy, 2017, 5–48. (In Russ.)
16. Längle A. To perceive that which touches. Phenomenology in the practice of existential analysis. *Ekzistentsialnyi analiz*, 2009, (1): 79–112. (In Russ.)
17. Längle A., Ukolova E. M., Shumsky V. B. *Modern existential analysis: history, theory, practice, research*. Moscow: Iurait, 2018, 403. (In Russ.)
18. Längle A. *Person: an existentially analytical theory of personality*. Moscow: Genezis, 2006, 159. (In Russ.)
19. Binswanger L. *Existential analysis*. Moscow: Institut obshchegumanitarnykh issledovaniy, 2014, 272. (In Russ.)
20. Jaspers K. *General psychopathology*. Moscow: Praktika, 1997, 1056. (In Russ.)
21. Kępiński A. *Existential psychiatry*. Moscow: Sovershenstvo, 1998, 320. (In Russ.)
22. Rogers C. Two opposite trends. *Theory and practice of existential psychology*. Moscow: Institut obshchegumanitarnykh issledovaniy, 2017, 76–83. (In Russ.)
23. Yalom I. *Existential psychotherapy*. Moscow: Nezavisimaia firma "Klass", 2017, 576. (In Russ.)
24. Sartre J.-P. Existentialism is humanism. *Twilight of the Gods*. Moscow: Politizdat, 1989, 319–344. (In Russ.)
25. Heidegger M. *Being and time*. Kharkov: Folio, 2003, 503. (In Russ.)
26. Camus A. *The myth of Sisyphus*. Moscow: Astrel, AST, Neoklassik, 2011, 244. (In Russ.)
27. Camus A. *Rebel man*. Moscow: Politizdat, 1990, 416. (In Russ.)
28. Frankl V. *Man in search of meaning*. Moscow: Kniga po trebovaniu, 2012, 366. (In Russ.)
29. May R. Contribution of existential psychotherapy. *Theory and practice of existential psychology*. Moscow: Institut obshchegumanitarnykh issledovaniy, 2017, 132–206. (In Russ.)