

Министерство образования Республики Беларусь

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
«ГРОДНЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ ЯНКИ КУПАЛЫ»

**К.В.КАРПИНСКИЙ**

**ПСИХОЛОГИЯ ЖИЗНЕННОГО  
ПУТИ ЛИЧНОСТИ**

Учебное пособие  
по разделу «Психология личности»  
курса «Общая психология» для студентов  
специальности Г.07.01.00 – Психология

Гродно 2002

УДК 159.9(075.8)  
ББК 88  
К21

Рецензенты: заведующий кафедрой психологии начальной школы  
ГрГУ им. Я.Купалы, кандидат психологических наук,  
доцент П.Р.Галузо;  
доцент кафедры общей и социальной психологии  
Гродненского государственного медицинского  
университета А.В.Прудило.

Рекомендовано советом факультета психологии ГрГУ им. Я.Купалы.

**Карпинский К.В.**

К21 Психология жизненного пути личности: Учеб. пособие /  
К.В.Карпинский. – Гродно: ГрГУ, 2002. – 167 с.

ISBN 985-417-345-3.

В учебном пособии изложены основы психологии жизненного пути личности, которая в настоящее время рассматривается как самостоятельная отрасль психологической науки. Анализируются отечественные и зарубежные концепции жизненного пути личности.

Адресовано студентам специальности «Психология», изучающим курс психологии личности и психологии жизненного пути; может быть рекомендовано всем интересующимся психологическими проблемами человеческой жизни.

УДК 159.9(075.8)  
ББК 88

ISBN 985-417-345-3.

© Карпинский К.В., 2002

## ВВЕДЕНИЕ

Учебный план специальности «Психология» предусматривает глубокое изучение студентами разделов курса общей психологии, посвященных проблеме личности. Настоящее учебное пособие посвящено психологическим аспектам жизненного пути личности и может быть рекомендовано в качестве дополнительного источника учебной информации, расширяющего и углубляющего лекционный материал. Главная задача пособия состоит в освещении методологических, теоретических и методических основ психологии жизненного пути личности.

Данная отрасль является одним из наиболее динамично развивающихся направлений современной психологии. Самостоятельный статус психологии жизненного пути среди отраслей и разделов современной науки конституируется собственным предметом и оригинальным методом его познания.

Предмет психологии жизненного пути составляют психологические феномены, механизмы и закономерности осуществления личностью собственной жизни. Среди многочисленных феноменов, входящих в круг изучения психологии жизненного пути, наибольший теоретический и практический интерес представляют особые психические структуры личности, которые называют психобиографическими образованиями. Психобиографические образования личности – это психические феномены, в которых отражается и посредством которых регулируется реальный жизненный путь. Это жизненная перспектива, жизненные планы и программы, жизненные цели и задачи, психологическое время и психологический возраст личности, субъективная картина жизненного пути, жизненная мудрость и, наконец, смысл жизни. Закономерности возникновения, развития и преобразования, а также механизмы функционирования психобиографических образований личности – все это сфера компетенции психологии жизненного пути. С этой точки зрения психология жизненного пути – это психология личности как субъекта жизни, то есть творца собственной судьбы. Неверно было бы думать, что сам по себе жизненный путь личности является предметом психологического исследования. Жизненный путь личности скорее выступает в качестве объекта междисциплинарного познания, в структуре которого свой предмет находит психология жизненного пути. Взаимодействие личности с собственной жизнью, психические структуры и процессы, опосредствующие это взаимодействие – вот исконно психологический аспект многосторонней проблемы жизненного пути.

Основным методом – способом познания предмета – в психологии жизненного пути служит биографический метод. В широком понимании это есть метод собирания, систематизации, анализа, интерпретации и использования в практических целях психологической информации о жизненном пути личности. Биографический метод в контексте психологии жизненного пути обладает триединым статусом. Во-первых, биографический метод – это главный исследовательский принцип, требующий познания личности и жизненного пути в их диалектическом единстве. Во-вторых, биографический метод – это способ организации и техника сбора и обработки эмпирического материала о жизненном пути личности. В-третьих, биографический метод – это система конкретных методик психологической диагностики, коррекции, развития личности как субъекта жизни.

На современном этапе развития перед психологией жизненного пути личности стоит ряд научных и практических задач. Научные задачи – это описание и объяснение психологических закономерностей, механизмов, феноменов, обеспечивающих построение личностью индивидуального жизненного пути, а также прогнозирование развития личности в качестве субъекта жизни. Практические задачи включают психологическую диагностику, развитие и коррекцию психобиографических образований личности как субъекта жизни, профилактику и предупреждение психобиографических кризисов, а также просвещение в области психологических проблем человеческой жизни.

Основоположниками психологии жизненного пути можно считать известных российских психологов – С. Л. Рубинштейна, Б. Г. Ананьева, А. Н. Леонтьева, К. А. Абульханову-Славскую, Л. И. Анцыферову, Н. А. Логинову, В. И. Ковалева, А. А. Кроника и многих других. В их исследованиях намечено поле проблем, которые долгое время оставались невостребованными и неразрешенными в других отраслях психологической науки. Кроме того, психологическим проблемам человеческой жизни посвятили свои научные исследования многие зарубежные психологи – А. Адлер, К. Юнг, Ш. Бюлер, А. Маслоу, В. Франкл, Р. Мэй, С. Мадди и другие. Их научное наследие подлежит изучению, осмыслению и дальнейшему развитию в новых исследованиях по психологии жизненного пути личности.

## ГЛАВА 1. ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ ЖИЗНЕННОГО ПУТИ ЛИЧНОСТИ

Экзистенциальная психология – это направление современной психологии, в котором синтезированы различные учения и теории, посвященные психологическим проблемам человеческого существования. В состав современной экзистенциальной психологии чаще всего включают экзистенциальный психоанализ Ж.-П. Сартра и Л. Бинсвангера, логотеорию и логотерапию В. Франкла, аналитическую экзистенц-психологию М. Босса, экзистенциальную антипсихиатрию Р. Лэнга, экзистенциальную персонологию С. Мадди, экзистенциально-аналитическую теорию Дж. Бьюдженталя и, в первую очередь, психотеологию Р. Мэйя. Идейнными источниками экзистенциальной психологии явились «философия жизни», экзистенциализм и феноменология.

Дадим общую и в то же время лаконичную характеристику экзистенциальной психологии как одного из направлений современной психологической науки.

Начнем эту характеристику с указания на предмет, потому что именно предметом специфицируется та или иная научная отрасль. Сразу отметим, что среди экзистенциальных психологов единодушия по вопросу о предмете нет до настоящего времени. В истории развития экзистенциальной психологии прослеживаются единичные попытки очертить ее собственный предмет. Один из родоначальников экзистенциальной психологии Р. Мэй полагает, что ее основным предметом является жизненный выбор человека. М. Босс и Л. Бинсвангер дают предмету экзистенциальной психологии более широкое толкование: это психические феномены, возникающие при столкновении человека с «экзистенциалами» – специфическими проблемами человеческого бытия (свободой, ответственностью, потребностью в смысле жизни, любовью, верой). Достаточно большая группа психологов экзистенциального толка привержены точке зрения, что предмет экзистенциальной психологии – это психологические предпосылки и условия осмысленной жизни (В. Франкл, К. Фабри, К. Попельский). Те специалисты, которые в большей мере ориентированы на клинические проблемы, склоняются к мнению, что предмет экзистенциальной психологии – экзистенциальные неврозы и другие формы психопатологии, порожденные экзистенциальными факторами (одиночеством, нигилизмом, крушением веры, бессмысленностью жизни). Основатель экзистенциальной персонологии С. Мадди высказывает мысль, что предмет экзистенци-

альной психологии – психологические закономерности формирования личности экзистенциального типа – свободной, ответственной, полагающейся на свои силы.

На современном этапе развития экзистенциальной психологии ее предмет все чаще получает синтетическую, комплексную характеристику. Известный экзистенциальный психолог Ирвин Ялом весьма точно очертил проблемное поле данного направления:

1) психологические проблемы отношения человека ко времени, к жизни и смерти;

2) психологические проблемы свободы, ответственности и выбора судьбы;

3) психологические проблемы общения, любви, веры и одиночества;

4) психологические проблемы смысла жизни и абсурда существования, осмысленного и бессмысленного бытия [79].

Уже простое перечисление этих «вечных» проблем указывает на мощные философские корни экзистенциальной психологии. Однако в философских проблемах экзистенциальная психология вычленяет свои собственные аспекты анализа. Так, к примеру, в проблеме смысла жизни философов привлекает прежде всего содержательный аспект, в то время как экзистенциальная психология абстрагируется от содержания смысла жизни. Психологический анализ направлен на психологические механизмы обретения и психологические последствия утраты личностью смысла жизни безотносительно к его содержанию. Предмет экзистенциальной психологии, таким образом, вбирает психологические аспекты проблем экзистенциальной философии.

Во многом схожую характеристику предмета экзистенциального анализа предлагает Эрих Фромм в книге «Человек для себя». Он полагает, что человеческое существование проблематизируют так называемые «экзистенциальные дихотомии» – проблемы, коренящиеся в особенностях бытия человека. Первая и самая значительная дихотомия – это проблема жизни и смерти, которую осознает и которой панически боится человек. В этой связи он сопротивляется смерти, пытается увековечить и обессмертить себя в разных творениях и поступках. Вторая экзистенциальная дихотомия заключается в том, что человек абсолютно одинок, но при этом не может обходиться без других людей. Поэтому он вынужден искать с ними союза и кооперации. Третья экзистенциальная дихотомия заключается в том, что человеку от рождения не дан смысл жизни, а он является существом, обретающим смысл. По этой при-

чине он должен вырабатывать собственное мировоззрение и смысл жизни [70]. Способы решения человеком этих проблем и составля- ют предмет экзистенциальной психологии.

Томас Грининг – экзистенциальный психолог «новой волны» – солидарен с такой формулировкой предмета. Вышеупомянутые области человеческой жизни он называет «проблемными» в связи с тем, что они бросают человеку «экзистенциальный вызов». Ответ человека на «экзистенциальный вызов» – это всегда выбор им определенного варианта жизненного пути. Поэтому в самом широком толковании предмет экзистенциальной психологии – это жиз- ненный выбор личности [93].

Итак, первый экзистенциальный вызов – проблема жизни и смерти. Это специфически человеческая проблема, поскольку из всех живых существ только человек осознает свою конечность, смертность. На этот вызов, как и на все остальные, возможны два типа реакции – конструктивная и деструктивная. Конструк- тивная реакция приводит к повышению качества человеческой жизни, деструктивный выход из экзистенциальных проблем неиз- бежно заканчивается развитием экзистенциальной психопатоло- гии и жизненным кризисом. Конструктивный выход в адаптации человека к проблеме смерти – это утверждение жизни во всех ее формах: в творчестве, в генеративности, в оптимизме и альтруизме. Ролло Мэй писал по этому поводу: «Чтобы охватить значение своего существования, человеку нужно охватить сперва тот факт, что он может не существовать, что каждую секунду он находит- ся на грани возможного исчезновения и не может игнорировать неизбежность смерти, наступление которой невозможно запро- граммировать на будущее» [102, с. 47–48]. Перед лицом смерти жизнь становится более важной и осмысленной, человек буквально «влюбляется» в жизнь. Факт неизбежной смерти может также психически надломить человека, что проявится в деструктивном поведении. Сюда входит злоупотребление алкоголем и психотроп- ными веществами, суицидальные проявления, беспорядочные сексуальные связи. Ролло Мэй утверждает: «Мы боимся небы- тия и оттого комкаем наше бытие» [102, с. 47–48]. Чаще всего деструктивный способ решения проблемы выражается в песси- мистическом восприятии жизни, фатализме, нигилизме, апатии. Конструктивные и деструктивные реакции на проблему смерти Э. Фромм в свое время соответственно описал как экзистенци- альные типы биофилии (стремления к жизни) и некрофилии (вле- чения к смерти) [66].

Рассмотрим психологические признаки некрофилии как одной из наиболее злокачественных форм экзистенциальной аномалии личности. Сразу подчеркнем, что в экзистенциальной перспективе некрофилия трактуется не как половая перверсия, а как глобальная экзистенциальная установка или смысловая ориентация личности. В таком понимании некрофилия является одной из составляющих «синдрома распада», «который побуждает человека разрушать ради разрушения и ненавидеть ради ненависти» [66, с. 20]. Синдром распада противоположен «синдрому роста», «который состоит из любви к живому, любви к человеку и независимости» [66, с. 20]. Некрофильной личности Фромм атрибутирует некоторые психологические особенности. Во-первых, некрофилы наслаждаются при виде тотального разрушения и сами часто являются агрессорами и уничтожителями разнообразных форм и проявлений жизни. Ничто так не услаждает их, как ощущение полной власти над кем-либо или над чем-либо. Во-вторых, некрофилы живут прошлым и никогда не ориентируются на будущее. В-третьих, они лишены эмпатии, эмоционально холодны, в общении с окружающими держатся на большой коммуникативной дистанции. Более того, они стремятся в максимальной степени упорядочить и регламентировать межличностные отношения, сделать их механическими. Они склонны деперсонализировать и дегуманизировать межличностные отношения, обращаясь с другими людьми как с вещами. Если партнер по общению перешагнет через установленные некрофилом нормы и порядки общения, то будет покаран. Для некрофила характерна установка на силовое разрешение противоречий, поэтому, заполоучив в свои руки власть, он не скупится на репрессии и санкции, угнетающие других людей. Фромм отмечает, «применение силы не является навязанным ему обстоятельствами преходящим действием – оно является образом его жизни» [66, с. 32]. В-четвертых, у некрофила гипертрофирована потребность в безопасности и самосохранении. Он плохо переносит угрозы своему существованию и старается обезопасить себя превентивными мерами нападения. Он презирает слабых людей, от которых не чувствует исходящей угрозы, и почитает сильных. В отношении с ними он одержим любовью к педантично-принудительному порядку, который помогает ему редуцировать тревогу. По мнению Фромма, типичными представителями некрофильной экзистенциальной ориентации являются вожди тоталитарных милитаризованных обществ, например: Гитлер, Сталин и др.

Второй экзистенциальный вызов – проблема смысла и абсурда существования. Психологический парадокс человеческой ситуа-



ции заключается в том, что инстинкты не подсказывают человеку, как животному, биологический смысл существования. Мир культуры содержит широкий набор ценностей, которые человек может превратить в смысл индивидуальной жизни, но также не навязывает человеку ни одну из них. Поэтому в каждый момент своей жизни человек оказывается перед выбором смысла и цели существования. Деструктивный способ решения проблемы смысла жизни приводит к жизненному кризису бессмысленности, который подтачивает психологическое здоровье личности. Личность поражается специфической экзистенциальной патологией – «ноогенным неврозом» (В. Франкл, К. Попельский), «экзистенциальным неврозом» (К. Обуховский, С. Мадди), «экзистенциальной фрустрацией» (И. Ялом), «экзистенциальной тревогой потери смысла» (П. Тиллих). По мнению исследователей, все эти формы экзистенциальной патологии проистекают из духовных проблем человека, связанных с крушением смысла жизни.

Ядерным симптомом для данной формы экзистенциальной патологии является ощущение бессмысленности существования, состояние «смыслового вакуума». Причиной формирования смыслового вакуума является блокирование потребности человека в смысле жизни, что обозначается термином «экзистенциальная фрустрация». Если к субъективному ощущению бессмысленности присоединяется клиническая симптоматика, то следует уже говорить об экзистенциальном неврозе. Вот как характеризует это состояние один из ведущих экзистенциальных психотерапевтов В. Франкл: «У каждого времени свои неврозы – и каждому времени требуется своя психотерапия. Сегодня мы, по сути, имеем дело уже с фрустрацией не сексуальных потребностей, как во времена Фрейда, а с фрустрацией потребностей экзистенциальных. Сегодняшний пациент уже не столько страдает от чувства неполноценности, как во времена Адлера, сколько от глубинного чувства утраты смысла, которое соединено с ощущением пустоты, – поэтому я говорю об экзистенциальном вакууме... В отличие от неврозов в узком смысле слова, являющихся, по определению, психогенными заболеваниями, ноогенные неврозы проистекают не из комплексов и конфликтов в традиционном смысле слова, а из угрызений совести, из ценностных конфликтов и – не в последнюю очередь – из экзистенциальной фрустрации, проявлением и воплощением которой может в том или ином случае выступать невротическая симптоматика» [64, с. 24, 26].

В более поздних работах, посвященных логотерапии – специальной технике исцеления от невроза бессмысленности, В. Франкл

существенно дополняет картину симптомов. Помимо снедающего личность чувства бесцельности и бесперспективности собственной жизни, экзистенциальный невроз диагностируется по следующим признакам. Во-первых, это бесплановость, установка жить день за днем, прожигая жизнь в безделье. Во-вторых, фаталистическая установка к жизни, при которой человек видит себя беспомощным объектом воздействия жизненных обстоятельств. Третий симптом – коллективное мышление, стремление мыслить шаблонами и маскировать свое мнение под мнение группы, растворяться в толпе. Коллективное мышление избавляет экзистенциального невротика от необходимости принимать собственные решения и нести ответственность за них. Четвертый симптом – фанатизм, то есть слепое верование в идеологические догмы, поклонение лозунгам, которые хоть как-то заполняют внутреннюю смысловую пустоту жизни [63, с. 17].

По клиническим данным Франкла, около 30 процентов случаев из его практики составляют пациенты с признаками экзистенциального невроза, а не какой-либо иной психогении. Эпидемия экзистенциального невроза бессмысленности расширяется: если раньше неврозом бессмысленности в основном страдало население высокоразвитых капиталистических стран, то в настоящее время эта форма психогенного расстройства охватывает молодежь стран СНГ. Относительную психологическую защищенность населения социалистических стран В. Франкл объяснял тоталитарным насаждением, внушением, индоктринацией идеологических догм, которые принимались людьми в качестве смысла жизни. Разрушение тоталитарной идеологии расчистило путь для эпидемии невроза бессмысленности среди населения бывших стран социалистического лагеря. Значительную роль в быстром и широком распространении неврозов бессмысленности играет девальвация у молодежи ценностей и традиций старшего поколения. Разрыв ценностной связи поколений обуславливает высокую уязвимость и податливость современной молодежи неврозу бессмысленности.

Наиболее деструктивные варианты решения человеком проблемы смысла и бессмысленности жизни подробно изложены в экзистенциальной персонологии Сальваторе Мадди [97; 98]. Он утверждает, что «экзистенциальная болезнь» случается с человеком из-за провала поисков смысла жизни. Мадди предлагает более дифференцированное описание психопатологии бессмысленности, чем кто-либо из клиницистов экзистенциального направления. С его точки зрения экзистенциальный невроз имеет когнитивные, аффективные и поведенческие компоненты. Когнитивный компонент экзистенци-

ального невроза проявляется в дефиците функций целеполагания, планирования и программирования личностью своего жизненного пути. Как результат – жизненная программа либо отсутствует, либо является аморфной и нереалистической. Жизненная перспектива личности резко сокращается. Эмоциональное состояние человека, подверженного экзистенциальному неврозу, характеризуется как скука или апатия, переходящая в депрессию. Наконец, поведенческий компонент экзистенциального невроза преимущественно представлен резким угнетением жизненной активности человека. Экзистенциальный невротик тяготится уже самой мыслью о необходимости что-либо сделать со своей жизнью. Возможно и другое проявление невроза бессмысленности в поведенческой сфере. Негативное реагирование на проблему смысла жизни выражается в попытках человека спрятаться от этой проблемы в суете повседневных и малозначительных дел, в хаотической и неизбирательной активности. Невротик загружает себя работой для того, чтобы смягчить остроту переживания бессмысленности жизни. Паузы в сумбурной активности обычно доставляют ему массу отрицательных переживаний. Некоторые остановки доводят его до истинно невротических срывов, которые клиницисты называют «неврозами выходного дня». Таким образом, экзистенциальный невроз отличается триадой психических нарушений – в когнитивной, эмоциональной и поведенческой сфере.

В зависимости от выраженности в картине экзистенциального заболевания одного из этих трех компонентов выделяются три формы: *нигилизм*, *крусадерство* и *вегетативность*.

***Нигилизм*** – это форма экзистенциального невроза, при которой гипертрофирован когнитивный компонент бессмысленности. Нигилизм характеризуется всепроникающей склонностью человека ставить под сомнение и дискредитировать те смыслы, которыми живут другие люди. Стремление нигилиста обесценить возможные смыслы жизни побуждается отчаянием найти что-либо достойное для себя. Прочитав Мадди: «Он проворно докажет, что любовь не альтруистична, а эгоистична, что филантропия является способом искупить вину, что дети скорее порочны, чем невинны, что лидеры скорее тщеславны и одержимы желанием власти, чем вдохновлены великим видением, что труд не продуктивен, а скорее являет собой тонкий покров цивилизации, скрывающий монстра в каждом из нас» [97].

***Вегетативность*** – это форма экзистенциального невроза, в картине которой утрирован эмоциональный компонент бессмыслен-

ности. При вегетативности человек с головой окунается в переживания бесцельности существования. Аффективный настрой представлен чувством умиротворенности, апатией и скукой, которые перемежаются систематическими депрессиями. Это состояние прогрессирует, и человек все чаще переживает приступы депрессии и дисфории.

**Крусадерство** – это форма экзистенциального невроза, в картине которого превалирует поведенческий компонент бессмысленности. Крусадерство распознается по тяге человека к авантюрам и приключениям, немотивированному риску, злоупотреблению разного рода психотропными веществами, беспорядочной активности. Избыточная, бестолковая и непрекращающаяся активность выполняет функцию защитного механизма, отвлечения от накатывающегося чувства бессмысленности и бесполезности.

Конструктивные способы решения проблемы смысла жизни резюмирует известный экзистенциальный психотерапевт И. Ялом [79]. С его точки зрения в человеческой культуре бытует множество смысловых систем, к которым индивид может подключиться и обрести смысл жизни. Более того, каждая субкультура предлагает свою кальку ценностей, свою смысловую перспективу. Человечество выработало огромное количество альтернативных способов придания смысла индивидуальному существованию. Среди этих способов есть локальные смыслы жизни, присущие какой-либо одной культуре или социальной общности. Например, аскеза, созерцательность, непротивление судьбе – это типичный способ придания жизни смысла в восточных культурах, а достижение жизненных целей, активное преобразование условий жизни – это типично западный способ смыслообразования жизни. Есть общечеловеческие способы, пригодные для всех представителей человеческого рода независимо от культурной, социальной, половой, демографической принадлежности, вероисповедания и прочих вторичных различий. Именно эти способы подразумевает В. Франкл, когда говорит о способности каждого человека найти более или менее удовлетворительный смысл для жизни [64].

Более того, интериоризация общечеловеческих ценностей представляется предпочтительной для развития личности, нежели усвоение групповых ценностей или ценностей «региональной» субкультуры. Считается, что общечеловеческие ценности аккумулируют те смыслы жизни, которые были выработаны и опробованы опытом всего человечества, и в этой связи они в максимальной степени способствуют формированию человеческого в человеке.

Ценности малого культурного масштаба депонируют смысловой опыт малых социальных групп и поэтому не прививают человеку всего богатства родовой человеческой сущности. Так, например, немецкий психолог Х. Томэ называет людей, исповедующих общечеловеческие ценности в качестве смысла личной жизни, «атлантическими людьми» [11]. Тем самым акцентируется их важная психологическая особенность: они персонифицируют общечеловеческий духовный опыт. В свою очередь российский психолог Б. С. Братусь настаивает на том, что приобщение человека именно к общечеловеческим, широким культурным ценностям является фактором гармонического развития личности. Напротив, замыкание человека на узких корпоративных или эгоистических ценностях приводит к разрыву связи с окружающими и искажает личностное развитие [18].

Основная психологическая проблема в поиске смысла жизни – это отсутствие первоначальных ориентиров для человека, ищущего смысл. Огромная роль в программировании смысла жизни принадлежит родителям и кругу ближайшего окружения личности. В некоторых теоретических направлениях распространена так называемая «генетическая предпосылка» – важный теоретический тезис, суть которого выражается емкой формулой «все мы родом из детства». Очень часто это общее положение проецируется на закономерности формирования смысла жизни. Так, например, Альфред Адлер и Карл Юнг полагали, что смысл жизни складывается у ребенка уже к пятилетнему возрасту, хотя рационализируется он намного позднее [4; 72]. Эрик Берн также отводит существенное место в становлении смысла жизни механизму «родительского программирования» – внедрению в сознание ребенка смысложизненных ориентаций родителей и других близких родственников [14]. Позднее активная роль в формировании смысла жизни и мировоззрения переходит к самой личности, но этому предшествует долгий путь формирования определенных психологических предпосылок. В экзистенциальной психологии на способность личности к критическому осмыслению и переосмыслению жизненного пути смотрят с большим оптимизмом. В. Франкл, например, считает, что в смысле жизни нет фатальной предопределенности и что личность сама в силах пересмотреть свои жизненные ценности. Более того, каждый новый день и час несет свой неповторимый смысл, который нужно разглядеть и принять к реализации [64]. Однако самостоятельно волевым решением отказаться от сложившегося смысла жизни человек может не всегда. Перестройка смысла жизни – это

всегда критическая ситуация, для успешного переживания которой нередко требуется вмешательство экзистенциального психотерапевта.

В терапевтических целях И. Ялом раскрывает перед своими пациентами следующие общечеловеческие источники смысла жизни.

Одним из самых важных и незаменимых из них является **альтруизм**, сущность которого заключается в служении другим людям и улучшении условий их жизни. «Убежденность в том, что отдавать, быть полезным другим, делать мир лучше для других – хорошо, обеспечивает мощный источник смысла» [79, с. 485]. Практически все психологи экзистенциального направления полагают, что альтруизм способствует повышению психологического качества человеческой жизни и внутреннему облагораживанию личности. Более того, забота о других людях, переросшая в смысл жизни, помогает человеку совладать с критическими жизненными ситуациями, в том числе с летальными ситуациями, в которых человеку угрожает смерть. Уникальным опытом выживания в условиях фашистского концлагеря делится В. Франкл, на себе испытавший ужасы лагерного режима. Основным психологическим фактором адаптации и выживания была забота узников друг о друге или о других людях, оставшихся за стенами концлагерей. Особенно мощным адаптационным фактором эта забота становилась тогда, когда поднималась до уровня смысла жизни [63].

Другим не менее значимым источником смысла жизни является **преданность какому-либо делу**. Примечательно то, что человек может найти смысл как в деятельности с антисоциальной направленностью, так и в просоциальном занятии. Главное то, чтобы эта деятельность возвышала человека над самим собой, помогала дистанцироваться от собственной персоны и узко личных проблем. К такой точке зрения присоединяются практически все экзистенциальные психологи, которые считают, что главной психологической характеристикой человеческого существования является феномен «трансценденции». Суть данного феномена проста: для того, чтобы человек обрел себя и смысл жизни, необходимо посвятить жизнь чему-либо, выходящему за ее пределы – детям, общественно полезному труду, любимому занятию и т. д.

Концепция самотрансценденции принадлежит, пожалуй, не только экзистенциальной психологии. В других теоретических направлениях она также образует концептуальный стержень. Так, например, российский психолог Л. И. Анцыферова пишет: «Можно ска-

зять, что основным способом бытия личности является развитие, которое выражает основную потребность человека как универсального родового существа – постоянно выходить за свои пределы, достигать возможной полноты воплощения в индивидуальной форме своей родовой сущности. Личность постоянно экстраполирует себя в свое будущее, а свое отдаленное будущее проецирует на свое настоящее. Желание своего будущего и есть желание своего развития. Будущее существует в личности как направленность ее развития и переживается человеком в виде страстного стремления к своим целям и идеалам, как желание выразить себя в определенной деятельности, как тяга к обогащению ценностно-смыслового пространства собственной жизни оценочными позициями и уникальными взглядами на мир других людей. Сфера истинного бытия человека как личности – это сфера его выхода за пределы себя» [11, с. 4–5].

Идея трансценденции в экзистенциальной психологии перекликается также с пафосом деятельностного подхода А. Н. Леонтьева и соображениями С. Л. Рубинштейна о личности как субъекте жизни. В контексте деятельностного подхода интенциональная, предметная направленность активности человека всегда подчеркивалась как основная движущая сила личностного развития. Эта закономерность нашла теоретическое закрепление в своеобразном методологическом принципе отечественной психологии – принципе деятельностного опосредования развития сознания и личности. Этот принцип гласит: психическое строение и содержание сознания и свойств личности детерминируются предметным содержанием деятельности, в которой сознание и личность зарождаются и формируются. Как пишет А. Н. Леонтьев, внутреннее – личность – объективируется в деятельности и, тем самым, само себя изменяет [40]. Похожие идеи в свое время отстаивал С. Л. Рубинштейн. «Чтобы понять путь своего развития в его подлинно человеческой сущности, – пишет он, – человек должен его рассматривать в определенном аспекте: чем я был? – что я сделал? – чем я стал? Было бы неправильно думать, что в своих делах, в продуктах своей деятельности, своего труда личность лишь выявляется, будучи до и помимо них уже готовой и, оставаясь после них тем же, чем была. Человек, сделавший что-нибудь значительное, становится в известном смысле другим человеком» [57, с. 246]. Жизненный путь, таким образом, необходимо рассматривать в преемственной связи поступков и дел личности: линия, ведущая от того, чем человек был на одном этапе, к тому, чем он будет на последующем, проходит через то, что он сделал. Этим положениям вторит В. Франкл:

«Я не только поступаю в соответствии с тем, что я есть, но и становлюсь в соответствии с тем, как я поступаю» [64, с. 114].

Таким образом, преданность определенному делу – это источник не только конкретных смыслов жизни, но условие всего личностного развития. Однако нельзя забывать, что судьба личности во многом предопределяется содержанием избранного смысла жизни. Такая позиция также соответствует традициям экзистенциальной психологии. Вспомнить хотя бы изречение первого экзистенциального психотерапевта Карла Ясперса: «Человек становится тем, кто он есть, благодаря делу, которое он сделал своим» [80]. В этой связи для развития и формирования личности небезразлично содержание дела, которое является объектом самоотдачи человека. Действительно, многочисленные отечественные и зарубежные психологи предостерегают от нетрансцендентной жизненной цели. Такая жизненная цель обычно сфокусирована на собственных интересах личности, на личном благе. Трансцендентный смысл, напротив, выводит человека из поглощенности самим собой и благоприятствует личностному росту.

Следующий универсальный источник смысла жизни, который открывает И. Ялом перед своими пациентами, это **творчество**. Творчество – это не обязательно создание новых произведений, творений или шедевров искусства. Творчество как источник смысла жизни понимается широко: как жизнетворчество, то есть активность человека, направленная на созидание новых – лучших – форм жизни. Здесь речь прежде всего идет о творческом, новаторском, экспериментаторском подходе человека к построению индивидуального жизненного пути. «Как большинство из нас согласится с тем, что служение другим и преданность мотиву дают ощущение смысла, так мы согласимся и с тем, что творческая жизнь осмыслена. Создание чего-то нового, чего-то, отмеченного новизной или красотой и гармонией, – мощное противоядие ощущению бессмысленности. Творчество оправдывает само себя, оно игнорирует вопрос «зачем?», оно само есть «оправдание собственного существования». Это правильно – творить и посвящать себя этому творению» [79, с. 486]. Хотя в некоторых случаях источником смысла жизни творческих людей оказывается именно художественная, музыкальная, сочинительская, эстетическая деятельность. В качестве примера из жизни приведем случай гениального музыканта и композитора Людвиг Ван Бетховена. В возрасте тридцати двух лет, в порыве отчаяния из-за постигшей его глухоты, он написал: «Мало что удерживает меня от того, чтобы положить конец моей



жизни. Только искусство держит меня. Увы, кажется, мне невозможно покинуть мир раньше, чем я сделаю все, что чувствую себя предрасположенным сделать, и поэтому я влачу эту жалкую жизнь».

Понятие жизнетворчества активно обсуждается в современной российской психологии. В данное понятие вкладывают двоякое значение – философское и психологическое. В философском значении жизнетворчество – это всеобщий способ человеческого бытия, который отличает существование человека от существования животных. Суть жизнетворчества в том, что человек может встать в теоретическое и практическое отношение к собственной жизни, в то время как животное тождественно своей жизнедеятельности [33]. В психологическом значении жизнетворчество – это один из возможных способов воспроизводства личностью собственной жизни, сущность которого заключается в модификации культурных образцов жизненного пути. Иначе говоря, жизнетворчество – это творческая активность человека, направленная на созидание таких форм жизни, которые являются не только субъективно, но и объективно инновационными способами жизни [24; 43; 60].

**Наслаждение жизнью** как источник смысла И. Ялом называет гедонистическим решением. Однако вопрос о том, может ли погоня за удовольствиями составить смысл человеческой жизни, во многом имеет дискуссионный характер. С одной стороны, повседневная жизнь доказывает, что люди могут полностью «инвестировать» свою жизнь в приятное времяпрепровождение в надежде обрести в этом смысл. С другой – в философии и психологии была открыта закономерность, получившая имя «гедонистический парадокс»: чем сильнее человек гонится за удовольствием и счастьем, тем сильнее оно ускользает от него, тем больше он чувствует себя несчастным. Так, экзистенциально мыслящий российский психолог С. Л. Рубинштейн пишет: «Превращение производного результата в прямую непосредственную цель действия и жизни, превращение жизни в погоню за удовольствиями, отвращающую человека от решения его жизненных задач, – это не жизнь, а ее извращение, приводящее к неизбежному ее опустошению. Напротив, чем меньше мы гонимся за счастьем, чем больше мы заняты делом своей жизни, тем больше положительного удовлетворения, счастья мы находим» [58, с. 369]. Проще говоря, счастье и удовлетворение потребностей не должны быть самоцелью в жизни человека; они составляют лишь необходимое сопровождение и следствие реализации человеком смысла своей жизни. С этой позицией солидарен В. Франкл: «В норме наслаждение никогда не является целью че-

ловеческих стремлений. Оно является и должно оставаться результатом, точнее побочным эффектом достижения цели. Достижение цели создает причину для счастья» [64, с. 56]. Так, в исследованиях психологии счастья И. А. Джидарьян обнаружила отрицательную корреляцию между общим уровнем осмысленности жизни и приверженностью человека к гедонизму [29].

Следующий достойный с точки зрения И. Ялома источник смысла жизни – это **самоактуализация** в ее классическом понимании. Напомним, что самоактуализация – это стремление человека с максимальной полнотой выявить и реализовать свои врожденные задатки и приобретенные способности, потенциалы. Самоактуализация способствует максимизации жизненных достижений и заметно повышает психологическую насыщенность жизни. Особый упор на самоактуализацию как источник смысла жизни сделан в экзистенциально-гуманистических доктринах А. Маслоу, Ш. Бюлер, К. Роджерса, К. Гольдштейна. Однако может ли самоактуализация быть конечной целью жизни или она скорее выступает как побочный и во многом неумышленный результат осуществления того дела, в котором актуализируется личность? На этот вопрос отвечает В. Франкл. Он полагает, что если даже стараться самоактуализироваться изо всех сил, то это не принесет в жизнь даже малую толику смысла. «Самоактуализация – это не конечное предназначение человека. Это даже не его первичное стремление. Если превратить самоактуализацию в самоцель, она вступит в противоречие с самоотрансцендентностью человеческого существования. Подобно счастью, самоактуализация является лишь результатом, следствием осуществления смысла. Лишь в той мере, в какой человеку удастся осуществить смысл, который он находит во внешнем мире, он осуществляет и себя. Если он намеревается актуализировать себя вместо осуществления смысла, смысл самоактуализации тут же теряется» [64, с. 58–59]. Создатель наиболее эксплицитной теории самоактуализации А. Маслоу также признавал, что наилучший способ самоактуализации – это посвящение человека любимому делу, по мере увлечения которым приходит чувство смысла.

Наиболее надежным и оправданным источником смысла жизни И. Ялом считает **самотрансценденцию** личности. «Последние два типа смысла (гедонизм и самоактуализация) отличаются от предыдущих (альтруизм, преданность мотиву и творчество) в одном важном аспекте. Гедонизм и самоактуализация выражают заботу о собственном «я», тогда как остальные связаны с глубинной

жаждой человека превзойти самого себя и устремиться к чему-то или кому-то вовне или «выше» самого себя» [79, с. 491]. Напомним, что с точки зрения экзистенциальной психологии самотрансценденция – это устремленность личностной активности на ценности, превосходящие узкие эгоцентрические интересы. Человек, занятый самим собой, никогда не постигнет истинного смысла жизни и не достигнет высот личностного развития. Человек, поглощенный надындивидуальными ценностями, разовьется в правильном направлении. Некоторые эмпирические исследования демонстрируют интересную тенденцию возрастного развития личности и смысла ее жизни: с годами значимость трансцендентных ценностей в структуре источников смысла жизни заметно возрастает. В концепции Э. Эриксона, например, смысл жизни по ходу жизненного цикла личности эволюционирует от узко индивидуальных интересов подростка, погруженного в собственные проблемы, до заботы о потомках у пожилых людей. Результаты исследования людей, достигших личностного акме, также показывают, что личностному росту наиболее способствуют трансцендентные смыслы жизни [15].

Классификация источников смысла жизни И. Ялома не является всеохватывающей. В последнее время в зарубежной психологии предлагаются более полные типологии, сконструированные на обширном фактическом материале. Если суммировать все эмпирически выявленные источники смысла жизни, то получается репрезентативный набор универсальных смысложизненных ценностей. Идея изучения и категоризации источников смысла жизни зародилась впервые в работах В. Франкла, который указывал, что конкретные цели и смыслы жизни человек извлекает из трех категорий ценностей: ценностей творчества, переживания и отношения [64]. Необходимо отметить, что в некоторых исследованиях источников смысла жизни наряду с положениями логотеории продуктивно эксплуатировалась идея Э. Фромма о существовании двух глобальных ценностных ориентаций личности: «быть» и «иметь» [66]. Первая эмпирическая классификация источников смысла жизни была сконструирована Дж. Баттистой и Р. Олмондом, которые описали шесть главных жизненных ориентаций: межличностную, этическую, экспрессивную, стяжательскую, понимающую и помогающую. Предполагалось, что каждый вид жизненной ориентации базируется на определенной группе личностных ценностей [82]. Первые теоретические представления об источниках смысла жизни во многом копировали давнюю идею Э. Шпрангера о возможности типологизации людей по признаку ценностной направленности их жизни.

Самим Шпрангером были выделены шесть альтернативных типов ценностной ориентации личности – экономический, эстетический, политический, теоретический, социальный и религиозный [104]. Легко заметить некоторые параллели между данной типологией жизненных ценностей и классификацией источников смысла жизни.

В дальнейшем классификация была усовершенствована П. Эберсом и К. Воглер, которые к шести базовым источникам смысла жизни добавили еще четыре ценностные категории: любимая работа, саморазвитие, здоровье и наслаждение жизнью [90; 91]. В исследовании Е. Лукас установлено, что большинство людей черпают смысл своей жизни из нескольких источников, а фиксация смысла жизни на одном источнике может служить в качестве симптома психического нездоровья личности [95]. Это наблюдение было верифицировано в исследовании С. Кауфмана, согласно которому большинство жизненных историй концентрируются на нескольких ценностных «темах» [94]. Состав источников смысла жизни изменяется в ходе жизненного цикла и отражает эволюцию жизненных задач, встающих перед индивидом на каждом возрастном этапе. При этом наибольшее постоянство в ряду источников смысла жизни обнаруживают религиозные ценности и ценности референтных социальных групп, а также трансцендентные ценности, которые выходят за пределы собственных нужд человека [79]. Суммируя эмпирически открытые источники смысла жизни, исследователи получают десять основных ценностных категорий: межличностные отношения, карьера (любимое занятие), помощь окружающим (польза), убеждения (вера), достижения (материальная обеспеченность), самореализация (саморазвитие), семья, личностное благополучие, будущее (надежды, ожидания, цели), творчество (креативность) [88; 89]. Канадский психолог Пол Вонг предлагает классификацию из восьми источников смысла жизни: религия, достижения, межличностные отношения, самореализация, интимность, трансценденция, самосовершенствование, принятие окружающих [105].

Третий экзистенциальный вызов человеку – проблема свободы и детерминизма. На уровне индивидуальной жизни этот вызов облекается в проблему судьбы и свободного выбора личностью жизненного пути. Конструктивный способ решения проблемы заключается в противостоянии судьбе и утверждении личностью своей человеческой свободы. Этот способ соответствует пути развития личности в качестве субъекта жизни. Деструктивный способ снятия проблемы – это пассивное подчинение судьбе, капитуляция

перед жизненными трудностями и препятствиями, сдача на волю случая. Этот способ является характерным для несубъекта жизни, фаталиста.

Рассмотрим происхождение и истоки человеческой свободы. Этот сложный философско-психологический вопрос подробно освещается в трудах блестящего мыслителя XX века – глубокого философа и прозорливого психолога – Эриха Фромма. Основная идея в концепции Фромма – это утверждение о том, что человек вышел из тесного симбиоза с окружающим его природным миром и порвал родоплеменные узы, связывающие его с другими людьми. С этого момента человек осознал себя как существо, отдельное и независимое от природы и общества. Процесс отделения человека от первоначальных природных и социальных связей называется индивидуализацией. Индивидуализация – это развитие личностного начала в человеческой психике, которое обеспечивает автономизацию индивида. Степень обособления человека от природы и общества в процессе истории непрерывно возрастает. Это связано, во-первых, с техническим прогрессом, результаты которого позволяют человеку все больше и больше покорять и трансформировать природу. Во-вторых, это обусловлено непрерывным нарастанием индивидуального начала в человеке, которое противостоит и противится его коллективной, родовой сущности. Аналогичный процесс в свернутых формах наблюдается в онтогенезе. Сначала младенец полностью биологически и психологически зависим от матери, а по мере взросления завоевывает все большую функциональную автономию. Вместе с набирающей обороты индивидуализацией прибывает свобода, которая представляет для личности особую экзистенциальную проблему.

Историческое и онтогенетическое развитие человека, идущее по пути разрыва «первичных уз», заводит его в сложную ситуацию, которую Фромм называет «человеческая дилемма». С одной стороны, усиление индивидуализации раздвигает границы свободы человека. С другой – «усиление индивидуализации означает и усиление изоляции, неуверенности, а следовательно, становится все более сомнительным место человека в мире и смысл его жизни» [65, с. 39]. Психологическая сущность человеческой дилеммы заключается в том, что у человека по ходу индивидуализации созревает набор экзистенциальных потребностей – потребность в установлении связей, потребность в преодолении себя, потребность в укорененности, потребность в самоидентичности, потребность в системе ценностей.

Все эти потребности ранее удовлетворялись за счет «первичных уз», смыкающих индивида с природой и обществом. Заполучив в свои руки свободу, человек одновременно лишился надежных и верных на всех случаи жизни способов удовлетворения этих потребностей. Поэтому человек обречен маяться своей свободой. Например, с отдалением от людей возникает ощущение одиночества и потребность вновь воссоединиться с ними, потребность в установлении связей. Высвобождение человека из-под власти биологической программы жизнедеятельности и из-под давления социальных ценностей провоцирует развитие потребности в системе ценностей. Как пишет Э. Фромм, «если он не принадлежит к какой-то общности, если его жизнь не приобретает какого-то смысла и направленности, то он чувствует себя пылинкой, ощущение собственной ничтожности его подавляет. Человек должен иметь возможность отнести себя к какой-то системе, которая бы направляла его жизнь и придавала ей смысл: в противном случае его переполняют сомнения, которые в конечном счете парализуют его способности действовать, а значит, жить» [65, с. 28].

Фромм утверждает, что здоровый человек отличается от больного прежде всего тем, что он в состоянии найти способы реализации своих экзистенциальных потребностей. Тем самым Фромм отстаивает экзистенциальную концепцию психического здоровья. С точки зрения данной концепции не столь важна адаптированность индивида к социальному окружению и отсутствие невротической симптоматики, как индивидуальная способность к самореализации и личностному росту. «Большинство психиатров считают структуру своего общества настолько самоочевидной, что человек, плохо приспособленный к этой структуре, является для них неполноценным. И наоборот: хорошо приспособленного индивида они относят к более высокому разряду по шкале человеческих ценностей. Различая две концепции здоровья и неврозов, мы приходим к выводу, что человек, нормальный в смысле хорошей приспособленности, часто менее здоров в смысле человеческих ценностей, чем невротик» [65, с. 122]. Эта концепция противоречит официальному критерию психической нормы в современной психиатрии.

Проанализируем теперь конкретно-психологическое понимание свободы и судьбы в экзистенциальной психологии. Одним из первых, кто психологизировал философско-антропологическую трактовку свободы, был известный экзистенциальный психолог В. Франкл. По его убеждению свобода является одним из основных атрибутов человеческого существования. В таком понимании выражается

общая антропологическая и философская квинтэссенция логотеории и логотерапии. В психологическом понимании свобода – это один из экзистенциальных психических механизмов, посредством которого личности удается творить свой жизненный путь. В учении Франкла четко разводятся два типа свободы – позитивная и негативная. Негативная свобода – это свобода от каких-либо детерминант и зависимостей (биологических, социальных, психологических), которые жестко задают направление жизненного пути личности. Негативная свобода нужна человеку именно для того, чтобы сбросить с себя груз судьбы. В понятие судьбы Франкл вкладывает комплекс биологических, психологических и социальных факторов, ограничивающих свободу выбора человеком жизненного пути. «Судьба может быть представлена человеку в трех принципиальных формах: 1) как его естественная предрасположенность или природный дар – то, что Тандлер в свое время назвал «телесной неизбежностью»; 2) как ситуация, то есть целостность его внешнего окружения; 3) как взаимодействие предрасположенности и ситуации, которое формирует человеческую позицию» [64, с. 208]. Поэтому в дифференциальном ключе можно рассуждать о биологической, психологической и социальной судьбе человека.

Биологическая судьба – это комплекс биологических врожденных и приобретенных факторов, которые накладывают отпечаток на жизненный путь личности и ее психологические особенности.

Психологическая судьба – это комплекс психологических факторов (потребностей, влечений, характерологических черт, способностей), которые программируют жизненный путь и накладывают определенные ограничения на свободу жизненного выбора личности.

Социальная судьба – это комплекс макросоциальных и микросоциальных факторов (социальные роли, семья, социальное окружение, общество, историческая эпоха), которые создают общую канву жизненного пути личности.

В целом судьбоносными факторами можно считать те, которые лимитируют свободу выбора личностью своего жизненного пути. Существуют абсолютные и относительные (индивидуальные) факторы судьбы. Абсолютные факторы судьбы – это те, которые в одинаковой степени непреодолимы для всех людей. Индивидуальные факторы судьбы – это такие, которые избирательно непреодолимы отдельными индивидами. То, что непреодолимо для одного человека, может и не быть ограничением для свободы жизненного выбора другого.

Отметим, что в современной российской психологии предпринимаются первые попытки осмыслить судьбу как психологический феномен. Так, к примеру, В. Э. Чудновский выделяет космопланетарную, биологическую, социальную и психологическую составляющие судьбы. Психологический аспект анализа судьбы в том, как человек ее воспринимает и как относится к своей судьбе [71].

Негативная свобода составляет лишь половину пути освобождения человека от гнета индивидуальной судьбы. Этот путь довершает позитивная свобода или свобода ради определенных ценностей и смыслов. В ценностях и смыслах жизни личности заложена общая интенциональная направленность индивидуального жизненного пути, которая может существенно отгибаться от линии судьбы. Экзистенциальная диалектика судьбы и свободы такова, что свобода личности имплицитно предполагает ограничения, превратности, козни и барьеры судьбы. «Мы должны принять нашу судьбу, как мы принимаем землю, на которой стоим, – это площадка, являющаяся как бы трамплином для нашей свободы. Свобода невозможна без положенной человеку судьбы; свобода – это всегда свобода выбора и принятия своей участи, выбора позиции, которую человек принимает, сталкиваясь со своей судьбой» [64, с. 203]. Если бы человеку не надо было преодолевать судьбу, в его психике никогда бы не выработались механизмы свободы. «Вечная борьба духовной свободы человека с его внешней и внутренней судьбой и составляет, по сути, человеческую жизнь» [64, с. 210].

Однако свобода без ответственности вырождается в полный произвол ничем не лимитированной воли. Поэтому В. Франкл с необходимостью постулирует второй экзистенциальный механизм личности – ответственность. «Всякая свобода имеет свои ОТЧЕГО и ДЛЯ ЧЕГО. То, «от чего» человек может быть свободным, есть совокупность инстинктов – его «я» свободно по отношению к его «оно». Но то, «для чего» человек свободен, является ответственностью» [63, с. 250]. При помощи данного механизма смысл жизни человека обязательно доводится до практической реализации, чего свобода сама по себе не обещает. Ответственность личности базируется на идеальном проекте жизненного пути, который заложен в смысле жизни. Как только человек начинает уклоняться и отклоняться от реализации своего предназначения, он испытывает укоры совести. Они напоминают ему о необходимости уплотнить смысл жизни. В этой связи психологическим органом ответственности полагается совесть личности. Совесть помогает личности также и в поисках смысла жизни. «Смысл не только должен, но и может



быть найден, и в его поисках человек руководствуется совестью. Одним словом: совесть – это орган смысла» [63, с. 277].

Экзистенциальные психологи приветствовали и с энтузиазмом встретили концепцию свободы и судьбы, изложенную В. Франклом. Положения данной концепции легли в основу развернутой теории, созданной Р. Мэйем [100]. Согласно данной теории свобода и судьба являются двумя полюсами человеческой экзистенции. Поляризация, напряжение между этими крайностями продуцирует жизненные противоречия, которые движут развитием личности и развертыванием ее жизненного пути. В каждой жизненной ситуации человек колеблется между полюсами свободы и судьбы; каждым жизненным выбором человек голосует либо за свободу, либо за предопределенность. С общих позиций свобода трактуется как способность человека осознавать свою судьбу. «Свобода личности – в ее способности знать о своей предопределенности» [102, с. 175]. Далее Мэй различает два вида свободы – экзистенциальную свободу и сущностную свободу. Экзистенциальная свобода понимается как способность человека действовать и поступать по своему усмотрению. Это свобода единичного действия или поступка, которая еще не гарантирует свободного выбора жизненного пути в целом. Здесь необходима сущностная свобода, укорененная в психологической сущности человека как личности. Сущностную свободу можно отождествить с личностной чертой – свободолобием. Экзистенциальная свобода может быть стеснена, если человек не может действовать. Но сущностную свободу пресечь невозможно: у человека всегда остается способность осознать свое жизненное положение и избрать к нему определенное отношение. Таким образом, экзистенциальная свобода – это свобода действия в соответствии со сделанным выбором, а сущностная свобода – это свобода внутреннего отношения личности.

Судьба определяется как «структура из ограничений и способностей, которые представляют «данные» нашей жизни» [100, с. 89–90]. В структуре судьбы сходятся биологические, психологические, социальные ограничения, а также объективные факторы, не относящиеся непосредственно к индивиду. Мэй полагает, что свобода и судьба не исключают, а дополняют друг друга, потому что их переплетение в индивидуальной жизни генерирует движущие противоречия развития личности. «С судьбой нельзя не считаться, мы не можем просто стереть ее или заменить чем-то другим. Но мы можем выбирать, как нам отвечать нашей судьбе, используя дарованные нам способности» [100, с. 89]. В про-

тивоборстве человека со своей судьбой «закаляются» его личностные свойства и рождается сущностная свобода.

Рассмотрим теперь патологические варианты решения человеком проблемы свободы и несвободы. Эта разновидность экзистенциальной патологии личности освещается Э. Фроммом под именем «психологических механизмов бегства от свободы» [65]. Эти механизмы являются способами избавления личности от дарованной ей свободы, возникающими из-за непереносимого чувства неуверенности, изолированности, ответственности и одиночества. Согласно Фромму, такая палитра чувств всегда сопутствует свободе личности. Продуктивные способы использования свободы – это любовь, труд и креативность, ведущие к сплочению с окружающими людьми и воссозданию утраченных связей с природой. При этом человек не отказывается от свободы, но развивает ее в целях еще более плодотворной интеграции. «Другой путь – это путь назад: отказ человека от свободы в попытке преодолеть свое одиночество, устранив разрыв, возникший между его личностью и окружающим миром. Этот второй путь никогда не возвращает человека в органическое единство с миром, в котором он пребывал раньше, пока не стал «индивидом», – ведь его отделенность уже необратима, – это попросту бегство из невыносимой ситуации, в которой он не может дальше жить. Такое бегство имеет вынужденный характер – как и любое бегство от любой угрозы, вызывающей панику, – и в то же время оно связано с более или менее полным отказом от индивидуальности и целостности человеческого «я» [65, с. 123]. Итак, механизмы бегства не ведут к позитивной свободе, они лишь затушевывают отрицательные экзистенциальные переживания, которые свобода доставляет человеку.

Первый и наиболее деструктивный механизм бегства – это авторитаризм личности. Психологическая суть авторитаризма заключается в тенденции личности отказываться от свободы, отдаваясь во власть другим людям или сливаясь с ними ради обретения недостающей силы. Отчетливые формы этого механизма можно увидеть в стремлении к подчинению другим или господству, порабощению других. Первое стремление расценивается как экзистенциальный мазохизм, второе – как экзистенциальный садизм. Союз двух личностей, принадлежащих к разным полюсам авторитаризма, образует психологический симбиоз. «Симбиоз в психологическом смысле слова – это союз некоторой личности с другой личностью (или иной внешней силой), в котором каждая сторона теряет целостность своего «я», так что обе они становятся в полную зависимость друг от друга» [65, с. 137].

Второй механизм бегства от свободы – это разрушительность (деструктивность). Деструктивность имеет целью устранение или уничтожение объекта, который взывает к свободе личности. Деструкция этого объекта заглушает «голос свободы», который представляется индивиду источником опасности и тревоги. «Разрушительность – это средство избавления от невыносимого чувства бессилия, поскольку она нацелена на устранение всех объектов, с которыми индивиду приходится себя сравнивать» [65, с. 155]. Если авторитарность пытается усилить индивида за счет доминирования над другими людьми, то разрушительность – за счет ликвидации любой внешней угрозы.

Третий механизм бегства от свободы в условиях современного общества – это автоматизирующий конформизм. Его психологическая суть состоит в том, что индивид всецело растворяется в толпе, усваивая тип личности, который распространен в обществе. В результате конформизации «исчезает различие между собственным «я» и окружающим миром, а вместе с тем и осознаваемый страх перед одиночеством и бессилием» [65, с. 159]. Человек примыкает к мнению большинства, пресмыкается перед общественным порядком, и необходимость принимать самостоятельные решения, иметь личное мнение автоматически отпадает. Однако за это он платит утратой своей свободы и индивидуальности.

Описанные механизмы являются устойчивыми и типичными для современного человека. Детализировать экзистенциальную патологию личности позволяет анализ конструктивных и деструктивных способов реализации экзистенциальных потребностей личности.

Потребность в установлении связей – это экзистенциальная потребность в объединении, сотрудничестве и кооперации с другими людьми. Существуют три основных способа удовлетворения этой потребности: власть, подчинение и любовь. Из них любовь является единственно продуктивной стратегией использования человеческой свободы. Власть и подчинение дают иллюзорное чувство причастности к окружающим людям.

Потребность в преодолении себя – это экзистенциальная потребность развивать и совершенствовать себя для достижения максимальной полноты человеческой жизни. Два кардинально противоположные пути реализации этой потребности – это созидание и разрушение. Самоутверждение через разрушение достижений материальной и духовной культуры является симптомом экзистенциальной аномализации личности. Созидание, творческий труд – это оптимальный вариант преодоления и очищения человеком самого себя.

Потребность в укорененности – это экзистенциальная потребность человека в обнаружении своих корней, в восстановлении нарушенной связи с миром. Конструктивный способ укорениться в мире заключается в развитии самостоятельных форм отношений с людьми и природой. Деструктивный способ выражается в различных личностных фиксациях, например, в фиксации на матери или, словами Э. Фромма, «инцестуальном симбиозе». Вся жизнь экзистенциального невротика вращается вокруг объекта фиксации; через этот объект невротик коммуницирует со своим окружением.

Потребность в самоидентичности – это экзистенциальная потребность личности в осознании своей отдельности и уникальности. Конструктивный путь ее удовлетворения – это конструирование личной идентичности или самоотождествление. Деструктивный путь пролегает через слияние с другим человеком и растворение в толпе, развитие невротической привязанности.

Потребность в системе ценностей – это экзистенциальная потребность человека в смысле, который направляет индивидуальный жизненный путь. Если бы личность не имела устойчивой системы смыслов и ценностей, она была бы потеряна и дезориентирована в окружающем мире. Конструктивный путь удовлетворения потребности – это ассимиляция общечеловеческих ценностей, деструктивный путь – выработка системы ценностей, враждебной общечеловеческим смыслам, или их извращение.

Таким образом, психическое здоровье личности в экзистенциальном модусе зависит от ее способности конструктивно удовлетворить свои экзистенциальные потребности. А это, в свою очередь, предполагает способность личности надлежащим образом распорядиться своей свободой.

В современной российской психологии также пробуждается исследовательский интерес к проблеме личностной свободы, создаются первые теоретические концепции. В качестве одной из наиболее удачных теорий разберем концепцию Д. А. Леонтьева [45; 46].

Согласно Д. А. Леонтьеву, в психологическом разрезе проблема свободы превращается в проблему саморегуляции и самодетерминации личности. Способность к самодетерминации есть возможность субъекта инициировать, изменять или прекращать свою деятельность в любой точке ее протекания, а также полностью отказываться от нее [46, с. 22]. Д. А. Леонтьев конкретизирует психологические основания свободы, к числу которых он относит следующие.

1. *Множественность и многоуровневость регуляции поведения.* Систему психической регуляции можно представить в виде

иерархии уровней, на каждом из которых действуют свои специфические детерминанты и закономерности. Так, Д. А. Леонтьев предлагает мультирегуляторную модель личности, в которой предусматриваются шесть основных уровней психической детерминации. Первый уровень – это уровень индивидуальных потребностей и влечений, которые управляют активностью личности по логике «Я хочу». Второй уровень – это уровень условных рефлексов, которые запускаются в ответ на внешнюю стимуляцию. Этому уровню психической регуляции отвечает логика реагирования на стимул. Эта логика схватывается формулой «Потому что он первый начал». Третий уровень – это система регуляторных структур типа стереотипов, установок, диспозиций, которые охватывают большую часть психологии личности. Они заставляют человека действовать по логике предрасположенности. Суть этой логики отражает фраза: «Потому что я привык так делать». Три названные системы общие для человека и животных. Любое животное может вести себя в русле этих трех логик или их сочетания. Следующий уровень регуляции присущ только человеку и связан с социальными нормативами. Социальные нормы, предписания, ожидания, санкции регламентируют поведение личности по логике социальной нормативности. Поступки совершаются личностью под лозунгом «Потому что все так поступают». Пятый уровень конституируют смысловые механизмы и структуры собственно личностной регуляции поведения. На этом уровне властвует логика смысловой регуляции или логика смысловой необходимости. Поступки личности осуществляются под девизом «Для меня это важно». Наконец, высший уровень психической регуляции составляют механизмы свободного выбора и ответственности личности. Поступки личности продиктованы логикой личностной свободы и проходят по принципу «А почему бы и нет?».

Сфокусируем внимание на механизмах свободного выбора – свободе и ответственности. Свобода трактуется как специфическая форма активности. Ее сущностными атрибутами являются осознанность и осмысленность, то есть опосредованность сознанием и ценностями личности. Осознанность и осмысленность свободы как формы активности в интеграле дают еще одно важное свойство – полную управляемость и подотчетность. Другими словами, эта активность может контролироваться личностью в любой точке исполнения – инициироваться, изменяться, прекращаться, совершенствоваться. Несвобода личности проявляется в неспособности осознать, осмыслить и подчинить себе свою активность, не говоря уже про ее развитие и модернизацию.

Ответственность в первом приближении определяется Д. А. Леонтьевым как способность человека выступать причиной изменений (или причиной противодействия изменениям) в окружающем мире и в собственной жизни, а также сознательное распоряжение этой способностью. Совместное развитие механизмов свободы и ответственности знаменует переход человека на качественно новый уровень психической регуляции – уровень саморегуляции и самодетерминации. «В своей развитой форме свобода и ответственность неразделимы, выступают как единый механизм саморегулируемой произвольной осмысленной активности, присущей зрелой личности в отличие от незрелой» [45, с. 35].

Свобода заключается в подъеме на более высокий уровень регуляции активности, благодаря чему снимается детерминация более низких уровней психической регуляции. «Человеческая свобода является не столько свободой от названных выше связей и зависимостей, сколько их преодолением; она не отменяет их действие, но использует их для достижения необходимого результата» [45, с. 34]. Переключение, перевод психической регуляции на вышестоящий уровень детерминации – вот принципиальный механизм освобождения личности из-под власти различных детерминант. Такая свобода является относительной, поскольку самый верхний уровень регуляции невозможно превзойти за счет другого вышележащего уровня.

2. *Бифуркационные точки активности.* Активность личности не протекает механически и реактивно по логике причинно-следственных отношений. В ней имеются разрывы между действием причины и проявлением следствия. Эти разрывы заполняются психической активностью субъекта, перерабатывающего входящий стимул и выбирающего оптимальную реакцию. Субъект в силах приостановить реакцию, отсрочить или вовсе задержать ее. В таких точках в детерминацию активности вкрадывается свобода, потому что судьба активности зависит от сознательного и осмысленного решения личности. Здесь следует привести положение В. А. Петровского о том, что свобода личности – это ее способность к произвольному выстраиванию нового ряда причин и следствий, «способность самопричинения» [55].

3. *Осознание как основа свободы.* Осознание детерминант, влияющих на активность личности, является фактором контроля и преодоления этих детерминант. Практически во всех психологических концепциях свобода личности ассоциируется с ее способностью рационализировать воздействующие на нее стимулы. Например, Эрих Фромм полагает, что свобода – это акт принятия созна-

тельного решения в отношении условий жизни. Это решение всегда касается вопроса: подчиняться или не подчиняться жизненным обстоятельствам [65; 70]. В свою очередь, Д. А. Леонтьев пишет: «Я не могу быть свободным, если не осознаю силы, влияющие на мои действия. Я не могу быть свободным, если не осознаю имеющиеся здесь и теперь возможности для моих действий. Я не могу быть свободным, если не осознаю последствия, которые повлекут те или иные действия. Наконец, я не могу быть свободным, если не осознаю, чего же я хочу, не осознаю моих целей и желаний» [46, с. 23]. С учетом изложенного, осознание следует рассматривать как одну из психологических предпосылок свободы личности.

4. *Инструментальные ресурсы свободы.* Объем свободы объективно различается в зависимости от ресурсов, предоставленных в распоряжение личности. Инструментальные ресурсы свободы можно условно подразделить на объективные (внешние) и субъективные (внутренние). Внешние ресурсы – это объективно существующие внешние обстоятельства, в той или иной мере способствующие реализации личностной свободы. Возьмем, например, социальные условия, в которых растет и живет личность. В зависимости от демократичности политического режима степень личностной свободы будет сильно варьировать: то, что недоступно в тоталитарных режимах, разрешено личности в демократическом обществе. Внутренние ресурсы свободы – это совокупность полезных приспособительных знаний, умений, навыков личности, которые расширяют возможности выбора и воздействия на окружающий мир. Одним словом, это компетентность, умелость или вооруженность личности. Общая закономерность такова: чем больше ресурсов отдано в распоряжение личности, тем шире диапазон ее возможностей, тем больше объем личностной свободы.

5. *Духовность как ценностная предпосылка свободы.* Понятие духовности сильно мистифицировано в современной науке. Однако последние успехи психологии личности позволяют надеяться, что данное понятие прочно обоснуется именно в психологической науке. С психологической точки зрения духовность – это качественная ступень личностного развития, на которой бытие личности определяется общечеловеческими ценностями и смыслами жизни. Духовность личности буквально означает, что растущая личность интериоризировала совокупность духовных достижений человечества, которые были кристаллизованы в общечеловеческих ценностях. Духовность или духовная личность – это личность, приобщенная к универсальным духовным ценностям. Очень точно улавливает переход к духовности формула личностного развития, которую

выдвинул А. Н. Леонтьев. По его мнению, личностное развитие «начинается с того, что субъект действует ради поддержания своего существования; оно приводит к тому, что субъект поддерживает свое существование ради того, чтобы действовать – делать дело своей жизни, осуществлять свое человеческое предназначение» [40, с. 225]. Эта формула точно передает путь развития духовной личности, путь эволюции смысловой сферы личности. На этом пути личность проходит ступени эгоцентрических ценностей и смыслов, группоцентрических ценностей и смыслов, пока не выйдет на уровень просоциальных и общечеловеческих ценностей и смыслов. С точки зрения Б. С. Братуся, три названные уровни развития смысловой сферы личности являются последовательными этапами развития духовности [19].

Но каков вклад духовности в свободу личности? Ответим на этот вопрос словами Д. А. Леонтьева: «Духовность, как и свобода и ответственность, – это не особая структура, а определенный способ существования человека. Суть его состоит в том, что на смену иерархии узколичных потребностей, жизненных отношений и личностных ценностей, определяющей принятие решений у большинства людей, приходит ориентация на широкий спектр общечеловеческих и культурных ценностей, которые не находятся между собой в иерархических отношениях, а допускают альтернативность. Поэтому принятие решений зрелой личностью – это всегда свободный личностный выбор среди нескольких альтернатив, который, вне зависимости от его исхода, обогащает личность, позволяет строить альтернативные модели будущего и тем самым выбирать и создавать будущее, а не просто его прогнозировать. Без духовности поэтому невозможна свобода, ибо нет выбора. Бездуховность равнозначна однозначности, предопределенности» [45, с. 36]. Духовность, таким образом, образует ценностное основание свободы, которое отвечает на вопрос о том, ради чего реализуется личностью ее свобода.

В завершение данного вопроса рассмотрим различные варианты личностного развития и выделим среди них те, которые соответствуют становлению автономной и саморегулирующейся личности.

Одну из самых обстоятельных попыток определить условия развития свободной личности предпринял Сальваторе Мадди. В структуре человеческих нужд Мадди выделяет три группы потребностей – физиологические, социальные и психологические. Если физиологические и социальные потребности характеризуют лич-



ность лишь косвенно, то психологические потребности – символизации, воображения и суждения – конституируют ее. Психологические потребности в совокупности слагают интегральную потребность личности – потребность в поиске смысла. «В конечном счете, цель или объект всех трех психологических потребностей, вместе взятых, – увеличение смысла. Отчетливо что-то осознать – значит вложить в это больше смысла, чем оно бы имело, будучи неосознанным. Стремиться к изменениям – значит пытаться повысить осмысленность переживания, делая его более волнующим, менее скучным. Наконец, упорядочивать опыт в свете ценностных суждений и предпочтений – значит повышать его осмысленность, помещая в личностный контекст» [98, с. 153].

На основе баланса трех групп потребностей в структуре личности и приоритета их реализации в жизнедеятельности выделяются два отличные типа личностного развития. Конформистский тип личностного развития и существования основывается на биологических и социальных потребностях, которые навязывают человеку логику удовлетворения сиюминутных нужд и следования социальным нормативам. Конформист всецело отдается во власть социальной системы, над ним довлеют биологические импульсы, он пасует перед необходимостью воплощения смысла жизни и необходимостью контролировать свой жизненный путь. Индивидуалистический тип личностного развития и существования опирается на сильно выраженные психологические потребности, в особенности на потребность в поиске смысла жизни. Индивидуалист реализует смысловую логику регуляции жизненного пути, поступаясь, где необходимо, своими биологическими и социальными потребностями. Он не подстраивается под социальные нормативы, биологические импульсы не диктуют ему готовых решений; он свободно и ответственно детерминирует свою жизнь.

Более подробный анализ условий развития личностной свободы предлагает И. Р. Калитеевская. В качестве объекта исследования привлекались лица подросткового и раннего юношеского возраста, что было продиктовано формулировкой исследовательской гипотезы. Суть гипотезы такова: основы психологических механизмов свободы и ответственности закладываются в подростковом возрасте, на выходе личности из «горнила» подросткового кризиса. Указанные механизмы выступают в качестве основных психологических новообразований, которые способствуют преодолению возрастных противоречий на этапе юности. Благодаря свободе и ответственности подросток оказывается способным практически

реализовать свои притязания на взрослость. Опираясь на эмпирические данные, Е. Р. Калитеевская вычленила четыре типа личностного развития в подростково-юношеском возрасте [34].

Автономный тип развития личности характерен для людей с устойчивым положительным самоотношением, опорой на внутренние ценностные критерии выбора, чувством личной ответственности за последствия поступков. Родители, как правило, воспитывают их в атмосфере доверия, делегируют им инициативу и возлагают на них обязательства. В целом стиль родительского воспитания крайне демократичен и пропитан духом уважения личности подростка. Автономный тип личностного развития – единственный, в котором становление механизмов свободы и ответственности происходит синхронно и не блокируется внешними и внутренними условиями.

Импульсивный тип личностного развития в большей мере свойственен мальчикам, чем девочкам. Импульсивность противостоит произвольным формам саморегуляции поведения личности. Зачатки импульсивности следует вести из родительской семьи, где подросток воспитывается в духе гиперпротекции либо в стиле явного отвержения и жесткого подавления инициативы. Родители или потакают запросам ребенка, или, наоборот, «душат» всякие попытки самовыражения. Людей, относящихся к данному типу, характеризует диффузное самоотношение с отрицательным или амбивалентным знаком, а также низкий уровень интернальности.

Конформный тип личностного развития, напротив, присущ в подавляющей массе девочкам. У людей данного типа можно констатировать нестабильное самоотношение, преобладающую ориентацию на внешние критерии принятия решений и высокую экстернальность. В родительской семье их взращивают в неблагоприятном эмоциональном климате явного или скрытого отвержения. Распространена также воспитательная ситуация, в которой родители дают на ребенка непомерными ожиданиями. Такие люди вырастают чрезвычайно конформными и зависимыми, ими легко манипулируют другие в коммуникативных ситуациях.

Симбиотический тип личностного развития прослеживается и у юношей, и у девушек. Им присуще негативное самоотношение, некритическая ориентация на нормы социального окружения и чрезвычайно высокая экстернальность. Родители воздействуют на них в гиперопекающем стиле. Как результат, складывается извращенные симбиотические формы отношений между родителями и детьми, которые экстраполируются на отношения между сверстниками и

дальше проецируются на собственную семью. Личность приучается подчиняться ценностям партнера по психологическому симбиозу, но при этом нести ответственность за реализацию его ценностей. Метафорически говоря, это ситуация человека, не имеющего права голоса, но ответственного за результаты голосования.

Подытожить результаты исследования Е. Р. Калитеевской можно следующим выводом: формирование личностной свободы и ответственности зависит как от внешних, так и от внутренних условий социальной ситуации развития в подростковом возрасте. Констелляция благоприятных условий ведет к развитию и адекватному проявлению данных психических новообразований; сочетание неблагоприятных условий тормозит развитие личностной автономии и не позволяет в дальнейшем наверстать упущенное. В конечном итоге проблема развития свободы и ответственности есть проблема формирования зрелой личности, основным признаком которой является способность к самодетерминации, способность быть субъектом жизни.

Четвертый экзистенциальный вызов – проблема интимности и одиночества. С точки зрения экзистенциальной психологии одним из основополагающих атрибутов человеческого существования является со-бытие с другими людьми. Присутствие другого человека в структуре бытия личности актуализирует специфические экзистенциальные проблемы. Эти проблемы вытекают из взаимоотношений личности с окружающими, из необходимости устанавливать, поддерживать и расторгать межличностные отношения. Этот тезис разделяется некоторыми философски мыслящими отечественными психологами. Так, к примеру, С. Л. Рубинштейн пишет: «Общественный строй не образует всей совокупности внешних условий жизни человека. В их число входит каждый поступок одного человека по отношению к другому в плане личной жизни... Почти всякое человеческое действие есть не только техническая операция по отношению к вещи, но и поступок по отношению к другому человеку, выражающий отношение к нему. Поэтому другой человек со своими действиями входит в «онтологию» человеческого бытия, составляет необходимый компонент человеческого бытия» [58, с. 366].

Из курса социальной психологии известно, что психологическими аспектами всевозможных форм человеческой коммуникации занимается социальная психология общения. Однако ее предмет ни в коем случае не перекрывает предмет экзистенциальной психологии в области человеческих взаимоотношений. Экзистен-

циальных психологов прежде всего интересуют феномены одиночества и любви, условия аутентичности, одухотворения и самораскрытия личности в общении, а также проблемы обретения смысла жизни в *событиях* с другими. В экзистенциальной психологии принято методологическое положение: человек является индивидуумом, то есть целостным и самодостаточным существом, но при этом он остро нуждается в другом человеке, в установлении духовной связи с ним. Наиболее точно на этот счет высказывается Эрих Фромм: «Этот разлад в человеческой природе ведет к дихотомиям, которые я называю экзистенциальными, потому что они коренятся в самом существовании человека; это противоречия, которые человек не может устранить, но на которые он может реагировать различными способами, соответственно своему характеру и культуре... Человек одинок и в то же время связан с другими. Он одинок в той мере, в какой он уникальное существо, не тождественное никому и осознающее себя отдельной особью. Он одинок, когда ему предстоит что-то оценить или принять какие-то решения самостоятельно, силой своего разума. И все же он не может перенести одиночества, обособленности от ближних. Его счастье зависит от чувства солидарности с ближними, с прошлыми и будущими поколениями» [70, с. 47–48].

В настоящее время некоторые исследователи считают возможным и предпочитают говорить об экзистенциальной теории общения, которая изучает психологические аспекты одиночества и любви человека. Родоначальником экзистенциальной теории общения является философ Мартин Бубер, которому принадлежит фундаментальный труд – книга «Я и Ты» [69]. В этой книге автор поднимает проблемы отношений человека с себе подобными, раскрывает различные типы человеческого общения. Основной же пафос экзистенциальной теории общения – это протест против биологизма, функционализма и социологизма научных подходов к изучению человеческого общения. По мнению экзистенциальных психологов, указанные подходы вульгаризируют психологическую сущность человеческого общения, хотя каждый из них делает это на свой манер. Так, психоаналитическая концепция упрекается в грубой биологизации высших духовных форм общения, как, например, любовь. С точки зрения ортодоксального фрейдизма, любовь – это сублимированное либидозное влечение, облеченное в социально одобряемую форму. Экзистенциальные психологи считают такую формулировку оскорбительной для человека, опошляющей его добрые чувства. Солидная порция критики от экзистенциальных психоло-

гов достается социологическим и ролевым теориям общения. Главный упрек в их адрес – за тенденцию к деперсонификации (обезличиванию) общения, сведение его к формально-ролевому взаимодействию людей – «масок». Экзистенциальные психологи также обеспокоены распространением функционалистских концепций общения. В этих концепциях их не устраивает подход к человеку как к носителю функций, которыми он обменивается в общении с другими. Получается, что люди общаются лишь для извлечения прагматической выгоды для себя, а значит, партнер по общению неизменно оказывается в положении эксплуатируемого объекта. В противовес отмеченным научным подходам экзистенциальная психология предлагает посвятить основное внимание высшим формам общения, в которых человек раскрывается в своих лучших духовных качествах. Однако помимо этих высших форм имеются промежуточные уровни, которые должны пройти партнеры по общению.

Рассмотрим принятую в экзистенциальной психологии концепцию уровней общения, которая была разработана известным специалистом Джеймсом Бьюдженталем [23]. По его убеждению, в каждой встрече можно выделить несколько психологически различающихся уровней или ступеней общения. Эти уровни общения дифференцируются по степени личностной вовлеченности и открытости каждого из коммуникантов. При прочих равных условиях, чем сильнее прорывается в общении интенциональность (внутренний мир) человека, тем выше уровень, на котором протекает беседа. В свою очередь, чем выше уровень общения, тем глубже духовное соприкосновение общающихся и тем мощнее их влияние друг на друга.

*Первый уровень*, который можно наблюдать, когда отношения только завязываются, называется формальным общением. На данном этапе над общающимися довлеет забота об имидже – они стараются произвести впечатление и завоевать благосклонность партнера. При этом они воздерживаются от экспрессии личностных смыслов и коммуницируют друг другу конвенциональные значения культуры. Для этих целей ими выбираются средства формального общения, при помощи которых «выдерживают» коммуникативную дистанцию. Резкое сокращение психологической дистанции на данном этапе нежелательно, так как негативно воспринимается каждым из партнеров. Спонтанность, экспрессия, самораскрытие могут разрушить психологический контакт, который еще недостаточно закрепился. «Ключевым признаком формального уровня присутствия является то, что доступность и экспрессивность сдерживаются, чтобы ограничить включенность в общение

с другим человеком и сохранить лицо» [23, с. 45]. Тем не менее, этот этап является в психологическом плане подготовкой для углубления и интенсификации общения.

*Второй уровень* определяется как поддержание контакта. Это название вполне отражает содержание коммуникативных задач общающихся людей на данном этапе развития беседы. Многие барьеры общения были преодолены на первом этапе, поэтому партнеры здесь являются уже более расслабленными, но все равно придерживаются поверхностного уровня общения. Это проявляется в том, что они сообщают друг другу фактическую информацию и по возможности избегают личных комментариев, выражения собственной точки зрения. Осведомленность коммуникантов друг о друге развивается скорее экстенсивно, чем интенсивно: возрастает ориентировка во внешних данных партнера, но его личностные качества еще недоступны для понимания. «За пределами психотерапевтического кабинета разговоры на уровне поддержания контакта, как правило, мы ведем с людьми, которых видим постоянно, но по очень частным вопросам – человек, который иногда чистит ветровое стекло на станции техобслуживания, контролер в супермаркете, почтальон или стартер в гольфе. Такой разговор бывает недолгим, импровизированным и сосредоточен на непосредственном деле или просто на обмене приветствиями. Хотя, по сравнению с формальным уровнем, здесь существенно меньше озабоченности имиджем, самораскрытия тоже очень немного. Могут встречаться ритуальные шутки, но все это обезличено» [23, с. 47].

Общение *на третьем уровне* преимущественно заполняется стандартными беседами на «избитые» и психологически безопасные темы. Коммуниканты по-прежнему заботятся о собственном имидже, ввиду чего тщательно цензурят содержание предоставляемой информации. Тем не менее, между ними уже проскакивает искра доверия, и общение становится все более персонифицированным. Однако в стандартном общении нет достаточной глубины в связи с тем, что общающиеся старательно обходят персональные проблемы. «Стандартные беседы характеризуются использованием множества жаргонных словечек и оборотов, которые касаются текущей деятельности и насущных проблем. Люди без видимых затруднений говорят и слушают одновременно, с готовностью смешивают личные и рабочие разговоры, повинаясь необходимости» [23, с. 50]. Структура стандартного общения в основном представлена такими формами коммуникации, которые в свое время Эрик Берн назвал приветствиями, ритуалами, времяпрепровождениями и играми [14].

*Четвертым уровнем* общения является обсуждение личных проблем. Неслучайно этот уровень именуется уровнем критических обстоятельств. Именно здесь люди приоткрываются и приступают к выяснению отношений или разговорам на волнующие их темы. Смысловая нагрузка общения резко увеличивается за счет того, что коммуниканты преподносят друг другу личностные оценки обсуждаемых обстоятельств. Обеспокоенность по поводу собственного имиджа отходит на задний план, на авансцену общения выходит потребность в адекватном самовыражении и в передаче индивидуальной смысловой позиции. Переход на этот уровень общения легко зафиксировать при внешнем наблюдении: активизируется арсенал средств невербального общения, которые отвечают в основном за трансляцию личностных смыслов, а не значений, и речь насыщается экспрессивными оборотами. Нередко общение на уровне критических обстоятельств существенно изменяет смысловые структуры личности общающихся. Формируется общий фонд смысловых образований, и каждый собеседник обогащается недоступными прежде смысловыми позициями и оценками. «Такие беседы – это узловые моменты в общении, когда один из собеседников или оба сразу весьма вероятно сталкиваются с различиями во взглядах, отношениях или эмоциях» [23, с. 54]. По мнению большинства экзистенциальных психотерапевтов, настоящая терапия начинается только на уровне критических обстоятельств; до его достижения клиент остается невовлеченным в психотерапевтический процесс.

*Пятый уровень* соответствует наиболее глубоким и открытым формам человеческого общения. По этой причине он называется уровнем интимности. Однако интимность здесь не обязательно должна означать сексуальный подтекст в общении, хотя беседа двух близких людей может быть не лишена эротического оттенка. Но речь в первую очередь идет об интимности душевной, то есть о посвящении собеседника в тайны своего внутреннего мира и раскрытии перед ним всех своих сокровенных переживаний. Общение на данном уровне отличается предельной доступностью, открытостью, искренностью и экспрессивностью. Люди абсолютно не уделяют внимания впечатлению, которое о них создается у партнера по общению. Они захвачены содержанием общения и поглощены собственными переживаниями и чувствами партнера. Этими особенностями обусловлен высокий развивающий потенциал общения на уровне интимности. «Как результат этих моментов интимности появляется возможность конфронтации с паттернами, формировавшимися в течение всей жизни, появляется надежда на

преобразование способа «быть живым» и возникает видение более аутентичного бытия» [23, с. 57].

Наиболее продуктивной формой интимного общения является любовь человека к человеку. Вообще психологическая сущность любви составляет ключевую для экзистенциальной психологии проблему. Некоторые сторонники данного направления утверждают, что критерием психического здоровья личности является способность любить. В их глазах неспособный любить человек – невротик. Другие исследователи более умеренны в своих взглядах. Они разделяют продуктивные и непродуктивные формы любви, полагая, что первые являются конструктивным, а вторые – деструктивным ответом человека на дилемму одиночества и сопричастности. Коротко рассмотрим основные воззрения на природу человеческой любви в работах ведущих психологов экзистенциального направления.

Наиболее глубокий и захватывающий анализ проблемы предлагает Ролло Мэй в уже ставшей хрестоматийной работе «Любовь и воля» [101]. Любовь определяется как «восхищение от присутствия другого человека и признание его ценностей и его развития не менее важным, чем собственные ценности и развитие собственной личности» [101, с. 206]. В основе любви лежит забота – интенциональный акт, направленный на утверждение и совершенствование личности любимого человека. Мэй вывел четыре типа любви, распространенные в западной культуре, – секс, эрос, филия и агапе. *Секс* – это наиболее естественное биологическое проявление любви, заключающееся в физической близости. *Эрос* – это психический компонент секса, состоящий в плотском влечении партнеров друг к другу. *Филия* – это близкая дружба, не имеющая сексуальной окрашенности. Филия объединяет все виды любви, которые не замешаны на половом влечении, а представляют собой особую разновидность социальных чувств (аттракции). Это братская, сестринская, приятельская, материнская любовь. *Агапе* – это духовная альтруистическая любовь к ближнему. В этом смысле агапе походит на особое качество личности, выдающее внутреннее отношение ко всем окружающим людям, к человеку в целом. Мэй определил агапе как «уважение к другому, заботу о благополучии другого, не имеющую в виду никаких собственных выгод, бескорыстную любовь, идеальным примером которой является любовь Бога к человеку» [101, с. 319]. Полноценная любовь между мужчиной и женщиной подразумевает наличие всех четырех составляющих – физической, психической, социальной и духовной.



В концепции Виктора Франкла любовь расценивается как важный источник смысла человеческой жизни. Утверждается, что любовь является универсальным и самым верным источником смысла жизни среди ценностей переживания. Огрубление любви до сексуального контакта закрывает для человека возможность повысить осмысленность собственной жизни. Ведь «для того, кто любит, любовь накладывает чары на весь мир, окутывает мир дополнительными ценностями. Любовь значительно увеличивает полноту восприятия ценностей. Врата в мир ценностей как бы распахиваются» [64, с. 245]. В широком аспекте любовь понимается как переживание другого человека во всем его своеобразии и неповторимости. С целью более подробного анализа любви Франкл приводит методологический тезис о многомерности человеческого существования и раскладывает любовь на психофизические и духовные компоненты. На биологическом уровне существования любовь выражается в сексуальной близости между любящими. На психологическом уровне любовь базируется на эроте – особом психическом отношении к любимому человеку, которое пронизано восхищением и здоровым увлечением. Причем человек увлекается не только телесными свойствами, но и характерологическими чертами, личностными особенностями партнера. «Такое отношение к партнеру, рассматриваемое как одна из фаз взаимоотношений с ним, соответствует тому, что обычно называют «сильным увлечением» [64, с. 246]. Ядро любви как отношения человека к человеку составляет духовный контакт или духовная близость. Отношения, не имеющие духовной стороны, нельзя смешивать с любовью. Для доказывания этого положения Франкл выстраивает гипотетическую ситуацию. Допустим, человек, который является объектом любви, умер. Если второй человек не питает к нему ничего, кроме сексуального влечения или заикленности на его личности, это отношение угаснет вместе с исчезновением объекта привязанности. Но если это любовь, то духовная связь не прервется даже со смертью одного из партнеров, хотя ее физические и психические компоненты сотрутся.

Таким образом, «настоящая любовь является своим собственным гарантом. Потому что физическое состояние проходит и психологическое состояние не постоянно. Сексуальное возбуждение носит только временной характер; сексуальное побуждение исчезает мгновенно после удовлетворения. И сильное увлечение тоже редко продолжается долго. Но духовный акт, посредством которого человек понимает духовное ядро другого человека, является действующим раз и навсегда» [64, с. 248].

В понимании любви как духовного акта, направленного на личность другого человека, В. Франкл повторяет рассмотренную выше концепцию. На удивление сходных взглядов на природу и сущность человеческой любви придерживается С. Л. Рубинштейн: «Любовь оказывается новой модальностью в существовании человека, поскольку она выступает как утверждение человека в человеческом существовании. Напротив, акт или чувство ненависти, презрения есть отказ в признании, полное или частичное перечеркивание бытия человека, значимости его бытия. Ненависть есть идеальная форма изничтожения, морального «убийства» человека» [58, с. 373].

Теперь обобщим методологические принципы и теоретические подходы экзистенциальной психологии жизненного пути личности.

Ключевое понятие экзистенциальной психологии – понятие существования, «экзистенции». Главное в этом понятии – это идея отсутствия предзаданности человеческой жизни. Отсюда вытекает центральная тема экзистенциально-психологических исследований – тема человека как строителя собственной жизни во всех ее проявлениях. Основное движущее противоречие развития личности с точки зрения экзистенциальной психологии есть противоречие между наличными жизненными обстоятельствами и долженствованием, которое исходит от индивидуального смысла жизни. Претворяя смысл жизни в реальность, человек становится тем, кем он может стать. Выбор же смысла жизни – проблема очень деликатная и ответственная – есть выбор человеком своей человеческой сущности.

Особое место отводится проблеме интенциональности – источнику человеческой мотивации, средоточию движущих побудительных причин жизненных выборов. Экзистенциальные психологи отвергают схему каузальной (причинно-следственной) детерминации человеческого существования, в то время как во многих направлениях данная схема превозносится как самая главная. Вместо каузального объяснения человеческих поступков они предлагают телеологическое или интенциональное объяснение. Это означает, что человеческие поступки и выборы продиктованы ценностями, смыслами и целями, которые человек стремится осуществить. Поэтому экзистенциальные психологи говорят: «Вещи детерминируют друг друга. Человек определяет себя сам». Человек может изменить своему призванию, но тогда он станет на путь нездорового развития. Экзистенциальные неврозы – это общее наименование для всех форм патологического развития личности в области экзистенциальных отношений. Напротив, залогом здоровья лично-

сти является следование своему призванию, «аутентичное существование» человека. Понятие аутентичности, означающее цельность человека и верность самому себе, наиболее детально разработано в экзистенциально-аналитической психологии Дж. Бьюджентала [83].

Своеобразным методологическим лозунгом экзистенциальной психологии можно считать провозглашенный Ж.-П. Сартром тезис: «Существование предшествует сущности». Существование предполагает процесс, а сущность соответствует его конечному продукту. Это отнюдь не означает, что условия жизни формируют или коверкают человеческую личность. Наоборот, экзистенциалисты утверждают, что личность создает и ломает обстоятельства жизни, и в процессе изменения этих обстоятельств меняется сама. В российской психологии подобные взгляды развивал С. Л. Рубинштейн: «Нахождение в ситуации, – пишет он, – предполагает расчленение этой ситуации, выделение в ней условий, соотносенных с встающими перед человеком требованиями, задачами, выходящими за пределы ситуации. Здесь обнаруживается диалектика обстоятельств (условий), обуславливающих действия человека, и действий, изменяющих обстоятельства. Самое же действие, изменяющее наличное бытие, объективную ситуацию, в то же самое время, как уже говорилось, изменяет, реализует что-то новое в самом человеке, что становится в нем именно этим действием в этой ситуации» [58, с. 345].

В экзистенциальной психологии утверждается индетерминизм жизненного пути личности – его относительная неподверженность биологическим и социальным детерминантам. Соответственно, личность признается свободной и ответственной за то, что она сделает с собой и в какое русло повернет свою жизнь. Считается, что психологические свойства человека формируются и шлифуются избранным образом жизни. В этом смысле психология конкретной личности строится посредством ответственных жизненных выборов. Такая радикальная методологическая позиция является не вполне правомерной, поскольку, во-первых, существуют определенные ограничения свободной воли человека, а во-вторых, выборы человека обусловлены широким спектром факторов. Эту поправку экзистенциальные психологи безоговорочно принимают, и тогда проблема свободы и ответственности человека оборачивается в дилемму «свобода – судьба». И опять можно провести методологические параллели между позицией экзистенциальных психологов и позицией С. Л. Рубинштейна: «Свобода понимается не как свобо-

да от всего, недетерминированность вообще, а как свобода по отношению к конкретным условиям, наличному бытию, данной ситуации» [58, с. 345].

Экзистенциальная психология за годы своего существования не завела самостоятельного метода экспериментальных исследований. По этой причине экзистенциальную психологию иногда относят к «экспириентальным» (от английского слова «experience» – опыт) направлениям психологии. Экзистенциальные психологи в методическом плане больше доверяют интуиции, эмпатии и глубокому межличностному пониманию, нежели формализованному эксперименту. Опыт межличностного постижения для них – источник самой надежной и валидной информации о человеке. За это экзистенциальную психологию упрекают в недостаточной научной строгости и низкой степени академизма. Но, как полагают сами экзистенциальные психологи, академическая психология с ее экспериментальными схемами «убивает» человеческое в человеке, умерщвляет человеческий дух, дегуманизирует людей. Поэтому при решении сугубо человеческих проблем – веры, личной религии, смысла жизни – экзистенциалисты тщательно избегают экспериментальных методов. Кроме того, они убеждены в том, что статистические модели, которыми изобилует современная академическая психология, заметно усредняют личность человека, в то время как он – неповторимая уникальность. В экзистенциально-психологических работах не менее широко культивируются качественные методы идеографического анализа – биографический нарратив, контент-анализ личных документов, толкование сновидений и свободных ассоциаций и др. В этой связи работы экзистенциальных психологов славятся яркими феноменологическими описаниями явлений душевной жизни. Однако основные труды по экзистенциальной психологии написаны в стиле философских трактатов и содержат в основном результаты теоретического анализа. Поэтому проблема метода для экзистенциального психолога остро не стоит. В практике экзистенциальной психотерапии также возникает потребность в получении эмпирических сведений, но здесь психотерапевты ограничиваются клинической беседой и сбором психологического анамнеза о личности пациента.

Иногда экзистенциальную психологию приравнивают к феноменологическому подходу в психологии. Существует даже официальное название «экзистенциально-феноменологический подход». Такая позиция является не совсем правомерной, поскольку экзистенциальная психология и феноменологическая психология представ-

ляют собой самостоятельные течения. Феноменологическая психология занимается реконструкцией внутренних переживаний человека, воссозданием структуры и динамики субъективного опыта. С точки зрения феноменологической психологии, психическому отражению присуще не столько свойство объективности, сколько субъективизм. Один из главных идеологов феноменологической психологии Амадео Джигорджи утверждает: «Человек – существо субъективное, которое доверяет больше своим внутренним переживаниям, чем объективной информации, живет скорее своими впечатлениями об окружении, чем теми сигналами, которые оно ему посылает» [92, с. 29]. Это связано с тем, что индивид реагирует на ситуацию, исходя не из ее объективных условий, а из субъективных представлений о ней.

Феноменологический подход проник в современные концепции и теории из разных отраслей психологии. Например, в области изучения жизненных событий популярность завоевало высказывание Эпикура: «Важны не сами события, а то, что мы думаем о них». Данный афоризм нашел воплощение в понятиях «когнитивной ситуации», «воспринимаемой ситуации», «субъективной ситуации». Вполне естественно, что некоторые экзистенциальные психологи оказываются под влиянием феноменологического подхода. Это, в частности, проявляется в использовании методов феноменологического анализа субъективных переживаний человека. Но использование феноменологического метода еще не делает экзистенциальную психологию феноменологической психологией. Как пишет Д. А. Леонтьев: «Экзистенциальная психология перекликается с феноменологической психологией, однако не совпадает с ней, несмотря на оправданность в ряде случаев понятия «экзистенциально-феноменологическая психология». Сущность феноменологического подхода заключается в анализе непосредственных переживаний в их максимальной конкретности и полноте и стремлении избежать сведения реальности переживания к теоретическим, категориальным и интерпретативным схемам. Это подход к постижению субъективной реальности, в то время как экзистенциальная психология охватывает более широкий контекст реальных, практических взаимоотношений субъекта с миром, то есть онтологический, а не только феноменологический анализ» [44, с. 3].

В последнее время идеи экзистенциальной психологии стали активно просачиваться в работы российских и белорусских психологов. Так, известный российский исследователь В. Н. Дружинин предпринял попытку типологического анализа различных ва-

риантов жизни, доступных современному человеку. По гипотезе В. Н. Дружинина, «существуют независимые от индивида, изобретенные человечеством и воспроизводящиеся во времени жизни варианты жизни. Человек в зависимости от конкретных обстоятельств может выбрать тот или иной вариант, но вариант жизни может быть ему навязан. Степень свободы индивида и мера давления на него внешнего мира – социальной среды – зависят от конкретных исторических условий. Понятие «вариант жизни» является целостной психологической характеристикой индивидуального бытия и определяется типом отношения человека к жизни. Существуют психологические параметры, с помощью которых можно дать описание вариантов жизни, но они трудно формализуемы, хотя и поддаются вербализации. Вариант жизни формирует человеческую личность, «типизирует» ее. Индивид превращается в представителя «жизненного личностного типа» [30, с. 12]. Таким образом, под вариантом жизни понимается качественно-определенный способ осуществления личностью своего жизненного пути. При этом в этом способе интегрируются определенные ценности и смыслы жизни с инструментальными стратегиями их достижения. В такой трактовке понятие «вариант жизни» является синонимом устоявшегося термина «жизненный сценарий». В качестве самостоятельных вариантов выделяются типы жизни: «жизнь начинается завтра», «жизнь как творчество», «жизнь как достижение», «жизнь есть сон», «жизнь по правилам», «жизнь – трата времени» и «жизнь против жизни». Несмотря на некоторую художественность в этих названиях, за ними скрывается вполне определенная психологическая реальность.

«Жизнь начинается завтра» – это вариант жизни, в котором личности отводится пассивная роль мечтателя и прожектера. Человек, реализующий этот вариант, обычно имеет массу планов на будущее и хорошее чувство временной перспективы, но до практического воплощения задуманных мероприятий дело не доходит. Личность постоянно откладывает на завтра осуществление важных дел, берет нескончаемые отсрочки по выполнению жизненных обязательств. В конечном итоге подготовительная фаза жизненного пути неадекватно растягивается во времени, а времени на настоящую жизнь фактически не остается. Это вечное детское состояние. Финал человека, живущего такой жизнью, печален: им владеют отчаяние и досада за напрасно растроченные годы.

«Жизнь как творчество» – это вариант жизни, в котором личности отведена роль экспериментатора, ставящего опыты над сво-

ей судьбой. Жизненный путь творческой личности отклоняется от нормативных моделей жизни, нередко представляется бунтом против устоявшегося образа жизни. На самом деле за творчеством и бунтарством личности скрывается внутреннее неприятие жизненной действительности, стремление избежать горьких разочарований в жизни. Реалии жизни чаще всего травмируют творческую личность, поэтому она находит прибежище в творчестве – созидании лучших миров. Основное содержание биографии составляют события не внешней, а внутренней жизни – самосовершенствование, личностный рост, изменения в системе ценностей. Личность, избравшая данный вариант жизни, чаще всего ведет божественную жизнь и свысока поглядывает на других людей. Смысл ее творчества – показать тщетность и никчемность усилий, направленных на достижение внешне комфортной, уважаемой жизни. Основная ставка делается на преобразование жизни внутренней, на очищение души. Культурным прототипом данного варианта жизни является жизненный путь немецкого философа Фридриха Ницше.

«Жизнь как достижение» – это вариант жизни, в котором личность выступает в роли «человека действия», «человека, сделавшего себя». Основная психологическая особенность данного варианта жизни заключается в обесценивании настоящего и «фетишизации» будущего. Человек жертвует настоящим для того будущего, которое маячит на горизонте. Время жизни рассматривается как ресурс для реализации максимального количества целей, сулящих лучшую жизнь. Человеку кажется, что настоящая жизнь ожидает его впереди, а для того, чтобы приблизиться к ней, надо усердно и самозабвенно работать. С точки зрения будущих целей осмысливается все происходящее, и даже время отдыха оценивается как вынужденный перерыв в погоне за целью. Наиболее яркие образцы данного варианта жизни предоставляет западная цивилизация, воспитывающая своих членов в духе культа достижений. Наиболее типичны в этом отношении карьеристы, прагматики и трудоголики.

«Жизнь есть сон» – это вариант жизни, центральной характеристикой которого является уход личности от реалий жизни в иллюзорный мир переживаний. Человек, культивирующий данный вариант жизни, ведет созерцательный, пассивный образ жизни. В. Н. Дружинин описывает данное состояние как своеобразный «психологический анабиоз». Очень часто этому варианту жизни сопутствует употребление наркотиков и прочих психотропных веществ, при помощи которых достигается эффект дереализации. «Что такое «жизнь-сон»? Это ощущение нереальности «внешней» жизни и

одновременно ощущение реальности единственно желанной «внутренней» жизни» [30, с. 76]. Данный вариант жизни очень популярен в восточных культурах и религиях, исповедующих принцип невмешательства в естественный ход жизни, например, в дзен-буддизме.

«Жизнь по правилам» – это вариант жизни, для которого характерна высокая нормативная регламентация жизнедеятельности личности. В любой культуре и в каждом обществе существует свод правил, которые предписывают социально желательный порядок осуществления личностью жизненного пути. Те, кто выбивается из нормативного графика жизни, подлежат наказанию, а в некоторых случаях – поощрению. Чаще всего социальные правила жизнедеятельности облечены в форму возрастных ожиданий, которые предъявляются индивидам, достигшим определенного возраста. Возрастные ожидания навязывают индивиду определенный круг занятий, жизненные цели, присущие возрастному этапу, нормативные сроки их реализации. С целью разъяснения данного варианта жизни можно апеллировать к теории Эрика Берна. С точки зрения данной теории, все, чем занимается человек в своей жизни, запрограммировано структурами социального взаимодействия – ритуалами, играми, сценариями. Человек, ввязавшийся в игру или практикующий жизненный сценарий, в случае нарушения правил, рискует оказаться ни с чем, проиграть, стать неудачником. Его могут покарать другие участники того же жизненного сценария, поскольку он нарушает гармонию их сценарного аппарата. По мнению В. Н. Дружинина, жизнь по правилам удобна тем, что она избавляет человека от нелегкого бремени выбора: ведь все расписано уже за него и до него. Данный вариант жизни распространен в обществах с тоталитарным или авторитарным режимом, с репрессивной системой норм и правил социального взаимодействия.

«Жизнь – трата времени» – это вариант жизни, в структуре которого основным занятием личности является пустое и бессмысленное времяпрепровождение. Данный вариант привлекает многих людей тем, что в нем заложена гомеостатическая ориентация. Это значит, что у человека нет нужды напрягаться ради достижения жизненных целей, силиться преодолеть обстоятельства, беспокоиться о том, как идут дела. Львиную долю жизни отнимают занятия, направленные на растрату времени. Этот вариант жизни нередко наблюдается среди населения высокоразвитых стран, относящегося к «среднему классу». Время, свободное от зарабатывания денег, по преимуществу тратится впустую.



«Жизнь против жизни» – это вариант жизни, в котором основной движущей силой является борьба за выживание. Человек, избравший для себя данный вариант жизни, становится на «тропу войны» против всех. Речь идет не о войне в привычном смысле слова, но жертвы и пострадавшие от жизнедеятельности такого человека всегда есть. Это может быть более завуалированная форма борьбы за социальные блага, например, конкуренция и жесткое соперничество. Данный вариант жизни в своих крайних формах распространен в милитаризованных обществах или обществах с низким уровнем экономического развития.

Можно полемизировать с В. Н. Дружининым по поводу оснований выделения этих типов, но в первую очередь важна тенденция: экзистенциальная психология с присущей ей проблематикой все активнее завладевает умами российских психологов. Следует, однако, остерегаться некритического заимствования положений экзистенциальной психологии. Не лучше ли развивать психологию жизненного пути – отечественный вариант «психологии жизни»? Тем более, что она имеет под собой прочный фундамент из материалов многочисленных эмпирических исследований и хорошо развитый понятийный аппарат. Так, к примеру, инновационное понятие «вариант жизни» и стоящую за ним психологическую реальность удачно описывает более традиционное понятие стиля жизни. Поэтому механический перенос, как принято говорить, «импорт» положений зарубежной психологии не всегда оправдывает себя и часто приводит к ненужному умножению понятий психологии жизненного пути.

Несмотря на самобытность концептуальных основ экзистенциальной психологии между ней и психологией жизненного пути имеются точки пересечения. Положения экзистенциальной психологии и психологии жизненного пути сближаются в следующих основных моментах.

1. В психологии жизненного пути, равно как и в экзистенциальной психологии, личность рассматривается как субъект, который собственными выборами строит индивидуальный жизненный путь. Методологическое расхождение психологии жизненного пути с экзистенциальной психологией – в объеме свободы, которым наделяется личность как субъект жизни. Экзистенциальные психологи утверждают волюнтаризм (своеволие) и индетерминизм поступков личности, а в психологии жизненного пути принята более умеренная диалектическая позиция по данному вопросу.

2. В психологии жизненного пути, равно как и в экзистенциальной психологии, психологические особенности и способности лич-

ности трактуются как производные от ее реального взаимодействия с жизненными обстоятельствами.

3. В психологии жизненного пути, равно как и в экзистенциальной психологии, преодолевается разрыв между личностью как субъектом и ее жизнью как объектом.

4. В психологии жизненного пути и экзистенциальной психологии поднимаются и решаются схожие проблемы, но с различных методологических и теоретических позиций.

В заключение этого краткого очерка психологии экзистенции необходимо затронуть вопрос об экзистенциальной психотерапии. Отметим, что теоретические положения экзистенциальной психологии тесно смыкаются с заключениями, вынесенными из практической (клинической) деятельности их авторов. Поэтому экзистенциальная психология имеет корни отнюдь не в экзистенциальной философии, а терапевтической практике тех, кто пытался применить философские постулаты для лечения душевных болезней. Уже позднее экзистенциальную психотерапию стали определять как одно из наиболее влиятельных направлений психотерапевтической и психокоррекционной помощи, базирующееся на теоретических постулатах экзистенциальной философии и психологии.

Современная психотерапия комбинирует множество различных школ и направлений, между которыми существует четкое разделение труда, специализация. При этом действует правило: каждой проблеме – своя психотерапия. Поведенческие проблемы следует изживать при помощи поведенческой терапии, коммуникативные проблемы могут быть устранены при помощи группового социально-психологического тренинга, а к экзистенциальным проблемам следует подходить с позиций экзистенциальной психотерапии. Экзистенциальная психотерапия никоим образом не претендует на статус доминирующего и самого эффективного лечебного подхода к психологическим проблемам человека. Экзистенциальная психотерапия имеет строго ограниченный диапазон применения, в виду чего она скорее дополняет, чем исключает методы других школ и подходов психотерапии.

Однако в общей тенденции всегда наличествуют некоторых исключения. Таким исключением является экзистенциальная антипсихиатрия Рональда Лэнга. Это наиболее радикальная школа экзистенциального психоанализа, которая состоит в оппозиции всем традиционным взглядам в психиатрии и психотерапии. В экзистенциальной антипсихиатрии до предела заостряются положения экзистенциальной психологии о свободе, ответственности, индивидуаль-

ности каждого человека. С этой точки зрения психиатрическая интервенция или психотерапия являются скорее злом, чем благом для человека. Ведь они должны привести психические особенности человека к тому, что называют психической нормой, а значит усреднить, нивелировать его индивидуальность, отобрать у него свободу быть самим собой и сложить с него ответственность за свою судьбу. Получается, что психиатрия – это орудие насилия над человеком, которое учиняет государство в лице своих служащих – психиатров. В экзистенциальной антипсихиатрии до абсурда доводится интерпретация критериев психического здоровья и психической патологии. По мнению Рональда Лэнга, больны не те, кто содержится в клиниках, а общество, которое их туда поместило. Величайшим бичом современного общества является конформизм, в силу которого всякий человек, выпадающий из рамок социальных нормативов, клеймится и шельмуется как психически больной. Поэтому разделение людей на психически больных и психически здоровых зависит от действующих социальных норм, то есть общество само порождает безумие и выбрасывает некоторых людей «за борт» нормальной жизни.

Наиболее иллюстративна в этом плане шизофрения. С экзистенциальной точки зрения шизофрения рассматривается Лэнгом как психологическое проявление яркой индивидуальности человека. Индивидуальность шизофреника заключается в самобытности смыслов и внутренних значений, которыми он наделяет окружающий мир. Эти личностные смыслы грубо не соответствуют конвенциональным значениям общества. Возникновение шизоидного сознания, согласно Лэнгу, обусловлено столкновением индивидуальных личностных смыслов с системами общественных значений. Как результат, сознание личности оказывается расколотым на несколько автономных частей, что и составляет основной симптом шизофрении. Шизофреника надо не лечить, а понять и дать возможность самовыразиться. Этим по преимуществу и занимается экзистенциальная антипсихиатрия.

Заслугой Лэнга является то, что он вскрыл негативные стороны современной психиатрической и психотерапевтической практики. Но его собственный взгляд на психотерапию противоречивый хотя бы потому, что, отменяя традиционные критерии нормы и патологии, он тут же предлагает свою трактовку болезни и здоровья личности. Кроме того, в концепции Рональда Лэнга научные положения и гипотезы смешиваются с политическими убеждениями автора, чего быть не должно. Рональда Лэнга можно критиковать в

той же логике, в которой он обрушивает свое недовольство на традиционную психотерапию. Если принять, что традиционная психотерапия является машиной политических репрессий к неугодным членам общества, то не является ли тогда экзистенциальная психотерапия средством революционной политической борьбы против общественного строя? Во всяком случае, цели психотерапии далеки от целей политической борьбы, поэтому необходимо определить разумные рамки экзистенциального подхода в современной психотерапии. Каковы же границы разумного применения экзистенциальной психотерапии?

Потребность в экзистенциальной психотерапии возникает тогда, когда пациент жалуется на духовные проблемы, на «недомогание» в экзистенциальной сфере. Чаще всего это проблемы, связанные с потерей смысла жизни, одиночеством, утратой веры в себя, боязнью обрести свободу или лишиться ее. Известный мыслитель Карл Юнг определяет их как «проблемы души нашего времени», ставя ударение на усиление экзистенциальной психопатологии в условиях современной жизни [75]. Часто с целью очертить круг экзистенциальных проблем вводят понятие «трагической триады человеческого существования». В эту триаду включают психологические проблемы отношения человека к смерти, к смыслу жизни и свободе. «Согласно экзистенциальному подходу, самая грандиозная борьба человеческого существа – это борьба с данностями, конечными проблемами бытия: смертью, изолированностью, свободой и бессмысленностью. Тревога порождается базовыми конфликтами в каждой из этих сфер: мы желаем продолжать быть и, тем не менее, осознаем неминуемую смерть; жаждем твердой почвы и структуры, а должны противостоять их отсутствию; каждый из нас желает контакта, защиты, хочет быть частью большего целого, а в жизни имеет дело с непреодолимой пропастью между собой и другими; мы – ищущие смысла существа, брошенные в бессмысленный мир» [78, с. 117]. Феноменология названных проблем выделяется в отдельный пласт психопатологической симптоматики не только экзистенциальными психотерапевтами, но также их предшественниками. Например, К. Юнг отмечает, что отсутствие смысла в жизни играет критическую роль в этиологии невроза. Он понимает невроз как страдание души, не находящей своего смысла. По наблюдениям Юнга, около трети случаев – это страдание личности не от какого-то клинически определенного невроза, а от бессмысленности и бесцельности собственной жизни [72].

Не сторонятся экзистенциальных проблем и представители гуманистической психологии. Патогенные (приводящие к болезни) формы экзистенциальных проблем личности систематизирует Абрахам Маслоу. Он исходит из того, что в человеке присутствуют высшие потребности, которые определяются как метапотребности. Это потребность в смысле жизни, в свободе и автономии, в самоактуализации, в уединении и т. д. Невроз как болезнь личности всегда случается из-за неудовлетворенности или принципиальной неудовлетворимости, а в некоторых случаях – из-за конфликта значимых потребностей, мотивов и ценностей. Таким же образом дело обстоит с метапатологиями как особой разновидностью невроза духовности. «Веками они рассматривались скорее религиозными мыслителями, историками и философами в понятиях духовных или религиозных проблем, а не врачами, учеными или психологами в понятиях психиатрических, психологических или биологических «болезней», ущербностей или слабостей. В некоторой степени эта область совпадает и с социологическими и политическими расстройствами, «социальными патологиями» и т. п.» [53, с. 300]. Метапатология – это невроз, который происходит по причине фрустрации метапотребностей личности. «Депривация метапотребностей вызывает определенные виды патологий, большинство из которых до сих пор не были адекватно описаны, и я называю эти патологии метапатологиями. Из их числа, к примеру, угнетение духа, происходящее оттого, что человек вынужден жить в окружении неискренних людей и не в состоянии никому поверить» [52, с. 56]. Нарекания людей на проблемы в экзистенциальной сфере называются метажалобами. Интересно, что В. Франкл тоже называл духовные затруднения человека метаклиническими проблемами. Этим он подчеркивал несводимость экзистенциальных проблем к известной клинической симптоматике, намекая на их мировоззренческий характер [63, с. 201]. Ниже дан список метапатологий, которые приводит Маслоу.

Отчуждение.

Аномия.

Ангедония.

Потеря вкуса к жизни.

Потеря смысла.

Неспособность получать наслаждение. Безразличие.

Жизнь теряет собственную ценность и самооправдание.

Экзистенциальный вакуум.

Ноогенный невроз.  
Философский кризис. Кризис мировоззрения.  
Апатия, отстраненность, фатализм.  
Отсутствие ценностей.  
Десакрализация жизни.  
Аксиологическая депрессия.  
Желание смерти, сдача на «волю судьбы». Безразличие к собственной смерти.  
Чувство собственной бесполезности, ненужности, незначительности.  
Чувство полной детерминированности. Беспомощность. Отсутствие ощущения свободы воли.  
Абсолютное сомнение. Нигилизм.  
Отчаяние, мука.  
Безрадостность.  
Опущенность.  
Цинизм, неверие, потеря веры в высшие ценности или упрощенное их толкование.  
Бесцельное разрушение, деструктивность.  
Отчуждение от старших, родителей, авторитета, любого общества [53, с. 300–301].

Несмотря на расплывчатость некоторых формулировок, этот список адекватно отражает феноменологию экзистенциальных проблем личности. Психотерапевт или психоконсультант должны реагировать на эти проблемы именно средствами экзистенциальной психотерапии.

Экзистенциальная психотерапия, таким образом, специализируется на решении духовных проблем человека. Эта специализация породила множество споров о необходимости экзистенциальной психотерапии, а также об ее отличиях от религиозной помощи верующим. Предмет для споров действительно имеется: компетенция религии, равно как и экзистенциального анализа, – это духовность и неврозы духовности. Но, во-первых, компетенция экзистенциального психотерапевта шире, чем у пастыря или духовника, поскольку не все духовные проблемы связаны с проблемой веры в Бога. Личная религия – это лишь одна из многих проблем, с которыми сталкивается экзистенциальная психотерапия. Во-вторых, как справедливо замечает В. Франкл в книге «Психотерапия и религия», «не следует валить в одну кучу религию и психотерапию, воздействия которых хотя и могут перекрываться, но цели их совершенно различны» [63, с. 267]. В этой связи необходимо также стро-

го дифференцировать функции терапевта и священника. Целью психотерапии является исцеление невротических симптомов, общее выздоровление личности и формирование в ней способности быть субъектом жизни. Миссия священника – это спасение души через воспитание веры. Таким образом, цели экзистенциальной психотерапии и религии лежат в разных плоскостях, что составляет основное различие между ними. К священнику следует обращаться тогда, когда человек утратил веру, а к экзистенциальному психотерапевту тогда, когда утрата веры мешает жить, что проявляется в невротической симптоматике.

Не лишним представляется использование отдельных методов экзистенциальной психотерапии в работе с пациентами, не вызывающими специфической экзистенциальной симптоматики. Дело в том, что многие психологические проблемы имеют под собой глубинную экзистенциальную основу, но проявляются в поверхностных нарушениях поведения, самооценки, Я – концепции, эмоциональной сферы, межличностного взаимодействия и коммуникации. Например, экзистенциальная проблема бессмысленности жизни может быть тонко завуалирована разного рода социальными фобиями. В этом случае обойтись без применения специальных методов невозможно: можно снять внешние симптомы психологической проблемы, но ликвидировать порождающие ее причины не удастся. В этом случае не исключено возобновление психологической проблемы и ее объективация в еще более запутанных, изощренных, замаскированных формах.

Кроме того, в последнее время получает признание многоуровневая концепция психического здоровья личности, согласно которой можно выделить несколько уровней психической нормы и патологии. Уровни психической нормы распадаются на периферические и ядерные. Чаще всего подразделение уровней психического здоровья зависит от членения человеческого существования на отдельные модусы – биологический (человек как биологический индивид), социальный (человек как социальный индивид), личностно-духовный или экзистенциальный (человек как личность). Взаимообусловленность уровней обнаруживается в их восходящих и нисходящих влияниях.

Ролло Мэй и Кирк Шнейдер предлагают следующую структуру уровней психического здоровья человека: экзистенциальный, интерперсональный, психосексуальный, когнитивный, поведенческий, психофизиологический [103]. Экзистенциальный уровень полагается в качестве ядерного уровня психического здоровья. Со-

хранность здоровья на экзистенциальном уровне способствует сглаживанию нарушений более низкого порядка. Поучителен в этом плане пример некоторых пациентов В. Франкла, страдающих эндогенными (биологически обусловленными) депрессиями. Несмотря на отнимающую жизненные силы болезнь, они находили в себе оптимизм и мужество, если им предстояло реализовать какой-либо значимый смысл жизни [64]. В российской психологии гипотеза уровней психического здоровья успешно разрабатывается Б. С. Братусем [18]. С его точки зрения, можно обособить психофизиологическое, инструментально-исполнительское и личностно-смысловое измерение психической нормы. Психофизиологическое измерение психической нормы определяется сохранностью мозговых структур, нейрофизиологических и психофизиологических функций, которые составляют органический субстрат психического отражения. Инструментально-исполнительское измерение психологической нормы детерминировано исправностью психологических структур исполнительской регуляции поведения (способностей, характера, ролевых структур, темперамента и пр.). Личностно-смысловое измерение психической нормы оценивается по содержанию смысловых образований, входящих в структуру личности и обеспечивающих функции побудительной регуляции поведения (мотивы, ценности, смыслы и др.). Дисфункция на одном из названных уровней приводит к системным нарушениям общей картины психического здоровья личности. С экзистенциальными проблемами человека ассоциировано расстройство собственно личностного уровня психической нормы. Специфические «болезни личности» Б. С. Братусь называет «духовными недугами», указывая на психологические затруднения в сфере смысла жизни, личной морали, индивидуального мировоззрения.

Уровневые концепции психического здоровья подводят нас к важному выводу, имеющему большое практическое значение: в основе обыденных психологических проблем человека нередко лежат серьезные экзистенциальные проблемы. В свете данного вывода очевидна роль экзистенциальной психотерапии в курсе психотерапевтической и психокоррекционной помощи человеку.

Некоторые эмпирические исследования верифицируют этот вывод на жизненном материале. Так, И. Ялом пропагандирует унифицированный подход в психотерапии. Он полагает, что существенное значение принадлежит не различиям психотерапевтических техник, а тому психологическому воздействию, которое оказывает каждая из них. Поэтому споры о методических различиях между



сторонниками разных школ психотерапии бесплодны и в большинстве своем беспочвенны. И. Ялом путем прямого опроса своих пациентов установил относительную значимость различных психотерапевтических факторов и в результате их факторного анализа вывел 11 базовых условий психотерапии. «С моей точки зрения, – пишет он, – терапевтический процесс естественным образом подразделяется на 11 первичных факторов:

1. Вселение надежды.
2. Универсальность переживаний.
3. Снабжение информацией.
4. Альтруизм.
5. Корректирующая рекапитуляция первичной семейной группы.
6. Развитие навыков социализации.
7. Имитационное поведение.
8. Межличностное (интерперсональное) научение.
9. Сплоченность группы.
10. Катарсис.
11. Экзистенциальные факторы» [78, с. 20–21].

Увлеченный читатель найдет подробное разъяснение каждого из перечисленных факторов в работе И. Ялома, на которую мы ссылаемся выше. В контексте настоящего исследования нас в первую очередь интересует психологическое содержание экзистенциальных факторов психотерапевтического процесса. Наиболее существенные сдвиги после курса экзистенциальной психотерапии наблюдаются в субъективных отношениях пациента к собственной жизни и ее экзистенциальным трудностям. Предоставим слово пациентам И. Ялома, которые прочувствовали воздействие экзистенциальных факторов на себе. Вот некоторые из их самоотчетов:

– «Я осознал, что жизнь порой бывает нечестна и несправедлива».

– «Я осознал, что в конечном итоге нельзя уйти от некоторых свойственных жизни страданий, так же как и от смерти».

– «Я осознал, какая бы близость ни связывала меня с другими людьми, все равно я должен предстать перед жизнью один».

– «Я смотрю в лицо проблемам моей жизни и смерти и, таким образом, живу свою жизнь более честно и меньше вовлечен в обыденность».

– «Я понял, что должен принять на себя всю ответственность за способ, которым я живу свою жизнь, и при этом неважно, сколько поддержки и руководства я получаю от других».

Общий психологический эффект, который просвечивает в этих высказываниях – это формирование так называемого «экзистенциального взгляда на жизнь». Это определенная жизненная позиция – субъективное отношение личности к жизни, суть которой можно передать формулой: «жизнь дана человеку для того, чтобы преодолеть ее трудности». Такая жизненная позиция в высшей мере характерна для личности как субъекта жизни. Поэтому можно утверждать, что конечной целью экзистенциальной психотерапии является формирование, усиление или восстановление способности личности быть субъектом собственной жизни.

Потенциал экзистенциальных факторов в лечебном процессе убедительно демонстрирует опыт российских терапевтов Ю. Б. Некрасовой и Н. Л. Карповой [38; 54]. Ими разработана оригинальная методика восстановления речевой функции у лиц, страдающих логоневрозом (заиканием). Помимо специальных упражнений, нацеленных на тренировку, коррекцию и развитие навыков речевого произношения, пациентам предлагается переосмыслить свой дефект в контексте смысла жизни. Нередко такое переосмысление модифицирует содержание смысла жизни, чем обусловлен феномен смыслового принятия пациентом своего недуга и формирование активной установки на его исправление. Психологическая работа со смыслом жизни пациента и является экзистенциальным фактором преодоления речевого дефекта. Создатели методики констатируют, что основное целебное значение имеет не комплекс специальных заданий для упражнения речевой функции, а содержательные и структурные изменения смысла жизни человека.

Итак, экзистенциальная психотерапия все теснее интегрируется с другими школами и подходами, объединяя их вокруг себя. Эта тенденция преимущественно обусловлена всепроницающим характером экзистенциальных проблем человека. Наиболее последовательные поклонники экзистенциальной психологии и психотерапии убеждают, что в любой психологической проблеме таится экзистенциальный подтекст; только нужно уметь его расшифровать в «тексте» признаков поведенческих, когнитивных, эмоциональных расстройств. Верно и обратное: любая экзистенциальная проблема имеет выход в сферу мыслей, чувств и поведения человека, поэтому избавление человека от базовых экзистенциальных сложностей приносит облегчение элементарных когнитивных, аффективных и поведенческих симптомов.

## ГЛАВА 2. ГУМАНИСТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ ЖИЗНЕННОГО ПУТИ ЛИЧНОСТИ

В качестве важного идейного источника экзистенциальной психологии следует также упомянуть гуманистическую психологию. Некоторые науковеды даже полагают, что экзистенциальная психология «отпочковалась» от гуманистической психологии как дочерняя отрасль. В этом случае эти влиятельнейшие направления психологической науки XX столетия сливаются в «экзистенциально-гуманистическую психологию». Однако эта точка зрения является не вполне приемлемой.

В середине 80-х годов внутри ассоциации гуманистической психологии вспыхнул оживленный спор. Этот спор разгорелся вокруг вопроса о внутреннем единстве гуманистической психологии. Инициатор научной дискуссии Джон Роуэн доказал, что внутри гуманистической психологии нет методологического единства, несмотря на то, что проблемы, над которыми бьются те, кто называет себя гуманистическими психологами, являются эквивалентными. Например, Ш. Бюлер, Г. Олпорт, А. Маслоу, К. Роджерс исходят из того, что человеку от рождения присуща внутренняя сила или тенденция к самоактуализации, самоосуществлению. В этом смысле, полагают они, жизненный путь является историей объективации структур внутреннего мира личности. Психологи из другого «лагеря» внутри гуманистической психологии, напротив, отказываются от представления о том, что человек от рождения наделен проектом своего жизненного пути. С их точки зрения человеческая жизнь – это результат жизненных выборов, которые ежечасно делает личность. Поэтому ни о какой истории развертывания внутреннего «ядра» личности речи и быть не должно.

Итак, внутри гуманистической психологии уживаются, по крайней мере, два противоположных течения. Джон Роуэн справедливо констатировал методологическую несовместимость этих течений психологической мысли. Одно из них мы уже проанализировали выше – это экзистенциальная психология с ее ключевой проблемой жизненного выбора. Второе направление – это гуманистическая психология в том виде, в каком ее мыслили Ш. Бюлер, А. Маслоу, К. Роджерс. Это направление психологии жизненного пути имеет мощные корни в работах психологов психоаналитического направления Альфреда Адлера и Карла Густава Юнга.

## §1. Психологическая проблематика жизненного пути личности в работах А. Адлера и К. Г. Юнга

Провозвестниками гуманистической психологии жизненного пути являются А. Адлер и К. Г. Юнг – создатели индивидуальной и аналитической психологии соответственно. Их работы содержат ценные наблюдения и выводы, касающиеся проблем психологии жизненного пути, а именно смысла жизни, стиля жизни, жизненных целей, субъективной картины жизненного пути личности.

Альфред Адлер в качестве лейтмотива для своей теории принял высказывание Уильяма Джеймса: «Только наука, непосредственно связанная с жизнью, является настоящей наукой». Адлер стремился к созданию такой психологической теории, которая могла бы объяснять, прогнозировать и изменять жизнь людей. Он полагал, что в науке, которая непосредственно связана с жизнью, теория и практика почти неразделимы. «Наука о жизни становится наукой жить именно потому, что создает себя непосредственно в движении жизни. Все эти соображения особенно справедливы для индивидуальной психологии. Индивидуальная психология рассматривает жизнь человека как целостность, относясь к каждой единичной реакции, каждому движению и импульсу, как к проявленной части индивидуальной жизненной установки. Наша наука была вызвана практической необходимостью, так как с помощью определенных знаний возможно корректировать и изменять установки людей. Таким образом, индивидуальная психология является вдвойне пророческой: она не только предсказывает, что случится, но как пророк Иоанн, она предсказывает, что случится, чтобы этого не случилось» [2, с. 3].

Из всего многообразия проблем индивидуальной психологии наибольший интерес представляют проблемы стиля жизни, смысла жизни, субъективной картины жизненного пути и субъекта жизни. Разработку концепции стиля жизни Адлер начал в 1926 году в связи с проблемой жизненного пути личности. Стиль жизни в концепции Адлера является основным понятием для объяснения всего, что случается с человеком на протяжении индивидуального жизненного пути. До введения в оборот данного понятия использовались менее конкретные понятия: «жизненный план», «образ жизни», «форма жизни», «линия жизни», «способ жизни», «направляющий жизненный образ». В контексте индивидуальной психологии все эти понятия можно считать синонимичными друг другу.

К сожалению, Адлер не оставил законченной формулировки понятия «стиль жизни», хотя и выделил его отличительные особен-

ности. Одна из таких особенностей – целостность (или холизм) жизненного стиля личности. Это означает, что жизненный стиль является интегральным проявлением индивидуальности человека, в котором отражен баланс всех сфер психической жизни – мыслей, чувств, целей и действий. Адлер любил повторять, что стиль жизни – это индивидуальность человека, растущего в определенном социальном окружении. Первоначально жизненный стиль понимался как уникальный способ достижения индивидом своих жизненных целей. В более широком толковании жизненный стиль – это комплекс средств и способов приспособления индивида к окружающей среде. С этой позиции стиль жизни сводится к инструментальным свойствам личности и представляет собой ни что иное как «модель жизненного поведения» [2].

В последующем к образующим стилям жизни Адлер приобщил также жизненные цели и смысл жизни личности. Пожалуй, наиболее точным и лаконичным является следующее определение: стиль жизни – это «значение, которое человек придает миру и самому себе, его цели, направленность его устремлений и те подходы, которые он использует при решении жизненных проблем» [81, с. 48]. Жизненный стиль личности, таким образом, синтезирует: 1) структуры побудительной регуляции жизненного пути, а именно смысл жизни, жизненные ценности и цели; 2) структуры исполнительской регуляции жизненного пути личности – способы достижения жизненных задач, стратегии реализации смысла жизни. В этой связи можно говорить об интегральности как об одном из свойств жизненного стиля личности.

Другой примечательной особенностью жизненного стиля является его формирование на ранних этапах индивидуального жизненного пути. С точки зрения Адлера, стиль жизни складывается примерно в 4–5 летнем возрасте и очень незначительно изменяется в последующие годы. Своим ранним формированием стиль жизни обязан раннему детскому опыту, который человек приобретает при взаимодействии с социальным окружением. Жизненный стиль является «экстрактом» детского опыта, его обобщением. Не случайно Адлером была разработана исследовательская методика анализа ранних детских воспоминаний, назначение которой состоит в диагностике жизненного стиля личности. Отсюда вытекает еще одна черта жизненного стиля – индивидуальность. Индивидуальность жизненного стиля прочитывается на уникальном опыте, который приобретает человек в процессе своей жизни. Типологический подход к жизненному стилю абсолютно неприемлем. Жизненный стиль очень

редко осознается человеком, поскольку в его основе лежат неосознанные впечатления и переживания, которые иногда уходят корнями в довербальный период детства. Адлер пишет: «Уже младенец стремится оценить свои собственные силы и свой удел во всей той жизни, которая окружает его... Значение жизни постигается в первые четыре или пять лет жизни, и подходит к нему человек не через математический процесс, но через блуждание в потемках, через ощущения, которые не до конца понимаются, через догадки по намекам и нащупывание объяснений» [81, с. 58]. Ввиду данного обстоятельства важная психологическая характеристика жизненного стиля – это неосознанность.

Неизгладимую печать на жизненный стиль накладывают неблагоприятные ситуации детства, в которых человек остро чувствует собственную неполноценность. «Жизненный стиль – это единство, он сформировался в процессе преодоления трудностей, пережитых в детстве, и основывается на стремлении к цели» [2]. По наблюдениям Адлера, у людей с ослабленными органами или физическими дефектами при столкновении с трудностями жизни развивается комплекс неполноценности. Однако дело не всегда в физическом недуге. Главное то, что любой ребенок, сравнивая себя с взрослыми людьми, понимает свою ничтожность и слабость. Он видит, что зависим от старших, уступает им по своим возможностям и не может померяться с ними силами. Поэтому ощущение собственной неполноценности – это нормальная ситуация развития в детстве для каждого человека. В этой ситуации заложены основные импульсы для личностного развития человека на всю оставшуюся жизнь. Субъективно переживание собственной ущербности невыносимо, и человек пытается от него избавиться, вырабатывая систему приспособлений к среде. Стремление к преодолению недостаточности и борьба за личное могущество – движущая сила развития личности.

Положение о том, что борьба за личное превосходство является движущей силой развития личности, пронизывает все работы Адлера и составляет идейный «костяк» индивидуальной психологии. Долгое время Адлер не мог подобрать адекватного термина для обозначения этой силы личностного развития. Свой выбор он остановил на двух терминах: «стремление к превосходству» и «стремление к совершенствованию». Первый термин отражает ранние взгляды создателя индивидуальной психологии. Он описывает стремление личности к превосходству и доминированию над другими людьми. Жизненный стиль, подчиненный идее личного

превосходства, помогает человеку освободиться от детского комплекса неполноценности и развить свои таланты. Подтверждение этому Адлер находил в повседневной жизни: нередко хилые и нежизнеспособные от рождения индивидуумы вырастали сильными и самостоятельными людьми. Однако вскоре Адлер осознал ограниченность такой трактовки движущих сил развития личности. Получается, что человек в своей жизни мотивирован идеалом всемогущей, безжалостной, эгоистической личности, принижающей других людей ради собственного возвеличивания. В более поздних работах Адлера все чаще встречается понятие «стремление к совершенствованию». Оно конкретизируется как стремление к совершенствованию своих способностей, потребность превзойти самого себя, превозмочь свою слабость и зависимость. Последователи и ученики Адлера интерпретируют стремление к совершенствованию именно как потребность в личностном росте (Дж. Манастер, Р. Корсини), потребность в развитии (Р. Дрейкурс, С. Дрейкурс-Фергюсон), потребность в самоосуществлении или потребность в самосовершенствовании (Дж. Кренделл).

Адлерианскую концепцию движущих сил развития личности сильно критиковали за биологизацию природы человека. В ранних работах по индивидуальной психологии нарисован образ человека, сражающегося за превосходство и выживание с другими людьми. Этот образ вполне соответствует духу теорий социального дарвинизма. Очевидно, что такое понимание движущих сил развития личности является односторонним, поскольку взаимодействие человека с другими людьми имеет не столько биологический, сколько социальный смысл. На ранних этапах эволюции человека, возможно, преобладал инстинкт самосохранения, который помогал выживать отдельным особям в одиночку. На более поздних этапах эволюции выживание отдельных особей стало в большей мере зависимым от выживания групп и сообществ. Другими словами, объединение людей группы способствовало более эффективному сохранению человеческого рода, ведь возможности сообщества несоизмеримо больше возможностей изолированного индивида. С тех древних времен, когда люди были вынуждены выживать сообща, в человеке заложен социальный инстинкт или, как говорит Адлер, «общественное чувство». Этот социальный инстинкт составляет вторую мотивационную тенденцию в жизни человека, наряду со стремлением к превосходству. По мнению Адлера, социальный интерес является врожденным, но для его прижизненного развития требуется специальное воспитание и упражнение. Социальный интерес как

мотивационная сила человеческой жизни заключается в стремлении человека к соединению с окружающими людьми с тем, чтобы внести свой вклад в процветание всего человеческого рода. Социальный интерес по своему содержанию является мотивацией, которая противоположна стремлению к превосходству. Социальный интерес мотивирует общественно полезную жизнедеятельность, в то время как мотивация превосходства побуждает индивида к осуществлению эгоистических целей. Доминирование социального интереса над стремлением к превосходству является признаком душевного здоровья. Пропорция между социальным интересом и стремлением к превосходству является индивидуальной особенностью жизненного стиля личности.

Тем не менее, в детском возрасте человек испытывает горькое разочарование в собственных силах и нуждается в их развитии и умножении. Это заставляет его активно действовать и бороться за существование. В результате этой борьбы у человека появляются цель и задачи, совокупность которых называется «жизненным планом», и консолидируется неповторимый жизненный стиль. Жизненный план вселяет в индивида надежду о лучшем будущем и побуждает активно стремиться к нему. Однако жизненная цель в большинстве случаев идеализируется человеком и становится нереалистической, фиктивной. Фиктивность жизненной цели проявляется в том, что ее невозможно ни подтвердить, ни опровергнуть из того положения, в котором актуально находится человек. Но с психологической точки зрения для человека важна вера в то, что с достижением жизненной цели он улучшит свое положение и преодолеет свою неполноценность. Эту особенность жизненного стиля Адлер охарактеризовал как «фикционный финализм», то есть недоказанное предположение о том, что жизненный стиль в конечном итоге может обеспечить индивиду победу над собственной неполноценностью и судьбой. «У каждого человека есть концепция цели или идеал, необходимый для того, чтобы добиваться больше того, что возможно для него в актуальной жизненной ситуации, преодолевая недостатки и трудности настоящего благодаря постулированию конкретной цели будущего. Имея эту конкретную цель или намерение, человек чувствует себя в состоянии преодолеть любые проблемы, так как в нем живет его будущий успех. Без ощущения цели деятельность индивида не имела бы смысла» [2, с. 53]. В порядке примера приведем некоторые фиктивные убеждения, которые организуют жизнь человека: «человек человеку – волк», «кто много трудится – тому воздастся», «никому нельзя доверять».



Примечательной особенностью жизненного стиля личности является устойчивость. Жизненный стиль личности не подвержен изменениям в процессе жизни; он еще больше «закаляется» и фиксируется под воздействием жизненных обстоятельств. Наиболее ранняя и консервативная часть жизненного стиля называется прототипом. Прототип, как правило, содержит смысл жизни личности и является психологическим каркасом, на который нанизываются все остальные механизмы жизненного стиля. «Когда формируется прототип – ранний вариант личности, воплощающий цель, – устанавливается направление и ориентированность жизни индивида» [2]. Правда, Адлер признавал, что критические обстоятельства могут вышибить человека из его привычного стиля жизни. В преодолении непродуктивного стиля жизни также может помочь психотерапевт, задача которого распознать и исправить ошибочную модель жизненного поведения пациента.

По убеждению Адлера, жизненный стиль личности может быть в корне ошибочным и таящим в себе потенциальную угрозу для личности. Ошибочность является еще одним свойством жизненного стиля личности. Дело в том, что жизненный стиль – это ранее образование в структуре человеческой личности, поэтому в его основе должна лежать иррациональная установка, фиктивная цель, иллюзорное самосознание. Более того, жизненный стиль является реактивным образованием, которое возникло в ответ на вполне определенные жизненные обстоятельства. Возможно, что в тех обстоятельствах далекого детства жизненный стиль оправдывал себя, но однажды при случайном стечении обстоятельств индивид с его жизненным стилем может попасть впросак. «Пока человек находится в благоприятной ситуации, мы не можем заключить о его стиле жизни со всей определенностью. Однако в новых ситуациях, когда человек сталкивается с трудностями, стиль жизни вырисовывается ясно и отчетливо» [2]. Жизненный стиль может оказаться неадекватным новым условиям жизни, и тогда индивида подстерегают дезадаптация и невроз. С точки зрения Адлера, все неврозы являются психологическим следствием неприспособленности человека к определенным жизненным ситуациям. Обладая устойчивым и неизменным жизненным стилем, индивид является хорошо оснащенным для реагирования в одних условиях и совершенно безоружным перед лицом других ситуаций. «Все невротические симптомы – это защита людей, которые не чувствуют себя надлежащим образом вооруженными и подготовленными для решения жизненных проблем» [106, с. 95]. Знание психологом жизненного

стиля личности позволяет предсказывать дальнейшее развитие и грядущий финал ее жизненного пути.

В связи с практическими задачами оценивания и прогнозирования жизненного пути личности были выработаны критерии «нормального жизненного стиля». Нормальный жизненный стиль является стандартом, с которым соизмеряются индивидуальные жизненные стили для установления отклонений личностного развития. С точки зрения Адлера, жизненный стиль нормального человека диагностируется по двум критериям: пригодности для решения повседневных трудностей, а также социальной адаптивности и полезности. «Нормальный человек – это человек, который живет в обществе и в своем образе жизни столь хорошо адаптирован, что, хочет он того или нет, общество извлекает определенную выгоду из его деятельности. Кроме того, с точки зрения психологической, у него достаточно энергии и смелости, чтобы открыто встречать проблемы и трудности, которые случаются в его жизни. У людей же с психопатологическими отклонениями отсутствуют оба эти качества: и социальная адаптация, и способность справляться с повседневными трудностями жизни» [2].

В индивидуальной психологии не приветствуется типологический подход, и в этом заключается «соль» индивидуальной психологии, чтобы рассматривать индивида как неповторимую целостность. Однако, заботясь о практической деятельности психологов, Адлер предложил гипотетическую типологию жизненного стиля личности. Согласно данной типологии выделяются полезный, правящий, избегающий и получающий стили жизни. В основе каждого типа лежит соотношение двух основных мотивационных тенденций жизненного пути личности. Первая тенденция – стремление к превосходству, вторая – социальный интерес. Так, баланс этих мотиваций в структуре полезного стиля жизни максимально сдвинут в сторону социального интереса, в структуре же остальных стилей жизни преобладает стремление к превосходству [106].

Изначально, по мнению Адлера, каждый человек настроен на нормальный стиль жизни. Но условия жизни могут поломать нормальную модель жизненного реагирования. Нормальный жизненный стиль легко деформируется из-за неблагоприятных ситуаций развития личности в детском возрасте. Адлер перечисляет три такие ситуации: ситуация несовершенства органов, ситуация избалованного ребенка и ситуация пренебрегаемого ребенка. «Эти три состояния – физическая неполноценность, избалованность и запущенность – важнейшие причины того, что жизни придается неверный смысл» [3, с. 23–24].

Ситуация органически ослабленного или дефективного ребенка опасна потому, что располагает к развитию эгоистической, погруженной в собственные проблемы личности. Такие дети часто гонимы из компаний сверстников, подвержены оскорблениям, насмешкам и издевательствам со стороны взрослых. Любой органический недуг детского возраста привлекает к себе повышенное внимание ребенка и в будущем чреват для него социальной изоляцией. Из органически неполноценных детей вырастают социально пассивные, неуверенные в себе личности. Еще большую угрозу представляет вариант развития жизненного стиля, при котором человек озлобляется и начинает мстить всему миру за то, что с ним в детстве так жестоко обошлись. Детям с органической неполноценностью органов с первых лет жизни необходим человек, который мог бы отвлечь их внимание от дефекта и мобилизовать их на решение социально значимых задач. Если рядом с ними не окажется человека, который отвлечет их внимание от них самих и заинтересует их другими людьми, они, скорее всего, будут заниматься в основном своими собственными ощущениями. Позже, сравнивая себя с окружающими, они совсем потеряют уверенность, и может случиться даже в нашей нынешней цивилизации, что ощущение отставания у них будет еще и усилено жалостью, насмешками или избеганием товарищей» [2, с. 14].

Ситуация избалованного ребенка создает риск для формирования эгоистической, требовательной по отношению к другим и не требовательной к себе личности. В раннем возрасте такого ребенка усердно опекают родители, дедушки и бабушки, его желания почитают как закон. В результате повышенного внимания к собственной персоне он привыкает быть центром заботы и любви окружающих, ничего не давая им взамен. Самое непоправимое в личности избалованного индивида то, что он многого ждет от других и в этом смысле зависит от них. В будущей взрослой жизни такого индивида ожидает отвержение окружающих, поскольку он не приучен к сотрудничеству с ними. Адлер отмечает, что во взрослой жизни избалованный с детства индивид будет иметь чувство, что все его предали и пренебрегают им. Со временем эта установка генерализуется, и индивиду кажется, что все общество настроено к нему враждебно и критически. В ответ на социальное непризнание человек выберет агрессивный стиль жизни и вступит на путь тирании. Фактически жизнь такого человека проходит в борьбе и соперничестве с другими людьми и отвечает девизу: «Жить – значит быть первым и получать от других все, чего я хочу» [2, с. 16].

Не менее трагичной является ситуация пренебрегаемого ребенка. Вся его жизнь складывается драматично в связи с тем, что в раннем возрасте он не почувствовал внимания и заботы, не узнал, что такое любовь и уважение окружающих. Отверженные дети вырастают недружелюбными и недоверчивыми людьми, которые не способны отзываться на чувства окружающих. В их жизненном стиле доминирует установка на соперничество, вместо нормальной установки на кооперацию и интеграцию. Часто такие дети вовлекаются в преступный образ жизни, вымещая на окружающих свои неудачи. Смысл правонарушения для отверженного индивида в демонстрации своей мнимой силы и независимости от окружающих, хотя на самом деле он питает острую потребность в их внимании и ласке. Как пишет Адлер, «если мы исследуем логику, мышление и мотивы преступника, то обнаружим, что он считает свои преступления не только разумными, но и героическими. Он верит, что достиг превосходства, а именно: он стал умнее полиции и обрел способность превосходить других. Таким образом, в своих глазах он – герой; он не видит, что поступки его демонстрируют что-то иное, очень далекое от героики. Недостаточно развитое у преступника чувство общности, которое направляет его активность в бесполезное русло, связано с недостатком у него мужества и малодушием, однако он об этом не знает. Те, кто ориентирован на бесполезную жизнедеятельность, часто боятся темноты и изоляции; они хотят быть с другими. Это – малодушие, вещи следует называть своими именами. В самом деле, наилучшим способом воспрепятствовать преступлениям было бы убедить всех, что преступление – это не более, чем выражение малодушия... Мы не должны забывать, что преступник живет в эгоцентричном мире, где нет места истинной смелости, уверенности в себе, здравого смысла или понимания общечеловеческих ценностей» [2, с. 19].

Таким образом, истоки ошибочного стиля жизни следует искать в неблагоприятных ситуациях детства. Кроме того, огромное влияние на жизненный стиль человека оказывает очередность его появления на свет среди других детей и занимаемое в родительской семье положение. Адлеру принадлежит авторство психологической концепции порядка рождения. Главный тезис этой концепции заключается в том, что характер, стиль и смысл жизни решающим образом детерминируется порядком появления ребенка в родительской семье и типом семейной ситуации развития. Выделены типичные статусы ребенка в семейном социуме.

1. Положение единственного ребенка в семье уникально, поскольку у него нет братьев или сестер, с которыми необходимо со-

стяжаться за родительскую заботу. Данное обстоятельство несет в себе как позитивные, так и негативные последствия для жизненного стиля личности. Положительная сторона семейной ситуации единственного ребенка в том, что он с высокой вероятностью получает достаточное для гармоничного развития личности количество любви. Отрицательная сторона заключается в том, что его воспитывают в духе «кумира семьи», возлагают на него большие надежды, балуют и защищают от всех жизненных трудностей. Это способствует развитию зависимости и эгоцентризма как стилевых особенностей жизнедеятельности личности.

2. Положение старшего ребенка (первенца) также имеет двойственное – конструктивное и деструктивное влияние на жизненный стиль личности. Первоначально старший ребенок является фаворитом в семье, которому родители отдают все тепло, которое только у них есть. Эта ситуация весьма благоприятно сказывается на развитии нормального стиля жизни. С появлением второго ребенка в семье положение первенца меняется драматическим образом. Привилегированным членом семьи становится младший ребенок, поскольку он объективно требует большего ухода и внимания со стороны родителей. Как правило, старший ребенок в это время предоставлен самому себе; его положение Адлер квалифицировал как положение «монарха, свергнутого с трона». Старшему ребенку необходимо осваивать «стратегию выживания в одиночку», вследствие чего у него вырабатывается склонность к лидерству, автономность, властность. Резкая смена семейного положения может фатальным образом воздействовать на внутреннюю противоречивость жизненного стиля личности. Особенно, если сначала жизненный стиль формировался в условиях гиперпротекции, а позже – в условиях гипопротекции. Старший ребенок может предпринимать попытки вернуть себе прежнее положение, соревноваться с младшим за родительскую любовь, но это деструктивное решение проблемы стиля жизни. Единственным конструктивным выходом из создавшегося положения для первенца является сплочение с родителями с целью совместного воспитания младшего ребенка.

3. Положение второго (среднего) ребенка отличается режимом наибольшего благоприятствования для формирования нормального жизненного стиля. В младенческом возрасте все внимание родственников, безусловно, приковано к нему, но с годами ему приходится все чаще завоевывать родительскую любовь. Пример старшего брата или сестры является для него образцом для подражания, и он оказывается в ситуации «отстающего» и вечно «догоняющего». Такое положение в семье мотивирует индивида к высо-

ким достижениям и самосовершенствованию. В результате вырастает конкурентоспособная личность, нацеленная на жизненный успех. Аналогичная ситуация развития действует на средних детей в многодетных семьях.

4. Положение самого младшего (последнего) ребенка является самым выгодным с точки зрения развития нормального жизненного стиля. Ему не угрожает ситуация «монарха, свергнутого с трона»; ему не нужно конкурировать за любовь родителей. В общем, его детство лишено психотравмирующего опыта, который может сильно деформировать стиль жизни. Однако наряду с многими «плюсами» существуют некоторые «минусы» в его семейном положении. Например, ситуация, когда младший ребенок вынужден донашивать одежду старших детей, не проходит бесследно для его жизненного стиля. В нем созревает здоровое чувство конкуренции со старшими сиблингами. Кроме того, старшим детям нередко поручают присмотр за младшим ребенком, в силу чего последний теряет свою независимость.

Социальная ситуация развития брошенных, осиротевших, социально депривированных детей является наиболее губительной для развития смысла жизни и жизненного стиля личности. В целом же конфигурация семейной ситуации развития в каждом отдельном случае является уникальной, равно как и жизненный стиль личности, складывающийся в этой ситуации. Если Фрейд утверждает, что «все мы родом из детства», то Адлер добавляет, что это детство протекает в семье.

По механизмам формирования жизненный стиль является социогенным, то есть производным от социальной среды и социального взаимодействия образованием личности. Некоторые элементы жизненного стиля ребенок перенимает у людей, с которыми он сталкивался с раннего детства. Наиболее важная особенность жизненного стиля – баланс социального интереса и стремления к превосходству – также детерминируется социальным окружением ребенка. «Кроме рассмотрения жизни индивида как единого целого, мы должны также учитывать ее социальный контекст. Поначалу дети рождаются слабыми, и их беспомощность делает необходимым, чтобы за ними ухаживали другие люди. Таким образом, стиль жизни или модель жизненного поведения ребенка нельзя понять без учета людей, которые ухаживали за ним и восполняли его неполноценность» [2].

Из концепции стиля жизни вытекает еще одна фундаментальная проблема, над которой Адлер трудился последние годы своей

жизни. Эта проблема – смысл жизни, образующий функциональное ядро индивидуального жизненного стиля. Индивидуальная психология А. Адлера является исторически первой теорией, в которой смысл жизни заявлен как особая психологическая проблема. Адлеровская концепция длительное время оставалась единственной психологической теорией смысла жизни. Альтернативу ей составили экзистенциальные подходы, в частности логотерапия В. Франкла. Вплоть до настоящего времени в области психологических исследований смысла жизни конкурируют две влиятельные научные традиции – глубинная и экзистенциальная психология. Психоаналитическая традиция в изучении смысла жизни ведет свое начало от теории Адлера, экзистенциальная традиция берет исток в работах Франкла.

Главным пунктом расхождения этих подходов является вопрос о механизмах генезиса и изменения смысла жизни. С позиций глубинной психологии смысл жизни созревает в структуре личности в детском возрасте, приблизительно к 5 годам. Он является частью подсознания и долгое время может не рефлексироваться человеком, незаметно детерминируя его поступки. Осознание и понимание смысла жизни – это особая мыслительная задача для человека. Рефлексия смысла жизни, тем не менее, не позволяет человеку изменить его. В глубинной психологии, таким образом, общий теоретический принцип – «генетическая предпосылка» – проецируется на проблему смысла жизни. Получается, что человек является плененным «заложником» смыслового опыта детства, задающего индивидуальную жизнь на многие годы вперед. В экзистенциальной психологии, напротив, личность считается свободной и ответственной в вопросе о смысле собственной жизни. Она вольна сознательным решением избрать для себя определенный смысл и преданно служить ему. Жизненные обстоятельства могут вынудить ее пересмотреть смысл своей жизни и снова поставить в ситуацию смысложизненного выбора. В любом случае не смысл жизни программирует жизненный путь личности, а личность выбирает смысл жизненного пути и этим выбором определяет свою судьбу. Действительно, между глубинной и экзистенциальной теорией прослеживаются существенные разночтения по вопросу о смысле жизни. Вместе с тем, некоторые исследователи стремятся к компромиссу между этими традициями в научных исследованиях и психотерапии. За последние годы разработаны интегративные модели смысла жизни, вбирающие лучшие достижения глубинной и экзистенциальной психологии [105].

Вернемся теперь к первоисточкам проблемы смысла жизни в учении Адлера. Проблема смысла жизни была подсказана Адлеру макросоциальными изменениями, которые происходили в современном ему обществе. Западная цивилизация в 20–30-е годы прошлого столетия содрогалась от различного рода социальных кризисов и катаклизмов – экономических, политических, идеологических. Усиливающийся милитаризм, идеологическая экспансия, политические перевороты и экономические обвалы – все это характеризует историю западного общества той поры. «Лихорадило» общество и в человеческом измерении. Крушение смысла жизни, разочарование в идеалах, потеря вкуса к жизни, разобщение человеческих сообществ и проблема одиночества, разложение моральных устоев общества, загнивание традиционной этики, активная маргинализация населения, упоение формами тоталитарной идеологии и многие другие негативные симптомы стали предвестниками эпохи экзистенциальных проблем человека. Психиатрические клиники переполнились больными, которые мучились отнюдь не сексуальными проблемами, как это было во времена Фрейда. Эти больные были одержимы совершенно другими проблемами экзистенциальной природы; их волновали проблемы построения собственной жизни и нахождения ее смысла. Ни медицинская, ни психологическая теория и практика не были тогда готовы к достойному ответу на вызов, брошенный эпидемией экзистенциальных расстройств. Это историческое время дало хороший урок медицинским и гуманитарным наукам, в том числе психологии. Урок заключался в том, что человеческая природа была открыта с абсолютно другой стороны. Человек, как оказалось, не так уязвим на уровне своего биологического существования и не столь чувствителен к проблемам биологического выживания, как это считалось ранее. Затруднения социального порядка и духовная незащищенность перед экзистенциальными проблемами обнаружили истинные и куда более значимые аспекты человеческого существования.

Таким образом, проблема смысла жизни была навеяна общественным климатом той эпохи, в которой выросла индивидуальная психология. С другой стороны, появление смысла жизни в числе активно обсуждаемых проблем индивидуальной психологии обусловлено собственными тенденциями развития взглядов Адлера. В ранних работах по индивидуальной психологии мы не найдем никаких следов проблемы смысла жизни. Несмотря на то, что концепция смысла жизни явилась сравнительно поздним приобретением индивидуальной психологии, ей удалось сгруппировать вокруг себя



все теоретические конструкты данного учения. Основной предпосылкой для актуализации проблемы смысла жизни в индивидуальной психологии стала явная и непримиримая полемика, которую долгие годы Адлер вел с психоанализом Фрейда. Адлер оппонировал классическому психоанализу по основополагающим положениям, затрагивающим сущность человека. В самых ранних противоречиях положений индивидуальной психологии и допущений традиционного психоанализа четко прорисовывается будущий контур всего гуманистического и экзистенциального психоанализа. Эти противоречия заключались в следующем.

Во-первых, Адлер возражал против тотальной биологизации человеческих побуждений и человеческой природы в целом. Он полагал, что поведение мотивировано социальными побуждениями, а человеческая жизнь в целом подчиняется логике социальных смыслов. В более широком плане данное возражение означало протест против биологической модели человека и признание решающей роли социальной детерминации в человеческой судьбе. «Человеческие существа живут в мире значений и смыслов. Мы не воспринимаем обстоятельства в чистом виде, но лишь в том значении, которое они для нас имеют. Наше восприятие определяется нашими целями и намерениями. Под лесом подразумевается «лес в его соотношении с людьми», а под камнем – «камень как возможный материал человеческого обустройства». Если кто-либо попытается отринуть значения и смыслы и посвятит себя только фактам, он будет весьма несчастлив: такой человек изолирует себя от окружающих, его действия не принесут пользы ни ему, ни кому-либо еще; короче говоря, они будут бессмысленными» [3, с. 15]. Отсюда следует, что смысл жизни выступает в роли одной из смысловых детерминант жизнедеятельности, которая позволяет индивиду соединиться с другими индивидами в «социальный организм».

Во-вторых, Адлер категорически не принимает механицизм, который приписывают человеческому поведению в психоанализе. Духу индивидуальной психологии претит, что объяснения человеческих поступков и судеб находят в причинно-следственном ряду событий. Причем события взрослой жизни фаталистически выводятся из событий раннего онтогенеза. В индивидуальной психологии опровергается так называемая «генетическая предпосылка»: предположение о том, что человеческая жизнь однозначно и неотвратимо предуготована событиями раннего детства. Главный «козырь» Адлера в борьбе с этими положениями – утверждение свободы и активности индивида, способного к пониманию движущих

сил своего поведения и их сознательному изменению. Если механицизму психоаналитического объяснения подходит модель каузальной детерминации поведения, то для индивидуальной психологии свойственна телеологическая модель. Телеологичность предполагает детерминацию человеческого поведения целями и смыслами. Эта модель предоставляет человеку шанс на саморегуляцию и самодетерминацию. При этом считается, что человек в своей жизни больше ориентирован на будущее, нежели на прошлое. «У каждого человека есть концепция цели или идеал, необходимый для того, чтобы добиваться больше того, что возможно для него в актуальной жизненной ситуации, преодолевать недостатки и трудности настоящего благодаря постулированию конкретной цели будущего. Имея эту конкретную цель или намерение, человек чувствует себя в состоянии преодолеть любые проблемы, так как в нем живет его будущий успех. Без ощущения цели деятельность индивида не имела бы никакого смысла» [2].

В-третьих, в индивидуальной психологии отчетливо проступает феноменологический подход. «Мы воспринимаем реальность только сквозь призму сообщенного ей смысла – не реальность как таковую, а нечто интерпретированное» [3, с. 15]. По мнению Адлера, индивид в своем жизненном поведении руководствуется не столько объективными фактами, сколько субъективными представлениями об окружающей действительности. Аналогичным образом дело обстоит в психической регуляции жизненного пути, в основе которой функционирует субъективная картина жизни. В свою очередь, субъективная картина жизненного пути производна от смысла жизни, который обуславливает восприятие, интерпретацию и компоновку биографических фактов. Субъективная картина жизни является фрагментом глобального психического образа – индивидуальной картины мира. Ключевая роль в формировании картины действительности принадлежит тому, что Адлер определил как смысл мира или «мнение». Смысл мира «лежит в основе картины мира человека и определяет его мышление, чувства, желания и действия» [106, с. 32]. Смысл мира, смысл жизни и производные от них частные смыслы, таким образом, опосредуют восприятие индивида и вносят в него момент пристрастности. Для обозначения апперцептирующей функции смыслов Адлер предлагает понятие «схема апперцепции». Через схему апперцепции преломляется осмысление событий жизненного пути личности – те события, которые релевантны смыслу жизни, встраиваются в субъективную картину жизни, а нерелевантные события отфильтровываются. Наибольшее значение для формирования индивидуальной схемы

апперцепции имеет первое воспоминание о детстве, действующее наподобие смысловой установки. Адлер полагает, что все последующие воспоминания и планируемые события находятся в смысловой связи с первым эпизодом и являются его логическим продолжением. В любом случае человек «будет воспринимать различные ситуации не такими, какие они существуют в действительности, но согласно личной схеме апперцепции, – иными словами, он будет воспринимать ситуации сквозь призму предубеждений своих личных интересов» [2].

В-четвертых, в индивидуальной психологии личность полагается в качестве субъекта собственной жизни, а не марионетки «в руках» жизненных обстоятельств. «Бесполезно строить психологию только на основе движущих сил, не принимая во внимание творческую энергию ребенка, которая направляет эти силы, отливает их в определенную форму и снабжает достойной целью» [106, с. 177]. Наследственность, социальное окружение, травматический опыт детства – это факторы, которые влияют на жизненный путь человека, но не так фатально, как это преподносится Фрейдом. Согласно Адлеру, субъектность проявляется в творческой активности, при помощи которой личность сублимирует эти факторы в нужном ей направлении. Человек – это созидательное существо, которое использует наследственность, среду в качестве строительного материала своей жизни. Субъекту атрибутируется способность генерировать творческую энергию и направлять ее на решение жизненных задач, на формирование смысла и стиля жизни. В этой связи вместо понятия «субъект» Адлер часто употребляет термин «креативное Я». В конечном счете только сам человек ответственен за свой стиль жизни и жизненный путь. Замечено, что способность к саморегуляции и самодетерминации увеличивается по ходу созревания «творческого Я». Так, формирование смысла и стиля жизни происходит в раннем детстве без участия сознания, то есть непроизвольно и неосознанно. Но это еще не значит, что в поведении взрослого просто оживают ранние переживания. Индивид взрослеет, развивается его самосознание, и с определенного этапа жизненного пути он начинает сознавать свои жизненные цели, вносить в них изменения. «Каждый человек приходит к конкретной цели преодоления трудностей с помощью творческой энергии, которая идентична его «Я» [106, с. 180]. Способность критически относиться к стилю и смыслу жизни равносильна контролю личности над своей судьбой. Широко известен афоризм, сформулированный создателем индивидуальной психологии: «Важно не то, откуда ты идешь, а куда». Этим подчеркивается способность личности переломить

детерминацию прошлого и делается акцент на свойство субъектности, выраженное в активном планировании будущего. В адлеровской концепции «творческого Я» отчетливо звучит тезис о том, что люди являются хозяевами собственной судьбы.

Перейдем теперь к освещению содержательных аспектов концепции смысла жизни в индивидуальной психологии. Прежде всего, необходимо отметить, что индивидуальная психология в теоретических и прикладных аспектах всегда развивалась как учение о смысле. По собственному признанию автора, она изначально была задумана как теория о смысле человеческой жизни и смысле мира, в котором человек живет [4]. Однако собственно концепция смысла жизни сложилась в индивидуальной психологии не сразу. Последователи и интерпретаторы индивидуальной психологии выделяют несколько этапов в эволюции воззрений Адлера на смысл. На первых порах индивидуальная психология определялась как учение о смысле человеческих действий и экспрессивных движений, а также о смысле органических дефектов и психической неполноценности [4]. В более поздний период своего научного творчества А. Адлер отошел от этой узкой трактовки, что было связано с поиском глобального смыслового образования, стоящего за многочисленными смыслами событий и поступков. «Индивидуальная психология как наука развивалась из настойчивого стремления постичь таинственную творческую силу жизни, силу, которая воплощается в желании развития, борьбы, достижения, превосходства и даже компенсации поражения в одной сфере стремлением к успеху в другой. Эта сила телеологическая: она проявляется в устремленности к цели, в которой все телесные и душевные движения производятся во взаимодействии. Таким образом, абсурдно изучать телесные движения и ментальные состояния абстрактно, безотносительно к индивидууму как целому. Абсурден, к примеру, тот факт, что в судебной психологии больше внимания уделяется преступлению, чем преступнику, ведь важен именно он, и совершенно не имеет значения, как долго мы созерцаем преступные действия: невозможно понять их преступный характер до тех пор, пока они не предстанут в качестве эпизода в жизни конкретного лица. Внешне одинаковые действия могут быть преступными в одном случае и не являться преступлением – в другом. Очень важно понять индивидуальный контекст – цель жизни человека, которая определяет направление всех его поступков и побуждений. Понимание цели жизни делает для нас возможным понимание скрытого смысла, лежащего в основе различных разрозненных действий, так как мы начинаем ви-

деть их частями единого целого. И наоборот, мы лучше проникаем в смысл целого, когда исследуем части, при условии, конечно, что мы видим их в качестве частей этого целого» [2].

Таким образом, с точки зрения Адлера, смысл жизни первичен по отношению ко всем частным смыслам (смыслам отдельных действий индивида и событий индивидуального жизненного пути). Понимание смысла жизни является ключом к пониманию целостного жизненного пути и дискретных поступков личности. «Если смысл и значение, которые придаются жизни, найдены и поняты – у нас оказывается ключ ко всей личности» [3, с. 25–26]. В индивидуальной психологии смысл жизни рассматривается как интегративная основа личности.

Вместе с эволюцией общетеоретических положений индивидуальной психологии уточнялось содержание понятия «смысл жизни». Как уже отмечалось выше, сначала центральным объяснительным конструктом в индивидуальной психологии являлось понятие стиля жизни. Вспомогательным понятием служило понятие жизненных целей. Жизненные цели назывались в качестве психических образований, которые лежат в основе жизненного стиля и канализируют активность индивида в определенном направлении. На этом этапе развития своего учения Адлер не придавал сколько-нибудь серьезного значения понятию «смысл жизни» – оно изредка мелькало и вновь исчезало из текстов по индивидуальной психологии. При этом понятие смысла жизни часто фигурировало как синоним жизненной цели и растворялось в более широком понятии стиля жизни.

В своих последних работах Адлер отводит смыслу жизни самостоятельный статус, полагая, что смысл жизни является фундаментом для формирования личности. Смысл жизни получает следующее определение: это структура личности, направляющая жизненный путь на определенные задачи и придающая ему индивидуальное значение [4]. Исходя из такого понимания смысла жизни, Адлер диаметрально образом переворачивает отношения между смыслом жизни, жизненными целями и жизненным стилем. Смысл жизни оказывается первичен по отношению к жизненным целям, жизненному стилю и частным смыслам всех поступков и событий в жизни индивида.

С позиций индивидуальной психологии обладание смыслом жизни является неотъемлемым признаком нормальной жизни и психического здоровья личности. Бессмысленное существование, наоборот, рассматривается как симптом личностной патологии и дис-

гармонической жизни. Это отнюдь не значит, что смысл жизни должен постоянно рефлексироваться личностью. Чаще всего смысл жизни не вербализуется индивидом, а если осознается, то неполно и, возможно, ошибочно. С точки зрения Адлера, индивид располагает весьма ограниченными средствами для умственного постижения смысла своей жизни. Как следствие ограниченности познавательных возможностей индивида – субъективное понимание смысла жизни никогда не является абсолютно верным. В индивидуальном сознании «смысл всегда более или менее не закончен, не полон и даже не бывает вполне верным» [3, с. 15]. Главное же – это субъективное ощущение осмысленности жизни и наличие в ней единой смысловой направленности. В повседневных ситуациях здоровый индивид ведет себя так, как будто бы у него есть некая интерпретация жизни, стабилизирующая общую смысловую направленность жизненного пути. Индивид привыкает полагаться именно на эту скрытую интерпретацию, а не на рассудочное представление о смысле жизни. Поэтому лобовой вопрос о смысле жизни может весьма озадачить человека, и он не найдет, что на него ответить. Однако бывают ситуации, которые провоцируют вопрос о смысле жизни и как бы призывают человека к ответу. По мнению Адлера, это ситуации, когда индивидуальный способ осуществления жизни приводит человека к крупному поражению или загоняет его в жизненный тупик, и в этой связи человек понимает дефектность своего смысла жизни. «Пока небо безоблачно и впереди нет трудных испытаний, таких вопросов нет» [3, с. 15]. Но даже в критические периоды человеку нелегко осознать порочность своего смысла жизни и, тем более, отказаться от него. «Даже если значение, которое мы придаем жизни, является глубоко ошибочным, даже если наш подход к проблемам и задачам постоянно навлекает на нас несчастья и страдания, мы никогда легко не отказываемся от него» [81, с. 13]. Для прояснения и изменения смысла жизни индивиду требуется квалифицированная помощь, которую он может получить от психотерапевта – специалиста в расшифровке смыслов и значений человеческой жизни.

Как психолог, Адлер указывает, что смысл жизни сугубо индивидуален и нет универсального смысла, одинаково пригодного для жизни всех людей. Сколько существует людей, столько должно быть и вариантов смысла жизни. Индивидуальный смысл жизни является наиболее адекватным для данного конкретного индивида, поскольку отражает специфику его жизненного опыта и актуальной жизненной ситуации. Тем не менее, в адлеровской концепции смысла

жизни имеются глубокие этические основания, в силу наличия которых вопрос о содержании истинного смысла жизни не является безразличным. Несмотря на уникальность смысла жизни, у каждого человека он в большей или меньшей мере ошибочен, поскольку с точки зрения этики существует единственно правильный смысл жизни. Основным критерием верного смысла выступает его приемлемость для всех людей или, другими словами, истинным является смысл, разделяемый и одобряемый окружающими. Истинный смысл не отгораживает индивида от других людей, а наоборот, скрепляет его с человеческим сообществом. Как же установить истинность или ложность индивидуального смысла жизни на практике? Как проверить, смысл жизни больше отдаляет или сближает индивида с другими людьми?

Своего рода испытанием на прочность для индивидуального стиля и смысла жизни являются три неизбежные проблемы человеческого существования: профессиональная проблема, проблема сотрудничества и интеграции в сообщество людей, проблема любви и супружества. Эти проблемы встают перед каждым в силу того, что человека опутывают узы трех родов. Узы первого рода – это ограниченность земного существования и относительная непродолжительность индивидуальной жизни человека. Для того, чтобы оставить после себя след и память, человек должен выбрать занятие, которое позволило бы ему войти в историю. Узы второго рода – это социальные связи, которыми жизнь человека сплетена с окружающими. В одиночку человек неминуемо погибает, поэтому ему необходимо объединение с другими людьми. Наконец, узы третьего рода обусловлены тем, что человечество делится на два пола. Для продолжения личного и общественного бытия человеку необходимо решить проблему любви, вступить в брак и родить плодovitое потомство. Как пишет Адлер, «индивидуальной психологии неизвестны жизненные проблемы, которые не входили бы в эти три главные группы: проблемы деятельности, социальные и сексуальные проблемы. Именно своей реакцией на эти три проблемы каждый индивид проявляет свое глубинное понимание смысла жизни» [3, с. 17].

Наблюдаются две крайности в понимании смысла жизни и решении указанных проблем человеком. Первая крайность – это смысл жизни, который подразумевает движение против людей ради собственного сохранения, утверждения и возвеличивания. Такой смысл жизни базируется на стремлении к превосходству и компенсации человеком своей ничтожности, неполноценности. «Именно здесь мы находим общепринятую оценку всех ошибочных и вер-

ных смыслов жизни. Все неудачники – невротики, психотики, уголовники, пьяницы, трудные дети, самоубийцы, развратники и проститутки – стали таковыми из-за низкого чувства товарищества и социального интереса. Они подходят к проблемам профессии, дружбы и секса, не веря в то, что эти проблемы можно решить путем сотрудничества. Они придают жизни свой, личный смысл: никто вовне якобы не получит пользы от того, что они достигнут своих целей, и их интересы не идут дальше собственной персоны. Цель их стремления к успеху – всего лишь добиться фикции личного превосходства над окружающими, а их триумфы значимы только для них самих» [3, с. 18]. Вторая крайность – это смысл жизни, проникнутый социальным интересом и установкой на кооперацию с окружающими. Такой смысл жизни побуждает индивида к борьбе за общечеловеческое благо, позволяет ему персонализироваться в общезначимых произведениях науки, искусства, техники, ремесла.

Таким образом, с точки зрения индивидуальной психологии, содействие с окружающими – единственно правильный и надежный смысл жизни. Его можно сформулировать так: «Жизнь означает вклад в общее дело». Индивидуальные смыслы жизни в большей или меньшей степени приближаются к этому критерию, и от меры приближения зависит прогноз успешности жизненного пути личности.

Как уже отмечалось ранее, смысл жизни является довольно ранним психическим новообразованием. Сензитивный период его формирования лимитируется границей 5-летнего возраста. Смысл жизни раскрывается как своего рода «прообраз» – модель будущей личности, прочно ассоциируется с первым детским воспоминанием. Это воспоминание фигурирует в автобиографической памяти как генетически первое значение, которое индивид придал себе, окружающим и своей жизни. «Любое воспоминание, каким бы тривиальным оно не казалось, представляет собой нечто достопамятное. Оно содержит в себе жизнь, какой человек ее себе представляет... Подчеркнем еще раз: само переживание не столь важно, как тот факт, что именно данное переживание осталось в памяти и используется для кристаллизации смысла, придаваемого жизни. Любое воспоминание есть напоминание о чем-то» [3, с. 24]. Смыслообразующая функция раннего воспоминания обусловлена двумя причинами. Во-первых, раннее воспоминание является субъективной стартовой точкой, от которой начинается отсчет индивидуальной биографии. Все последующие воспоминания и переживания селекционируются по критерию соответствия–несоответствия ранне-



му воспоминанию. Во-вторых, ранее воспоминание содержит в себе первую смысловую оценку жизни и в этом плане выступает как опыт, программирующий смысл и стиль жизни. В дальнейшем автобиографические воспоминания никогда не изменяются – независимо от перемен в смысле жизни. Ротация автобиографических воспоминаний, их реинтерпретация всегда следуют за трансформацией смысла жизни. Вполне возможно, что с изменением смысла жизни старые воспоминания заместят другие эпизоды биографии, которые по своему смыслу больше подходят под новое значение жизни. Роль автобиографических воспоминаний инварианта – подтверждать и оправдывать смысл жизни личности. Например, несчастливый человек всегда будет удерживать в сознании те эпизоды биографии, которые подкрепляют его настрой на жизненный неуспех.

Не всегда смысл жизни должен быть отягощен ранним воспоминанием. Иногда индивидуальный смысл жизни может иметь прототип в реальном окружении ребенка. Прототип для собственного смысла жизни ребенок может найти, наблюдая за стилем жизни какого-либо значимого лица. Поведение и способ существования данного человека становятся для ребенка образцовыми моделями смысла и копируются им. При выборе смысла жизни ребенок перебирает и опробует множество социальных символов, прежде чем зафиксирует свой выбор на одном из них. Адлер полагал, что установление круга идентификации индивида помогает пролить свет на смысл жизни, так как значимые другие символизируют стиль жизни, сходный со стилем жизни самого индивида [2; 4].

Пересмотреть первичное значение жизни чрезвычайно трудно и зачастую непосильно для самого индивида. Для этих целей существует индивидуальная психотерапия, которая фасилитирует процесс осознания и переоценки смысла жизни. Основной контингент, подлежащий консультированию, коррекции и терапии, это индивиды с ошибочно определенным смыслом и стилем жизни. Группу повышенного риска для формирования ошибочного смысла жизни представляют три категории детей, на которых мы уже останавливались выше. Это дети с органической неполноценностью органов, избалованные и социально заброшенные дети. Во взрослой жизни все они не могут децентрироваться от собственной osoby, упражнять социальный интерес и эффективно сотрудничать с окружающими. Поводом для обращения к психотерапевту служат неврозы.

Согласно Адлеру, «невроз – это естественное развитие индивида, который малоактивен, стремится к реализации эгоистическо-

го смысла жизни и к достижению личного превосходства над окружающими, обладает ошибочным стилем жизни» [106, с. 241]. В этом контексте невроз понимается как один из вариантов личностного развития, который характеризуется тремя признаками:

- ошибочностью стиля жизни, которая проистекает из неблагоприятных условий жизни в детском возрасте;
- доминированием в структуре смысла жизни стремления к превосходству и компенсации комплекса неполноценности; социальный интерес не свойственен смыслу жизни невротика;
- низкой социальной активностью, которая проявляется в избегании социального взаимодействия, в неспособности сотрудничать, устанавливать теплые отношения с лицами противоположного пола и выполнять общественно полезные профессиональные функции.

Указанные особенности только лишь предрасполагают индивида к неврозу, но не гарантируют, что невроз неукоснительно разовьется. В этиологии невроза всегда прослеживается действие особой жизненной ситуации, которую Адлер назвал экзогенным фактором. Особенность неврозогенной жизненной ситуации в том, что она предъявляет повышенные требования к стилю жизни индивида и декомпенсирует его. Так, например, в происхождении невроза избалованного, изнеженного с детства индивида роль экзогенного фактора может сыграть ситуация отлучения от семьи и вступления во взрослую жизнь.

Подход Адлера к исцелению неврозов соответствует его представлениям об их природе. Первоочередными задачами индивидуальной психотерапии являются:

- осознание ошибочности невротического стиля жизни и отказ от неэффективных моделей жизненного поведения;
- переориентация эгоцентрического смысла жизни на социально полезные жизненные цели;
- усиление социальной активности индивида, упражнение навыков конструктивного решения трех основных проблем социальной жизни.

Конечная цель терапевтического процесса – повышение социального интереса, формирование просоциального смысла жизни, научение более эффективному стилю жизни. Наиболее действенным профилактическим и коррекционным фактором объявляется реальное взаимодействие индивида с окружающими, поэтому в индивидуальной психотерапии упор сделан на обучение человека навыкам межличностного взаимодействия. Адлер не устал подчеркивать, что человек, вовлеченный в социальное взаимодействие,

никогда не станет невротиком. В психотерапевтическом процессе ставка делается на творческую активность самого пациента и его потенциальную способность быть субъектом жизни. Адлер любил говорить своим пациентам: «Психотерапевт сидит в вашем кресле». Первичным условием излечения является развитие самопонимания пациента. Ему необходимо осознать, в чем конкретно заключается дефектность стиля жизни, открыть для себя альтернативные смыслы жизни, построенные на социальном интересе.

Из своей теории Адлер выводит ценные практические рекомендации по воспитанию детей. Индивидуальная психология является, пожалуй, единственной теорией, которая проливает свет на педагогические аспекты проблемы смысла жизни. «Что касается воспитания ребенка, то его основной целью, как мы показали, должно стать развитие чувства общности, на основе которого затем кристаллизуются здоровые и полезные цели жизни. Только обучая детей жизни в согласии с социальными нормами, можно достичь того, что являющееся универсальным ощущение неполноценности становится на службу здорового развития личности и не превращается в комплекс неполноценности или превосходства. Социальное приспособление подобно обратной стороне медали проблемы неполноценности. Именно потому, что отдельный человек неполноценен и слаб, мы обнаруживаем тот факт, что человеческие существа живут сообща. Таким образом, чувство общности и социальное сотрудничество являются спасением человека» [2].

Важные для психологии жизненного пути положения были разработаны в аналитической психологии Карла Густава Юнга. Юнг больше известен как представитель глубинной психологии, поскольку большинство его работ приурочены к проблеме коллективного бессознательного. Однако научное творчество Юнга не могло не отражать актуальные проблемы современности, которые преимущественно носят экзистенциальный характер. По мнению Юнга, основная экзистенциальная проблема в наше время заключается в том, что общество поглощает личность и отнимает у нее право на индивидуальность. Данная тенденция особенно заметна в сфере нравственных, смысложизненных проблем. «Нравственная ответственность личности неизбежно заменяется государственными соображениями. На место нравственной и духовной самостоятельности человека приходит социальное обеспечение и повышение жизненного уровня. Цель и смысл отдельной человеческой жизни лежит уже не в ее индивидуальном развитии, но в навязанных человеку государственных соображениях... Личность все больше лишается

возможности принимать решения нравственного порядка и самой направлять свою жизнь, вместо этого она рассматривается как общественная единица, которой соответственно управляют, которую кормят, одевают, обучают, селят в соответствующих помещениях и даже забавляют, принимая при этом за идеальную мерку вкусы и самочувствие масс» [76, с. 9].

Закономерно, что в аналитической психологии Юнга акцентируется проблема смысла жизни, который является психологическим условием свободного и ответственного существования. При разработке одного из основных понятий аналитической психологии – понятия индивидуации – Юнг также приблизился к проблеме личности как субъекта жизни. «Разрабатывая вопрос о трансформации и развитии личности на разных этапах индивидуации и достижения самости, Юнг подходит к решению фундаментальной философской проблемы о значении для мира, для бытия всего сущего появления человека как осознающей себя личности, как субъекта своей жизни» [10, с. 15]. Анализируя движущие силы поведения человека, К. Юнг опровергает тезис о том, что активность управляется прошлым по реактивному принципу. В качестве альтернативы ученый защищает положение о том, что с приходом человека мир обустроивается по проекту человеческих ценностей и смыслов, действительность приобретает новое смысловое измерение. Как существо, порождающее смыслы и ценности, человек преимущественно настроен на будущее, а главный вклад в детерминацию его активности вносит именно поиск смысла. «Человек может претерпеть тяжелейшие испытания, если он видит в них смысл. Вся трудность заключается в создании этого смысла» [72, с. 182]. Согласно представлениям Юнга об онтогенетическом развитии человека, установка на осмысление своей жизни и обнаружение ее смысла актуализируется во второй половине жизни, которая совпадает с началом процесса индивидуации [75, с. 84–86]. Самим К. Юнгом и его интерпретаторами индивидуация понимается как процесс прогрессивного осознания человеком глубинных пластов бессознательного и открытие собственной самости, которая таит истинный смысл жизни [77]. Нахождение смысла жизни увенчивает и амплифицирует процесс индивидуации, способствует возрастанию способности быть субъектом жизни. Личность, познавшая свое призвание и осознавшая смысл жизни, отличается наиболее высокой стойкостью и жизненной мудростью, резко изменяет качество осуществления собственной жизни – «из правильного усмотрения проблемы сразу переходит к правильному действию» [73, с. 251].

С точки зрения аналитической психологии понимание смысла жизни представляет для человека особую рефлексивную задачу, от

качества решения которой напрямую зависит качество способа человеческого бытия. Согласно Юнгу, понимание смысла жизни помогает личности правильно выбрать жизненный путь и пролонгировать его как путь практической реализации своего призвания [73, с. 211]. На пути индивидуации личность подстерегает опасность отчуждения от истинного смысла своей жизни в том случае, если она примет навязанные ей извне социальные роли или выдуманный смысл. В этом случае рушится смысловое измерение человеческой жизни и активностью человека завладевают хаотические силы. Все, что необходимо сделать личности – это проникнуть в смысл своей жизни и «добровольно принести себя в жертву своему призванию» [73, с. 217].

Кроме того, Юнг считает, что у человека существует познавательная потребность в поиске смысла жизни. Потребность в смысле жизни сильнее выражена во второй половине жизни, что связано с необходимостью обобщения и анализа жизненного опыта. Однако актуализация потребности в смысле жизни возможна лишь тогда, когда человек ориентирован на индивидуализацию и духовный рост. Люди с приземленными запросами и не вполне социально приспособленные склонны отрицать важность проблемы смысла жизни [75, с. 84]. К осознанию смысла жизни человека может подтолкнуть критическая ситуация, например, близость смерти. Приближающаяся смерть призывает к ответу на вопрос о смысле жизни потому, что уверенность в осмысленности и значительности жизни является единственным утешением для человека на «смертном одре» [75, с. 86].

Важно обратить внимание, что Юнг привязывал смысл жизни преимущественно к культурно-духовным ценностям и, наоборот, «отвязывал» его от врожденных материальных потребностей человека. Возвышение смысла жизни до уровня духовных ценностей является признаком душевного здоровья, а падение смысла жизни до уровня естественных потребностей – симптомом деградации личности. Высшие ступени индивидуации должны быть насыщены общепризнанными этическими, эстетическими, религиозными и прочими духовными ценностями [77]. «Чувство ширящегося смысла существования выводит человека за пределы обыденного приобретения и потребления. Если он теряет этот смысл, то тотчас же делается жалким и потерянним» [72, с. 80].

Из своей терапевтической практики К. Юнг вынес твердое убеждение о том, что смысл жизни является одним из наиболее важных факторов психического здоровья, при потере которого личность поражается «духовной болезнью». Бессмысленность приво-

дит к «психологическому оцепенению» личности, снижает полноту и качество жизни. По этому поводу К. Юнг писал: «Отсутствие смысла играет критическую роль в этиологии невроза. В конечном счете невроз следует понимать как страдание души, не находящей своего смысла... Около трети моих случаев – это страдание не от какого-то клинически определимого невроза, а от бессмысленности и бесцельности собственной жизни» [75, с. 71].

Таким образом, в рамках аналитической психологии в качестве критериев субъектности жизни обозначены следующие признаки:

- ориентация личностной активности на смысл жизни и производные от него смыслы в противовес стимулам, социальным нормам, давлению внешнего окружения;
- осмысленность жизни как следствие наличия смысла жизни;
- одухотворенность смысла жизни культурными ценностями и его автономность от простейших потребностей;
- глубина и адекватность понимания личностью смысла жизни.

Общее в концепциях Адлера и Юнга – это понимание смысла жизни как интегрирующего фактора человеческой жизни, интегральной основы личности. В дальнейшем эта точка зрения, намеченная в глубинной психологии, была принята экзистенциальными психологами в лице В. Франкла, С. Мадди, Дж. Бьюдженталя. В отличие от Адлера, для которого смысл жизни выступает как личностная структура, формирующаяся в раннем детстве и остающаяся неосознанной большую часть жизни, Юнг полагает, что смысл жизни обретается индивидом в контексте человеческой культуры. Таким образом, в индивидуальной психологии принято положение, согласно которому источником смысла жизни является индивидуальный смысловой опыт личности, аккумулированный в раннем возрасте; в аналитической психологии предполагается, что смысл жизни произведен от культурных смысловых универсалий – духовных ценностей. Ввиду данного различия в индивидуальной психологии смысл жизни постулируется как изначально интрапсихологическое образование, а в аналитической психологии – как продукт интериоризации личностью культурных ценностей, то есть сначала как интерпсихологическая реальность, а потом как интрапсихологическая структура личности. Еще одно различие прослеживается во взглядах Адлера и Юнга на возможность человека адекватно осознать смысл своей жизни. Адлер убежден, что человеку не дано понять смысл своей жизни до конца, хотя он может обладать более или менее адекватным объяснением своего жизненного пути. Юнг, напротив, считает, что понимание смысла жизни – это специальная

рефлексивная задача для индивида, от решения которой зависит успешность индивидуализации личности.

Несмотря на некоторые расхождения, теории Адлера и Юнга сходятся в главном – в утверждении человека активным, свободным и ответственным субъектом, решающим проблему собственной жизни. Представление о человеке как субъекте жизни было унаследовано в последующем гуманистическими и экзистенциальными теориями и остается главенствующим в современной психологии жизненного пути.

## **§2. Психологическая концепция жизненного пути личности в работах Ш. Бюлер**

Передовые положения теории А. Адлера были восприняты немецким психологом Шарлоттой Бюлер. По праву можно утверждать, что именно ей принадлежит первая психологическая концепция жизненного пути личности. Ее книга «Жизнь человека как психологическая проблема» может рассматриваться как классическая и программная для психологии жизненного пути личности [85]. Тридцать лет спустя после даты первого выхода в свет этой работы российский психолог Б. Г. Ананьев оценивал ее как основополагающую «при изучении жизненного пути личности и генетических связей между его фазами» [9, с. 156].

Центральное место в концепции личности и ее жизненного пути занимает идея интенциональности. В этом отношении концепция Ш. Бюлер является своеобразным прологом более поздних теорий в экзистенциальной психологии. Интенциональность постулируется в качестве функционального ядра личности, которое участвует во всех ее жизненных выборах. Содержание интенциональности составляют врожденные целевые и ценностно-смысловые структуры личности, которые экстерииорируются по ходу индивидуального жизненного пути. Интенциональность полагается врожденной структурой, которая не поддается и подвергается прижизненному формированию. По слову Ш. Бюлер, условия среды и воспитания лишь меняют формы выражения интенциональности, не преобразуя ее сущности [84, с. 42]. Тем не менее, социальное окружение может исказить и задавить в ребенке ростки интенциональности.

В своих последних работах Ш. Бюлер отмечает, что интенциональность личности структурируется из «базовых тенденций» – врожденных стремлений человека к реализации определенных ценностей и смыслов. Конвергенция «базовых тенденций» являет-

ся движущей силой психического развития личности, а их индивидуальная композиция обуславливает параметры жизненного пути. Первая базовая тенденция – это стремление к удовлетворению простейших физиологических нужд, обеспечивающих физическое самосохранение человека. Эта тенденция актуализируется в раннем возрасте в виде потребностей в пище, тепле, комфорте, движении. Вторая базовая тенденция – это стремление к адаптации в окружающей среде. Она разворачивается в детском возрасте, когда ребенок начинает активно познавать окружающий мир, манипулировать и орудовать объектами, овладевать культурными способами действия с вещами. По сути дела, вторая базовая тенденция есть потребность в активности. Описанные тенденции Ш. Бюлер оценивала как простейшие, отвечающие приспособительному образу жизни. Третья базовая тенденция – это стремление к достижениям и творческим творениям. В детском возрасте она проявляется в игре и творческой экспансии, а в зрелом возрасте реализуется в преобразовательном стиле жизни. Четвертая тенденция – тенденция интеграции и упорядочивания внутреннего мира личности. В зрелых формах она наблюдается в активности жизненного самоопределения и в систематизации жизненного опыта личности. Легко заметить, что иерархия базовых тенденций, о которых рассуждает Ш. Бюлер, выступает прообразом «пирамиды» человеческих потребностей А. Маслоу. В целом понятие базисных тенденций соответствует духу гуманистической психологии, поскольку в нем отражена мысль об генетически заложенном проекте личности и индивидуального жизненного пути.

В таком теоретическом контексте жизненный путь определяется как история развития и объективации интенциональности личности. С точки зрения Ш. Бюлер, основной динамической тенденцией в структуре интенциональности служит стремление личности к самоосуществлению. Понятие самоосуществления сближается с понятиями самоактуализации и самореализации, предложенными А. Маслоу и К. Роджерсом. Однако понятие самоосуществления богаче и многостороннее. В нем отчетливо просматриваются два основных аспекта: процессуальный и результативный. В процессуальном аспекте самоосуществление – это процесс объективации внутренней сущности личности в масштабе жизни. В результативном аспекте самоосуществление – это исполненность, реализованность личности, которая увенчивает и результирует процесс самоосуществления. Кроме того, Ш. Бюлер не просто констатирует стремление личности к максимальному проявлению своих врожденных потенций, но также акцентирует возрастные особенности



самоосуществления. Действительно, для каждого возраста существует неповторимая форма самоосуществления личности. В детском возрасте – это спонтанность, в юношеском – зрелость и самостоятельность, во взрослом – творчество и генеративность, в пожилом – исполненность и мудрость. Поэтому нельзя судить о человеке как о неполноценном или неудачнике лишь на том основании, что он еще не достиг вершины исполненности. Как говорит Ш. Бюлер, каждому этапу жизненного пути – свои достижения и свершения [84, с. 127].

Самоосуществлению предшествует длительная и напряженная внутренняя работа личности, которая направлена на понимание смысла жизни. Процесс поиска и постижения личностью смысла жизни Ш. Бюлер называет самоопределением. Продуктом самоопределения является индивидуальная концепция смысла жизни, которой руководствуется личность при построении жизненного пути. Индивидуальная концепция смысла жизни определялась Ш. Бюлер в разные годы по-разному: чаще других использовались два термина – «темы бытия» и «ведущие идеи». В обоих случаях подчеркивалось, что ими детерминируется общая смысловая направленность индивидуального жизненного пути. Анализ многочисленных биографий позволил экстрагировать основную закономерность: чем глубже и адекватнее понимание личностью смысла и цели своей жизни, тем успешнее и продуктивнее процесс ее самоосуществления. Напротив, извращенное понимание личностью смысла своей жизни неминуемо приводит к жизненному краху. Как пишет Ш. Бюлер, человек, не знающий своего предназначения, не станет тем, кем он может и должен стать [84, с. 142]. По ее мнению, смысл жизни и жизненные ценности консолидируют структуру личности, а их отсутствие является фактором дезинтеграции личности и разрушения ее психического здоровья. Во взглядах Ш. Бюлер на психическую норму и патологию сквозят экзистенциально-гуманистические установки. По ее мнению, расстройство личности – это болезнь, в основе которой недостаток осмысленности и направленности жизни, стесненность внутренней свободы человека. Отсюда миссия психотерапии – вернуть человеку изначально присущую свободу, раскрепостить интенциональность, стимулировать активность самоопределения и самоосуществления.

Как истинный представитель гуманистической психологии Шарлотта Бюлер активно поддерживала идеографический подход к изучению личности и ее жизненного пути. Стержневой идеей данного подхода является тезис об уникальности и неповторимости каждого конкретного человека и своеобразии его жизненного пути.

Неслучайно выбор исследовательницы пал на биографический метод, который причисляется к основным методам идеографического подхода. Однако Ш. Бюлер признавала также наличие общих возрастных закономерностей самоосуществления личности. Подход, согласно которому все люди имеют некие общие черты, называется номотетическим. Периодизацию жизненного пути личности, предложенную Ш. Бюлер, можно считать элементом номотетического подхода.

Ш. Бюлер жизненный путь личности подразделяет на пять фаз. Психологическая характеристика жизненных фаз основывается на возрастных особенностях функционирования самосознания личности и отражает эволюцию личностного самоопределения. Период жизни до юношеского возраста Ш. Бюлер не включает в свою периодизацию вообще на том основании, что в это время самосознание личности пребывает в «дремлющем состоянии» [84, с. 172]. Начало жизненного пути датируется моментом, когда в человеке впервые «просыпается» потребность в самосознании и самоопределении. Первая фаза – от 16 до 20 лет, характеризуется низким уровнем активности самоопределения. Во второй фазе, которая начинается с 25–30 лет, человек ориентируется в различных видах деятельности, перебирает знакомства, развивает бурную социальную активность, что свидетельствует об активизации самоопределения. Однако в этот период субъективные представления личности о своем предназначении еще весьма туманны и неразборчивы. Наступление третьей фазы жизненного пути у разных людей происходит в разном возрасте. С точки зрения Ш. Бюлер, оптимальный возраст вхождения в третью фазу равняется 35–40 годам. В это время человек специфицирует свое жизненное призвание и заметно продвигается на избранном поприще. В этой связи третья фаза жизненного пути рассматривалась Ш. Бюлер как кульминация личностного самоопределения и самоосуществления. Напротив, неадекватное самоопределение на предыдущих этапах провоцирует творческий застой, стагнацию личностного развития и психологический кризис в этой фазе. Четвертая фаза жизненного пути наступает приблизительно с 55–60 лет. Она совпадает с биологическим увяданием, исчерпанием творческих сил и жизненных целей. Закономерно, что на данном этапе активность самоопределения и самоосуществления снижается. В пятой фазе (с 65 лет до смерти) эта активность совсем угасает, в связи с чем человек быстро дряхлеет как индивид и стареет как личность. Эту фазу Ш. Бюлер не включала в структуру жизненного пути по той причине, что здесь, по ее наблюдением, происходит замирание психической жизни.

Основной заслугой Ш. Бюлер является постановка вопроса об общих закономерностях развития человека на протяжении жизненного пути. Идея сквозных закономерностей, пронизывающих становление личности от рождения до смерти, была чрезвычайно новаторской, поскольку большинство психологов были увлечены стадиями детства. Более поздние периоды человеческого развития были для тогдашней психологии непознанной областью. Однако критерии периодизации и общие принципы ее построения вызывают серьезные возражения. Можно возразить, например, по поводу того, что не во всех случаях финал человеческой жизни является подготовкой к умиранию. Возможны типы развития, в которых старость проходит в активном режиме: в заботе о потомках, в хобби и досуговых занятиях, в мемуарной деятельности. Но наиболее сильные возражения вызывает тезис о том, что топология и хронология жизненных фаз является повторением стадий детского развития. Эта избитая идея получила название закона рекапитуляции по аналогии с действующим в биологии морфогенетическим законом. Закон рекапитуляции в психологии жизненного пути имеет несколько трактовок. Первая из них гласит следующее: жизненный путь личности воспроизводит основные вехи исторического развития общества. Например, раннее детство сопоставляют с зарей человечества, когда мышление людей находилось на низком уровне развития; дошкольный возраст – время игры – соотносят с периодом греческой культуры; школьный возраст уподобляют схоластическому средневековью; подростковый возраст отождествляют с бунтарской эпохой Возрождения, а юношество – с реформаторской эпохой Просвещения. Вторая трактовка закона рекапитуляции звучит следующим образом: периоды взрослой жизни в масштабном виде повторяют стадии детства. Такой трактовки жизненного пути среди прочих придерживалась Шарлотта Бюлер.

Несомненным ее достижением явилась попытка вычленения элементарной структурно-функциональной единицы жизненного пути личности. В качестве таковой Ш. Бюлер постулировала жизненное событие – единичное изменение, происходящее в обстоятельствах жизни человека [84, с. 49]. Также была предложена простейшая типология жизненных событий. Согласно двум рядам жизненного пути личности – ряду внешней и ряду внутренней жизни – события подразделялись на объективные и субъективные. Первые – это изменения во внешней среде, вторые – изменения во внутреннем мире личности. Однако ряды внешних и внутренних событий мыслились как параллельные, не пересекающиеся между собой. Получалось, что жизненный путь раздваивается на две несвязанные

истории – духовную биографию и историю внешней жизни личности. Анализ событий жизненного пути преследовал цель выявления интенсивности самоопределения и самоосуществления личности. По мнению Ш. Бюлер, количество субъективных событий однозначно свидетельствует о напряженности самоопределения, ведь внутренние события – это своеобразные открытия личности, перемены в системе смыслов и ценностей. В качестве показателя активности самоосуществления бралось количество объективных событий, которые являются моментами объективации внутреннего мира личности, то есть вехами самоосуществления. В настоящее время анализ жизненного пути личности по событиям приобрел статус особого методологического подхода и методического принципа. Это так называемый событийный подход. Зарождение событийного подхода в психологии жизненного пути личности связано с именем Шарлотты Бюлер.

В заключение отметим еще одну важную особенность концепции жизненного пути Ш. Бюлер. Эта особенность имеет отношение к оригинальному принципу объяснения движущих сил жизненного пути, принятому в экзистенциальной и гуманистической психологии. Здесь узаконен так называемый телеологический принцип объяснения движущих сил развития личности и жизненного пути. Согласно телеологическому принципу активность личности побуждается и направляется больше ценностями, смыслами и целями, нежели внешними причинно-следственными связями событий. Поэтому в экзистенциальной и гуманистической психологии огромное значение придают интенциональности как средоточию регуляторных ценностей и смыслов. Жизненный путь и отдельные деяния личности обладают некоторыми производными свойствами – субъектностью, активностью и гетеростатичностью. Субъектность жизненного пути подразумевает активное вмешательство личности в естественный ход жизненных событий с тем, чтобы упорядочить их так, как того требуют жизненные ценности и смыслы. Активный характер осуществления личностью жизненного пути является свойством, противостоящим реактивности. Активность обнаруживается в том, что личность самостоятельно инициирует, изменяет и прекращает реализацию определенных перемен в своей жизни. Гетеростатичность означает то, что личность по ходу жизненного пути стремится с максимальной полнотой материализовать смысл жизни и преобразить свою судьбу. Это требует от нее большей внутренней и внешней работы, преодоления себя и сопротивления жизненных обстоятельств, «течения жизни». Противоположностью гетеростазиса является гомеостатическая установка ак-

тивности – стремление личности сбалансироваться с жизненными условиями путем минимизации собственных притязаний, ценой отказа от активности.

Таким образом, Ш. Бюлер является типичным представителем гуманистического направления в психологии жизненного пути личности. Жизненный путь в ее концепции определяется как история экстерииоризации внутренней, генетически предопределенной сущности личности. За эту явно идеалистическую трактовку, пренебрегающую социальными детерминантами жизненного пути, концепция обильно критиковалась российскими психологами С. Л. Рубинштейном и Б. Г. Ананьевым. Несмотря на недиалектическое понимание движущих сил психического развития, Ш. Бюлер была и остается первопроходцем в области освоения сложнейших проблем психологии. В поздних исследованиях Ш. Бюлер были намечены научные проблемы, которые впоследствии составили проблемное поле экзистенциальной психологии и современной психологии жизненного пути. Это проблемы смысла жизни и жизненных целей, отношения личности к смерти и собственной судьбе, с которыми читатель еще не один раз столкнется на страницах этой книги.

### §3. Психология бытия А. Маслоу

Идейным последователем Ш. Бюлер можно считать Абрахама Маслоу, чья психология бытия впитала лучшие положения из проанализированной выше концепции. Замысел создания психологии бытия возник как реакция на внутренний раскол психологии и доминирующую в ней негативную концепцию человеческой природы. Маслоу с сожалением отмечает, что, несмотря на концептуальную разобщенность течений современной психологии, они едины в одном – в изучении худших сторон человеческой натуры. Научную «моду» в этой сфере больше всего задают фрейдизм и бихевиоризм. Эти учения базируются на результатах исследований и клинических наблюдений за психически нездоровыми, неполноценными индивидами. Поэтому в их выводы незаметно закрадась презумпция «скверного человека». Лучшие качества человека, напротив, игнорируются и остаются в тени.

Это обстоятельство обусловило общую гуманистическую направленность теории А. Маслоу. Для своих исследований он отбирал самых одухотворенных индивидов с тем, чтобы установить пределы личностного роста человека. Такой исследовательский подход был назван «статистикой лучших»: «Для того, что узнать, насколько высоким может быть человек, совершенно очевидно, что

нужно отобрать самых высоких людей и изучить их. Для того, чтобы узнать, как быстро может бегать человек, не нужно выводить среднюю арифметическую скорость человечества в целом, – нужно просто взять олимпийских чемпионов по бегу и посмотреть, насколько хорошо это делают они. Если же мы хотим познать возможности духовного и личностного роста человека, его морального развития, то и здесь, я уверен, мы узнаем больше, изучая самых праведных, самых добропорядочных представителей людского рода» [52, с. 21].

По мнению Маслоу, все направления психологии можно дихотомизировать по простому признаку: отношению к ресурсам и возможностям духовного развития человека. Совокупность тех направлений, в которых царит пессимизм по поводу человеческой природы, он определил как дефицитарную психологию. Дефицитарная психология сосредоточена на проблемах нездорового, депривированного развития и рассматривает потенциал человека сквозь призму психопатологии. Те направления, в которых с оптимизмом视рают на способность человека достигать максимальной полноты бытия, были выделены в бытийную психологию или психологию бытия. «С равными основаниями она может быть названа и онтопсихологией, и трансцендентной психологией, и психологией совершенства, и психологией цели» [52, с. 139].

Основное отличие психологии бытия в том, что в ее фокусе оказываются высшие проявления человеческой психики, которые способствуют построению человеком совершенной жизни. Маслоу не дал четкой формулировки предмета психологии бытия, но начертил основные векторы, по которым она должна развиваться. По мысли Маслоу, психология бытия исследует психологические условия, при наличии которых человеческая жизнь принимает все более совершенные, благородные и возвышенные формы. Причем психологию бытия интересуют не только проблемы индивидуального жизненного пути личности, но и условия повышения качества общественной жизни. В число наиболее актуальных проблем психологии бытия А. Маслоу включил следующие [52, с. 139–143].

1. *Проблема психических состояний, приближающих человека к самоосуществлению.* Это состояния, обозначаемые такими понятиями, как зрелость, самоактуализация, психологическое здоровье, аутентичность, индивидуализация, креативность.

2. *Проблема высших переживаний и бытийного познания, которые выступают в качестве факторов личностного роста.* Высшие переживания и бытийное познание позволяют челове-

ку открыть для себя и постичь дихотомии жизни и смерти, смысла жизни и бессмысленности, любви и одиночества, нравственного падения и возвышения.

3. *Проблема метамотивации*, то есть ценностей и смыслов, побуждающих человека к личностному росту и достижению лучших форм человечности. Проблема метамотивации тесно смыкается с проблемой смысла жизни и жизненных ценностей.

4. *Проблема творчества*, которое является одним из основных способов взаимодействия личности с собственной жизнью.

5. *Проблема идеалов*, которые заставляют человека развиваться и самосовершенствоваться.

6. *Проблема свободы и спонтанности*, которые главенствуют в самовыражении и жизненном выборе личности.

7. *Проблема трансценденции* как психического феномена человеческого существования. Особое значение имеют психологические условия трансценденции и психические состояния, при переживании которых экзистенциальная дилемма человека теряет остроту, отодвигается на задний план.

8. *Проблема взаимодействия личности и общества*, которая поворачивается двумя гранями: общественные условия, оптимизирующие самоактуализацию личности, и личностные свойства, облагораживающие общество в целом.

Обобщая изложенные положения, предмет психологии бытия можно сформулировать так: психические феномены, закономерности и механизмы, обеспечивающие личностное развитие и духовное совершенствование человека по ходу жизненного пути.

Проанализируем теперь основные положения психологии бытия. Пожалуй, самой важной частью теории является концепция мотивации, известная под названием «пирамиды потребностей». Напомним, что иерархия потребностей конструируется по принципу субординации. В соответствии с этим принципом вышележащие потребности не могут быть удовлетворены, если у человека заблокированы низшие потребности. Основание иерархии человеческих потребностей составляют физиологические нужды. Над ними надстраиваются психологические потребности – в безопасности, принадлежности и любви, уважении и самоуважении. Венчает пирамиду потребностей мотивация самоактуализации. Здесь необходимо отметить, что чем выше уровень потребностей, которыми озабочен человек, тем выше психологическое качество его жизни. Самое низкое качество жизни у людей, которые поглощены удовлетворением физиологических потребностей. Это жизнь, подобная

жизни растений и животных; в ней мало собственно человеческого и много борьбы за биологическое выживание. Высокое качество жизни демонстрируют люди, которые поднялись до уровня потребности в самоактуализации. Для них основная задача – это использование своих талантов и способностей во благо окружающих. Именно так в общих чертах определил самоактуализацию А. Маслоу. Самоактуализация – это не застывшее состояние, а динамический процесс. В разные периоды своей жизни человек находится на разных уровнях самоактуализации. Остановимся подробнее на восьми главных характеристиках самоактуализации, которые обобщил Маслоу в своей последней, изданной посмертно работе «Дальние пределы человеческой психики» [52, с. 57].

*Во-первых*, самоактуализация проходит под аккомпанемент ярких поглощающих переживаний, которые обладают сильной энергетикой и уже сами по себе способны трансформировать личность. Поэтому самоактуализация и знаменует личностный рост, и закономерно продолжает его. В моменты переживания самоактуализации человек освобождается от всех внутренних преград и комплексов, нейтрализует вредные привычки, которые в обыденных условиях закрепощают его потенциал. Самоактуализация как бы срывает с человека маску, которую он носит в будничной жизни, и помогает стать тем, кто он есть на самом деле.

*Во-вторых*, самоактуализация обеспечивается правильностью каждого решения из длинной вереницы жизненных выборов человека. Каждый жизненный выбор продвигает человека на один шаг ближе к личностному регрессу или прогрессу. Самоактуализация – это кумулятивный результат жизненных выборов человека, который движется в направлении пределов собственного развития. «Самоактуализация – это процесс, он предполагает, что каждый раз, делая выбор, мы выбираем, что достойнее остаться честным, не лгать, что честнее не красть, чем красть, или, обобщая, – каждый из вставших перед нами выборов мы совершаем в пользу личностного роста» [52, с. 57].

*В-третьих*, понятие «самоактуализация» неявно подразумевает, что у человека наличествует некая «самость», которая должна быть актуализирована. По мнению Маслоу, самость представлена личностными смыслами и ценностями, которые составляют интенциональное ядро человеческой жизни. Часто бывает, что смыслы и ценности личности заслоняются внешними социальными оценками тех или иных моментов бытия. Чужие оценки, будучи ассимилированными человеком, затегают его личное мнение и, тем са-



мым, отбрасывают его на пути к самоактуализации. Поэтому первойшим шагом к самоактуализации является способность человека доверять не чужим, а собственным оценкам и мнениям, «прислушиваться к внутреннему голосу своей самости».

*В-четвертых*, самоактуализация предполагает ответственность за то, что говорит и как поступает человек. Маслоу утверждает, что взятие на себя ответственности за результаты деятельности есть важное условие самоактуализации. «Каждый раз, принимая на себя ответственность, человек самоактуализируется» [52, с. 58].

*В-пятых*, самоактуализация требует смелости и мужества, которые могут понадобиться человеку для высказывания и защиты своей точки зрения. По мнению Маслоу, серьезной помехой самоактуализации является боязнь «высунуться», прослыть выскочкой или нелепым чудачком, показаться неконформистом в глазах других людей. Тем не менее, самоактуализация немислима без свободы самовыражения.

*В-шестых*, для самоактуализации необходим высокий уровень притязаний, стремление к максимальной реализации своих талантов и возможностей. «Решение стать рядовым врачом – не лучший выбор для самоактуализирующейся личности. Обязательно нужно стремиться стать самым лучшим врачом, нужно хотеть в наибольшей степени раскрыть свои возможности» [52, с. 60].

*В-седьмых*, нельзя делать самоактуализацию целью сознательных усилий. Чем больше рвение человека стать самоактуализированной личностью, чем сильнее он тянется к высшим переживаниям, тем упорнее эти состояния убегают от него. Секрет самоактуализации в том, чтобы посвятить все усердие, какое только есть у человека, любимому делу и тогда переживания триумфа от добротного выполненной работы станут мимолетным моментом самоактуализации.

*Восьмое условие* самоактуализации – это высокий уровень осознанности сильных и слабых сторон своей личности, а также готовность отказаться от психологических защит. Только при этом условии человек может адекватно понять свое призвание и сделать его дорогой к самоактуализации [52, с. 61].

Эталонным способом человеческого бытия Маслоу считал существование самоактуализирующихся личностей. «Понятие «самоактуализированная личность» описывает не только человека, но и тот идеал, к которому он устремлен» [52, с. 145]. На основе анализа биографий выдающихся современников, многочасовых

бесед с ними он выделил психологические особенности «подлинного бытия».

1. Эффективное, более объективное и унитивное восприятие реальности.

2. Принятие себя, других людей и окружающего мира в целом.

3. Непосредственность, простота, естественность в отношениях.

4. Сосредоточенность на деле и отвлеченность от внутренних проблем.

5. Потребность в уединении.

6. Автономность как свобода от окружающих и культуры.

7. Открытость новому опыту.

8. Расположенность к пиковым переживаниям.

9. Чувство общности с окружающими людьми; стремление к кооперации и координации усилий.

10. Глубина и искренность чувств.

11. Демократичность, свободолюбие.

12. Мудрость и моральность.

13. Философское чувство юмора.

14. Креативность.

15. Соппротивление окультуриванию и стереотипизации.

В контексте настоящего анализа большую ценность имеет классификация всех человеческих мотиваций на дефицитарные и бытийные мотивы. Дефицитарные мотивы – это низшие потребности, бытийные потребности – это высшие потребности людей, утоливших свои низшие потребности. Дефицитарные мотивы изучает дефицитарная психология, бытийная же психология освещает поведение человека и его переживания на стадии самоактуализации. Иногда в качестве синонима бытийных мотивов употребляется понятие метамотивации. «Самоактуализированные индивидуумы (более зрелые, более вочеловеченные) уже по определению выступают как люди, удовлетворившие свои базовые потребности, люди, чья жизнь управляема высшими мотивами. Их можно назвать «метамотивированными» [52, с. 313]. Концепция метамотивации позволяет дополнить психологическую характеристику самоактуализирующихся людей некоторыми важными чертами. Самоактуализированный человек: а) психологически здоров, б) удовлетворил базовые потребности, в) позитивно распоряжается своими возможностями, г) мотивирован высшими ценностями, преклоняется перед ними и взыскует их.

Бытийная мотивация в большинстве случаев носит трансцендентный характер, то есть направляет активность человека на дело,

внеположенное по отношению к его личности. Это дело субъективно воспринимается как призвание, предназначение или даже как судьба. «Это удивительное и парадоксальное ощущение взаимной любви человека и его дела, комплементарности их друг другу, чувство, что работа «сродни» человеку, что он предназначен исполнять ее, что только он может сделать ее хорошо и правильно, что он даже скучает по ней» [52, с. 315]. Бытийная мотивация покоится на ценностном основании и субъективно презентирована в виде переживаний долженствования («я должен»). Это отличает ее от дефицитарной мотивации, которая проистекает от элементарных потребностей и переживается в виде хотений, желаний и влечений («я хочу»). По словам Маслоу, бытийная мотивация действует как призыв, а дефицитарная как позыв. «Призыв обязывает нас, возлагает ответственность, вынуждает к действию невзирая на то, чем мы заняты и чего хотим. В призыве больше долженствования, обязанности, необходимости, чем желания» [52, с. 316]. Бытийные мотивы оформлены в виде идеалов – моделей желанной и должной, но пока недостижимой жизни. Идеал как бы уводит за горизонт бытия: это такое положение дел, которое необходимо постоянно поддерживать делами и поступками. В идеале проглядывает ценностный образ притягательного будущего. Идеал как мотивационная переменная обладает свойством неисчерпаемости, что выдает его связь с бытийными ценностями. Привлекательность дефицитарных потребностей, напротив, иссякает сразу после их насыщения. Как пишет Маслоу, пища блекнет в глазах человека, как только он насытился вдоволь, а высшие ценности – добро, красота, изящность – притягивают его вновь и вновь [52, с. 318].

Феноменологические характеристики бытийной мотивации недвусмысленно указывают на то, что в ее основе залегают ценности. Действительно, ценности в понимании Маслоу служат специфическими «метамотивами». Ценности, мотивирующие самоактуализирующихся людей, Маслоу называет бытийными. Удивительным свойством бытийных ценностей является их универсальность для всех людей, независимо от культурных, социальных, образовательных, половых, демографических и прочих различий. Еще более поразительным свойством бытийных ценностей является рядоположенность, отсутствие иерархических отношений в их ряду. Это значит, что бытийные ценности невозможно соподчинить в иерархию, потому что они не исключают, а дополняют друг друга. «Похоже, что любую из сущностных, высших ценностей можно исчерпывающе описать в терминах других высших ценностей. Может быть,

на самом деле мы имеем дело с неким единством, которое при рассмотрении с разных точек зрения представляется нам разнообразными высшими ценностями» [52, с. 338].

Чаще всего бытийные ценности воплощаются в том виде деятельности, который является ареной для самоактуализации. Самоактуализирующийся человек «любит свою работу именно потому, что она олицетворяет эти ценности. То есть на самом деле он любит то, что ценно для него, а не работу саму по себе» [52, с. 320]. Вид деятельности, избранный самоактуализирующейся личностью, является лишь внешней оболочкой, в которую «оправлены» бытийные ценности. Маслоу подметил важную психологическую характеристику самосознания самоактуализирующихся людей: их призвание сливается с их «Я», и они идентифицируют себя через свою работу. Тем самым они поднимаются на уровень трансцендентного самосознания. На этом уровне развития большую часть самосознания оккупируют не физические, социальные или прочие характеристики индивида, а трансцендентные ценности, превосходящие его. Например, самоактуализирующийся юрист, посвятивший свою жизнь служению закону, скорее всего, воспримет любое надругательство над справедливостью и законностью как личное оскорбление или выпад против самого себя. Точно также для матери, отдающей все силы воспитанию детей, радости и успехи детей – наивысшее достижение и блаженство.

К бытийным ценностям относятся истина, доброта, красота, целостность, трансцендентность, живость, уникальность, совершенство, необходимость, завершенность, справедливость, порядок, простота, яркость, легкость, вольность, самодостаточность, осмысленность. Приведем отрывок из итоговой работы Маслоу, в которой он расшифровывает значение каждой из них.

1. Истина: честность; реальность; открытость; простота; необходимость; красота; чистота; полная и неподдельная цельность.

2. Доброта: истинность; желанность; обязательность; справедливость; доброта; честность; приятность.

3. Красота: правильность; оформленность; одухотворенность; простота; насыщенность; целостность, совершенство; завершенность; уникальность; искренность.

4. Целостность: единство; интеграция; стремление к объединению; взаимосвязанность; простота; организация; структура; порядок, ассоциированность; синергизм; стремление к гомономности.

5. Живость: процесс; отрицание смерти; спонтанность; саморегуляция; полное функционирование; изменчивость при сохранении сущности и целостности; экспрессивность.

6. Уникальность: идиосинкразия; индивидуальность; несопоставимость; новизна; неповторимость; непохожесть.

7. Совершенство: отсутствие излишеств, отсутствие недостатков; воплощенность; невозможность улучшения; правильность, необходимость, соответствие, справедливость, завершенность, достаточность.

8. Необходимость: неизбежность; правота; невозможность исправления; верное осуществление.

9. Завершенность: законченность; окончательность; гармоничность; совершенство; отсутствие недостатков; тотальность; предназначенность; прекращение; вершина; окончательная форма; смерть для возрождения; остановка на пике роста и развития.

10. Справедливость: правота; обязательность; соответствие; свойство структурированности; необходимость; неизбежность; отрешенность; беспристрастность.

11. Гармония: законность; правильность; отсутствие чрезмерного; абсолютный строй.

12. Простота: честность; открытость; существенность; абстрактная безошибочность; каркас существа; сердцевина проблемы; прямота; только необходимое; отсутствие украшательства, ничего лишнего или чрезмерного.

13. Вольность: легкость; нет старания, борьбы, преодоления, нет трудностей; грация; совершенное и прекрасное функционирование.

13. Игривость: веселье; радость; удовольствие; юмор; плодовитость; легкость.

14. Самодостаточность: автономность; независимость; самопоглощенность; самоопределяемость; отрыв от окружения; отдельность; жизнь по своим законам; идентичность [2, с. 146–147].

В психологии бытия видное место отводится не только параметрам мотивации, но и когнитивным возможностям самоактуализирующейся личности. С этой целью выделяются два типа познания – дефицитарное и бытийное. Дефицитарное ориентировано на утилитарные, прагматические свойства окружающей действительности, что обусловлено апперцептивной функцией дефицитарной мотивации. Маслоу полагает, что человек, мотивированный дефицитарными потребностями, осознает лишь ту часть окружающего мира, в которой непосредственно локализованы блага, необходимые для удовлетворения потребностей. Он смотрит на мир с точки зрения сиюминутного интереса и осмысливает объекты и явления мира как средства, условия, преграды для реализации своих мотивов. Дефицитарное познание основывается на «пользовательском», «приспособленческом» отношении человека к миру. Точно также он

относится к своей работе или профессии, которая для него всего лишь способ зарабатывания денег, извлечения имущественных выгод или усмирения своих амбиций. Высшее ценностное измерение мира и собственной деятельности скрыто от глаз индивида, который побуждается дефицитарными мотивами.

Совсем другая картина мира у человека, который мотивирован высшими бытийными ценностями. В этом случае в познании происходит слияние действительного и ценностного. Это значит, что человек воспринимает мир в ценностном оформлении; каждый объект или явление мира символизируют определенную ценность. В познавательном отношении человека к своей работе аналогично высвечиваются ценности, а не прагматические цели и задачи. «Когнитивный процесс становится одновременно и процессом определения ценностей. То, что существует, принимает свойства должного. Факты становятся оценками. Реальный мир, увиденный и понятый, превращается в мир ценимый и желанный. Мир, который «есть», становится миром, который «должен быть» [2, с. 121–122].

С целью изучения бытийного познания, Маслоу собрал и схематизировал описания образа мира у самоактуализирующихся людей. Оказалось, что наиболее характерной особенностью бытийного познания является категоризация и интерпретация окружающей реальности в ценностных категориях. Установлена примечательная особенность: в бытийном познании задействованы именно бытийные ценности. Отсюда возникает устойчивый набор ценностных конструктов, при помощи которых оценивается мир: красивый, целостный, гармоничный, совершенный, осмысленный, справедливый и т. д. Легко заметить, что эти познавательные конструкты во многом эквивалентны бытийным ценностям. В бытийном познании мир преломляется через бытийные ценности, в которых сконденсирован общечеловеческий смысловой опыт. Ввиду этой особенности, бытийное познание индивида опосредуется мировоззренческим опытом всего человечества. Это делает бытийное познание более отстраненным и беспристрастным, нежели дефицитарное познание. Индивид при бытийном познании открывает и постигает универсальные человеческие истины вместо того, чтобы рассматривать мир с точки зрения своих эгоистических интересов и личных потребностей.

Существует еще одно важное различие бытийного и дефицитарного познания. При дефицитарном познании образ мира искажен в тона желаний и влечений индивида, каждый объект имеет притягательную и отталкивающую валентность. На уровне бытий-

ного познания образ мира не расщеплен на положительную и отрицательную модальность; мир воспринимается как целостность. Кроме того, в бытийном познании просвечивает идеальный проект мира или, иначе говоря, идет сопоставление действительного и возможного состояния реальности. Человек больше сконцентрирован не на фактах, а на актах – том, что должно быть сделано для воплощения ценностей. По этой причине в бытийном познании человеку раскрывается его долг – улучшить, усовершенствовать окружающий мир. Эту особенность бытийного познания Маслоу называет унитивным сознанием: «способностью увидеть действительное сквозь призму ценностного» (Маслоу, 1997, с. 128). «Среднего человека можно считать чувствительным к фактическому, но слепым к «должному». Здоровый же человек окажется более чувствителен к «должному» [52, с. 136]. Благодаря способности к бытийному познанию самоактуализирующиеся люди могут: 1) более эффективно постичь истину и реальность, 2) быть более беспристрастными и объективными в жизненных выборах, 3) без труда отделять правильное от неправильного, возвышенное от низменного, нравственное от безнравственного.

Очень часто бытийное познание сопровождают высшие переживания – особенно радостные, волнующие и вдохновляющие моменты человеческой жизни. «Понятие «высшее переживание» объединяет в себе лучшие мгновенья человеческой жизни, счастливейшие мгновенья человеческого бытия, переживания экстаза, увлечения, блаженства, величайшей радости. Я обнаружил, что эти переживания имеют глубокие эстетические основания, такие как творческий экстаз, материнская любовь, совершенные сексуальные переживания, родительская любовь, переживания при родах и многие другие. Я использую словосочетание «высшие переживания» как обобщенное и абстрактное понятие, потому что обнаружил, что все эти экстатические переживания имеют общие характеристики» [52, с. 117]. Иногда понятие «высшие переживания» заменяется термином «пиковые переживания» или «вершинные переживания». В этом случае подчеркивается, что высшие переживания посещают человека на пике процесса самоактуализации, и что в эти моменты они набирают наибольшую силу и остроту. Главной чертой высших переживаний является то, что в них человеку репрезентируются высшие бытийные ценности. Поэтому высшие переживания совпадают с моментами просветления человека. Одним из наиболее типичных высших переживаний является нахождение человеком смысла своей жизни. Критические обстоятель-

ства на пороге жизни и смерти также могут вызвать высшие переживания. С точки зрения Маслоу, высшие переживания обладают мощным формирующим и оздоровительным воздействием на личность. Они как бы подталкивают человека к осознанию себя и самоочищению, и в этом смысле они уподобляются психотерапевтическому «катарсису». Высшие переживания, как правило, кратковременны, что связано с ограниченными возможностями нервной системы человека. Тем не менее, они характеризуются большой интенсивностью и полностью захватывают душевную жизнь человека. Это своего рода «позитивный аффект», который оставляет в памяти глубокий след: человек вспоминает и актуализирует моменты высших переживаний как самые значимые события своей жизни [52, с. 189]. Еще одной важной характеристикой высших переживаний является то, что в них человек прикасается к трансцендентному (религиозному, мистическому, философскому) опыту. В этой связи Маслоу иногда определяет высшие переживания как мистические чувства. Высшие переживания не проходят бесследно для индивидуального мировоззрения: они всегда изменяют, а в некоторых случаях радикально преобразуют его, обогащая трансцендентным опытом [52, с. 283].

Как особая разновидность вершинных переживаний выступает бытийная любовь. Бытийная любовь – это любовь к сущности другого человека и его жизни. Объект бытийной любви в восприятии человека обрамляется высшими ценностями – красотой, цельностью, гармонией. Поэтому бытийная любовь имеет не критический характер, в силу чего объект любви обожествляется, принимается как олицетворение и предел совершенства. Бытийная любовь является бескорыстной и альтруистической, поскольку человек беззаветно отдает себя объекту любви и расценивает его как объект самоактуализации. Бытийная любовь не обязательно должна иметь эротическую подоплеку и быть направлена на существо противоположного пола. Это может быть любовь к природе, к родителям, к любимому делу и человечеству в целом. Ее противоположностью выступает дефицитарная любовь. Дефицитарная любовь – это реактивное, во многом невротическое чувство привязанности к другому человеку, которое возникает в ответ на фрустрацию базальных потребностей. Дефицитарная любовь чаще всего вырастает на почве неудовлетворенных потребностей в безопасности, уважении и самоуважении. Чем в большей степени другой человек может удовлетворить эти потребности, тем сильнее дефицитарная любовь к нему. Дефицитарная любовь в высшей мере эгоистична,



поскольку объект любви полностью присваивается и монополизируется человеком. В случае если объект дефицитарной любви не может удовлетворить потребности, отношение человека к нему поляризуется.

Сообразно классификации человеческой мотивации на дефицитарную и бытийную в психологии бытия разводятся дефицитарные и бытийные метапатологии личности. Как пишет Маслоу, «невозможность удовлетворить базовые психологические потребности, такие как потребность в безопасности, любви, уважении, самоуважении, идентичности и самоактуализации приводит к болезням и разного рода расстройствам, которые принято считать невротами и психозами. Однако даже люди, в полной мере удовлетворяющие свои базовые психологические потребности, люди, которых с полным основанием можно отнести к разряду самоактуализирующихся личностей, которыми движет стремление к истине, добру, красоте, справедливости, порядку, законности и прочим высоким ценностям, эти люди также могут испытывать депривацию на метамотивационном уровне. Неудовлетворение этих высших, метамотивационных, потребностей, или утрата человеком ценностных ориентиров, приводит к расстройствам, которые называю общей и частичной метапатологией» [52, с. 35]. Дефицитарная патология, таким образом, принадлежит к ведомству традиционной психиатрии и психотерапии, чего не скажешь про метапатологию личности. Метапатология – это недомогание личности, которое носит духовный или экзистенциальный характер и развивается в результате депривации бытийных ценностей. Метапатология, как правило, вытекает из духовной неустроенности человеческой жизни, из приземленности идеалов и ценностей, которыми живет человек.

По предположению Маслоу, депривация каждой бытийной ценности порождает качественно отличные формы духовного невроза, которые называются частными метапатологиями. Вкратце рассмотрим систематику специфических метапатологий в том виде, в каком ее представлял Маслоу [52, с. 332–333].

Патогенная депривация такой бытийной ценности, как правда, ведет к неверию, недоверию, скептицизму, лживости и подозрительности. Фрустрация высшей ценности «доброта» влечет за собой эгоизм, ненависть, недоброжелательность, деструктивность и цинизм личности. В том случае, когда заблокирована реализация такой ценности, как красота, возникает синдром с признаками вульгарности, усталости, банальности. Препятствия на пути реализации ценности «единство, цельность» ведут к развитию упрощенного

взгляда на жизнь, к пессимизму, агрессии. Депривация ценности «живость» провоцирует духовное омертвление, роботизацию, а ценности «уникальность» – утрату индивидуальности, конформизм. Недоступность ценности «совершенство» оборачивается безнадежностью, утратой мотивации к работе, бесперспективностью. Невозможность осуществить ценность «необходимость» порождает чувство опасности и непредсказуемости, ощущение потери контроля над событиями жизни. Депривация ценности «завершенность» негативно сказывается на уверенности человека в своих силах, подрывает самоуважение. Фрустрация ценности «справедливость» пагубно отражается на способности личности доверять окружающим и сотрудничать с ними. Недостигаемость ценности «простота» выражается в замешательстве, растерянности, утрате ориентаций. Дефицит в жизни человека ценности «богатство» приводит к депрессии, беспокойству, заикливости на собственных проблемах. Недостаток такой ценности, как вольность, чреват психическим перенапряжением, тревогой, астенизацией. Депривация ценности «игривость» способствует проявлениям депрессии и фобического синдрома. Невозможность реализовать ценность «осмысленность» обостряет симптомы экзистенциального вакуума: чувство утраты смысла, отчаяние, бесцельность и бессмысленность.

Необходимо отметить, что предложенная систематика частных метапатологий не может претендовать на статус строгой клинической классификации личностных расстройств. Каждая из названных метапатологий является в некоторой мере абстракцией. По признанию самого Маслоу, многие из метапатологий он вывел дедуктивным путем, в то время как в клинической и психотерапевтической практике они ему не встретились в чистом виде.

В психологии бытия ставится и решается проблема нормы и аномалии личностного развития. Проводя ревизию традиционных критериев личностной нормы и патологии, А. Маслоу признал их инвалидными, неточными. Эти критерии адресованы, в первую очередь, дефицитарной патологии, которая разрастается в результате фрустрации низших потребностей. Но от этих критериев ускользает специфическая бытийная патология личности, заболевания и недуги человеческого духа. «Сегодня уже не вызывает сомнений, что на неврозы следует смотреть как на расстройство духа, что, говоря о неврозах, следует обязательно иметь в виду такие вещи, как утрата человеком смысла существования, сомнения по поводу целей жизни, горе и злость по поводу неразделенной любви, переосмысление человеком своего жизненного пути, потерю мужества и надежд, неприятие самого себя, осознание того, что жизнь прожи-

та напрасно, неспособность радоваться и любить и т. д.» [52, с. 44]. Описанная феноменология не укладывается в «прокрустово ложе» медицинского психиатрического критерия. Невроз должен интерпретироваться как кризис человечности, как дефект личностного роста и ошибка в духовном развитии человека. Вместо затертой оппозиции понятий «норма – патология» А. Маслоу предлагает пару более адекватных терминов «вочеловеченность – недочеловеченность». Вочеловеченность – это уровень личностного развития, на котором человек воплощает и олицетворяет лучшие духовные качества человеческого рода. Вочеловеченность рассматривается как норма личностного развития. Недочеловеченность – это, напротив, следствие утраты или нереализованности человеком его лучших потенциалов, снижение духовного уровня жизни. Недочеловеченность представляет собой основной симптом личностной духовной аномалии, которая детерминирована патогенной депривацией высших ценностей. Оппозицию признаков «вочеловеченность–недочеловеченность» следует рассматривать как гуманистический критерий нормы и патологии личности.

В структуре невроза духовности особо выделяется один признак – десакрализация. Этот признак настолько тотален в картине духовного невроза, что его можно считать общей метапатологией. Десакрализация – это ценностное обеднение человеческого познания и бытия. Оно наступает в силу того, что человек скептически относится к бытийным ценностям, обесценивает или извращает их смысловое содержание. Так, к примеру, ценность любви вырождается в сексуальную потребность. «Секс для нашей молодежи – не более чем отправление естественной потребности, и они привыкли отправлять его столь буднично, относиться к нему столь приземленно, что секс почти утратил свою поэтическую компоненту, а это значит, что он потерял практически все» [52, с. 61]. Кроме того, при десакрализации оскудевает эмоциональная жизнь человека, он теряет интерес к окружающему его миру, ценности меркнут в его глазах или остаются не востребуемыми, незамеченными. Отчужденность, ангедония, экзистенциальный вакуум, деструктивность и другие синдромы, о которых уже говорилось выше, также включаются в картину десакрализации. Напротив, полноценное существование предполагает ценностную насыщенность и осмысленность, как говорит Маслоу, «завороженность», «очарованность», «вдохновенность» жизнью. Поэтому психотерапия должна заниматься ресакрализацией, то есть восполнением ценностей и смыслов человеческого бытия.

В рамках психологии бытия выясняются причины, тормозящие и искажающие личностное развитие индивида. Маслоу вычленяет три группы факторов, которые имеют отношение к духовному недоразвитию человека. Процессу самоактуализации в первую очередь препятствуют вредные привычки, упроченные в структуре прошлого опыта. Они могут быть также внедрены в результате дисгармонического воспитания, некорректного обращения с ребенком, инвалидизирующего детскую психику. Эти привычки, штампы и стереотипы являются преградами для креативности и свободы человека. Они зашоривают сознание, делают человека косным и неспособным к восприятию нового. В качестве примера наиболее злокачественных привычек Маслоу приводит аддикции, склонность к нездоровому образу, подтачивающему соматическое и психическое здоровье, а также послушность, безропотность, конформизм.

Вторую группу помех самоактуализации образуют социальные факторы, а именно групповое давление, общественная пропаганда, насаждение угодных государству ценностей. В результате воздействия этих факторов, человеку внушаются ценности и цели, которые могут противоречить его внутренней сущности. Тем самым эти факторы искривляют путь личностного развития. Маслоу отмечает, что если человек поддастся влиянию социальных факторов, то его индивидуальность будет нивелирована и он вырастет «нормальной» личностью – серым, безропотным и неприметным существом.

Третья группа факторов представлена психологическими защитами личности, которые, с одной стороны, обороняют психику от разного рода травм, а с другой – сдерживают личностный рост человека. Психологические защиты в особенности притесняют творческие потенциалы человека, поскольку ограждают его от всего нового и неизведанного. Особого внимания заслуживает механизм психологической защиты, названный комплексом Ионы. Комплекс Ионы определяется как сознательный отказ человека от развития и применения своих лучших способностей. А. Маслоу понимает этот механизм как «боязнь собственного величия», «уклонение от своего предназначения», «бегство от своих талантов» [52, с. 48]. По сути, это нежелание жить на пределе возможностей и сопротивление личностному росту, вследствие чего снижается качество человеческой жизни.

В заключение отметим, что созданная Маслоу психология бытия реализует главные идеи и принципы гуманистической психологии жизненного пути личности.

### ГЛАВА 3. ОТЕЧЕСТВЕННАЯ ПСИХОЛОГИЯ ЖИЗНЕННОГО ПУТИ ЛИЧНОСТИ

#### §1. **Философско-психологическая концепция жизненного пути личности в работах С. Л. Рубинштейна и А. Н. Леонтьева**

Проблема жизненного пути личности в отечественной психологии долгое время не освещалась и впервые была поставлена С. Л. Рубинштейном в 1935 году. До этого она преимущественно принадлежала зарубежным концепциям личности, которые были проанализированы выше. В российской психологии зачатки этой проблемы можно найти в работах Н. А. Рыбникова, который предлагал изучать психологию не только детского возраста, но также и взрослости. Для понятийной фиксации закономерностей развития личности в зрелом возрасте был предложен термин «акмеология». Акмеологические закономерности, с точки зрения Н. А. Рыбникова, должны раскрываться при помощи биографического метода, ориентированного на воссоздание реального жизненного пути личности, основных вех индивидуальной биографии. В этой связи основной упор Н. А. Рыбников сделал на разработку и операционализацию биографического метода в психологии. Собственно проблема жизненного пути личности осталась неизученной на концептуальном уровне. Теоретическая разработка данной проблемы началась позже и была связана с внедрением положений марксизма в психологическую науку. Главная заслуга С. Л. Рубинштейна состоит в том, что он явился первопроходцем в области освоения психологических проблем человеческой жизни с позиций марксистской философии.

Концепция жизненного пути личности является логическим завершением всего учения С. Л. Рубинштейна. Психология, по мысли С. Л. Рубинштейна, является наукой, исследующей жизненные процессы. Проходя через изучение отдельных психических функций, процессов, свойств и состояний, психология не должна отрываться от жизненного контекста и познания реальной жизни. Познание того, каким образом все эти психические процессы, функции, свойства и состояния обеспечивают отражение и регуляцию реальной жизни человека, является итогом пройденного психологией пути [57, с. 236–237]. С такой постановкой вопроса согласен Л. С. Выготский, который пишет: «В сфере психологии мы никогда не пойдем до конца человеческой личности, если будем

рассматривать ее статически, как сумму проявлений, поступков и т.п., без единого жизненного плана этой личности, без лейтлинии, превращающей историю жизни человека из ряда бессвязных и разрозненных эпизодов в связный единый биографический процесс» [27, с. 157].

Понятие жизненного пути венчает психологию личности, поскольку в отличие от других живых существ человек не просто существует и развивается во времени, но и имеет историю развития собственной личности. Личностью, как известно, человек не рождается; личностью он становится. Соответственно, жизненный путь – это история становления личности в определенном обществе, подчиненная социальным закономерностям. В этой трактовке жизненного пути личности ударение ставится на социальную природу и социальную детерминацию личностного развития. Как пишет С. Л. Рубинштейн, «существенными, определяющими, ведущими для человека в целом являются не биологические, а общественные закономерности его развития» [57, с. 238].

Жизненный путь личности не столько отражает закономерности общественного образа жизни, сколько воплощает и индивидуализирует эти закономерности. Такое понимание жизненного пути было не случайным в виду нескольких обстоятельств. Во-первых, С. Л. Рубинштейн проводил в психологию марксистские взгляды, согласно которым решающим фактором развития личности является жизнь в обществе. Во-вторых, С. Л. Рубинштейн полемизировал с экзистенциальными концепциями жизненного пути, в которых абсолютизируется свободная воля личности и недооценивается роль социальных детерминант. Однако предложенное С. Л. Рубинштейном понимание жизненного пути также является односторонним и абстрактным, поскольку личность оказывается отчужденной от собственной жизни. Получается, что общественный образ жизни «чеканит» личность и «штампует» ее жизненный путь без учета множественных различий индивидов и их активности по созиданию личной жизни.

Первоначально понятие жизненного пути определялось через указание на то, что история формирования личности подчиняется всеобщим закономерностям социального образа жизни. Позже С. Л. Рубинштейн отходит от этой узкой трактовки, в которой есть место лишь для объективной социальной детерминации жизненного пути личности. В своей последней работе «Человек и мир» он расширяет понятие жизненного пути личности и переводит его в плоскость проблемы личной жизни. Понятие личной жизни на-

много шире и богаче понятия жизненного пути личности, поскольку в личной жизни действует не только объективная, но и субъективная детерминация. Понятие личной жизни как раз и акцентирует превалирующий вклад активности личности в детерминацию индивидуального жизненного пути. «Личная жизнь человека в таком понимании – это самое богатое, самое конкретное, включающее в себя как единичное многообразие, так и иерархию все более абстрактных отношений... В своей конкретности она содержательнее, чем каждая из тех абстракций, которую из нее можно извлечь. Таким образом, личная жизнь выступает не как частная жизнь, т. е. жизнь, из которой все общественное отчуждено, но как жизнь, включающая общественное, но не только его, а и познавательное отношение к бытию, и эстетическое отношение к бытию, и отношение к другому человеку как человеческому существу, как утверждение его существования» [58, с. 348–349].

По мысли С. Л. Рубинштейна, единицей личной жизни является жизненное отношение человека к различным явлениям и сторонам бытия. Жизненное отношение – это: 1) объективная связь между человеком и явлениями его жизни, в силу которой эти явления приобретают в контексте личной жизни определенный жизненный смысл, становятся лично значимыми; 2) субъективно превращенная форма жизненного смысла, выраженная в различных структурах внутреннего мира личности – ценностях, смыслах, идеалах и т. д. В совокупность жизненные отношения личности образуют жизненный мир. «Мир – это совокупность вещей и людей, в которую включается то, что относится к человеку и к чему он относится в силу своей сущности, что может быть для него значимо, на что он направлен» [58, с. 295]. Жизненные отношения личности определяют мотивацию и смысловое содержание индивидуального жизненного пути. В субъективно превращенной форме жизненные отношения существуют как смысловые структуры личности – смысл жизни, ценности, мотивы и пр. «Мотивация человеческого поведения – это опосредствованная процессом отражения субъективная детерминация поведения человека миром. Значение предметов и явлений и их «смысл» для человека есть то, что детерминирует поведение» [58, с. 368]. Богатство, широта, разнообразие жизненных отношений личности детерминирует психологическое качество и внутреннюю содержательность ее жизни. Глубина жизненных отношений также определяет качественный уровень развития личности как субъекта жизни. «Внутренне содержание человека включает все его богатство отношений к миру в его бесконечности –

познавательное эстетическое отношение к жизни и смерти, к страданиям, к опасностям, к радости... Содержательный мир внутри человека есть результат его жизни и деятельности» [58, с. 347, 384].

Центральным понятием, которое сгруппировало вокруг себя все учение С. Л. Рубинштейна о личной жизни, является понятие субъекта жизни. Субъект жизни – это личность, которая активно строит, модифицирует, совершенствует жизненные отношения и тем самым детерминирует индивидуальный жизненный путь. Понятие субъекта жизни впервые было использовано С. Л. Рубинштейном для критики концепции жизненного пути Ш. Бюлер. Напомним, что с точки зрения Бюлер жизненный путь личности является процессом развертывания заложенного в детстве ценностно-смыслового проекта. Это положение было встречено скептически, поскольку, по мнению С. Л. Рубинштейна, личность способна сбросить с себя бремя детского опыта и в любой точке круто изменить течение жизненного пути. Понятие субъекта жизни как раз привлекалось для обозначения активного участия личности в построении жизненного пути. В таком контексте жизненный путь трактуется как история формирования личности, обусловленная как объективными социальными, историческими факторами, так и собственной активностью личности в качестве субъекта жизни.

Категория субъекта жизни определяется С. Л. Рубинштейном через понятие «способ существования». Способ существования – это характерный для личности способ построения и воспроизводства жизненных отношений. Выделяются два основных способа существования человека и, следовательно, два типа отношения к жизни. Первый способ существования отличается тем, что человек вырабатывает определенное отношение к дискретным событиям жизни, но не к целостному жизненному пути. В силу данного обстоятельства он не способен понять смысл жизни, поставить жизненные цели и задачи, составить долгосрочную программу действий. При таком способе жизни наличествует тактика действий в отдельных жизненных ситуациях, но отсутствует единая стратегия жизненного пути. Не человек управляет и распоряжается своей жизнью, а напротив, жизненные обстоятельства поглощают человека и диктуют ему свои «требования». «Здесь человек весь внутри жизни, всякое его отношение – это отношение к отдельным явлениям, но не к жизни в целом. Отсутствие такого отношения к жизни в целом связано с тем, что человек не выключается из жизни, не может занять мысленно позицию вне ее для рефлексии над ней» [58, с. 351]. Разу-



меется, что первый способ существования не присущ личности как субъекту жизни.

Второй способ жизни характерен для субъекта жизни. Его развитие приурочено к развитию механизмов рефлексии жизненного пути и формированию смысла жизни. Второй способ существования специфицируется тем, что личность способна встать в познавательное и практическое отношение к целостному жизненному пути и конструировать его на сознательной, осмысленной основе. Эти новообразования в системе психической регуляции коренным образом меняют характер детерминации жизненного пути личности. «С появлением рефлексии связано философское отношение к жизни. Сознание выступает здесь как разрыв, как выход из полной поглощенности непосредственным процессом жизни для выработки соответствующего отношения к ней, занятия позиции над ней, вне ее для суждения о ней. С этого момента каждый поступок человека приобретает характер философского суждения о жизни, связанного с ним общего отношения к жизни» [58, с. 352]. Другими словами, личность как субъект жизни в каждой ситуации действует в соответствии с необходимостью реализации смысла жизни, что требует от нее большой сознательности и ответственности. Смысл жизни «отливается» в форму жизненных целей, задач и смыслов отдельных ситуаций. Нацеливая свою активность на эти смыслы, личность в каждом жизненном событии реализует частицу смысла жизни. Смысл ситуации, производный от смысла жизни, поднимает личность в положение над ситуацией и дистанцирует от непосредственных требований ситуации. «В человеке, включенном в ситуацию, есть что-то, что выводит его за пределы ситуации, в которую он включен. Ситуация – это лишь один из компонентов, детерминирующих его действия» [58, с. 341]. Второй компонент – это смысл жизни, жизненные ценности и проистекающие от них смыслы жизненных ситуаций, в которых участвует человек.

Однако в каждой ситуации в сознании личности могут конкурировать побуждения, исходящие от смысла жизни, и требования, предъявляемые ситуацией. Например, соблазн расслабиться, отдохнуть, повеселиться может бороться с необходимостью заняться перспективными делами. Не случайно С. Л. Рубинштейн отмечает, что со вторым способом существования связана проблема «ближней» и «дальней» мотивации. Это «проблема соотношения, взаимосвязи непосредственного отношения человека к жизни, к окружающему его и осознанного отношения, опосредствованного через «дальнее» [58, с. 352]. «Ближняя мотивация» – это совокуп-

ность ситуативных побуждений, которые актуализируются в отдельных жизненных ситуациях и производны от непосредственных жизненных отношений. «Дальняя мотивация» – это совокупность побуждений, которые производны от смысла жизни и выражают отношение личности к жизни в целом. Отличительной чертой субъекта жизни является способность отстраниться от сиюминутных требований ситуации, устоять перед ее соблазнами, воздержаться от импульсивных решений в пользу интересов реализации перспективных задач. В этой связи С. Л. Рубинштейн упоминает об огромном значении правильной временной перспективы для воспитания личности в качестве субъекта жизни [58, с. 372].

Существенный вклад в разработку проблемы субъекта жизни вносят исследования А. Н. Леонтьева и его научной школы, выдержанные в русле системно-деятельностного и смыслового подхода к личности. Принципиальным методологическим моментом данного подхода является раскрытие психологической сущности личности как опосредованной системой деятельности в мире. Личность фигурирует как «функциональный орган», обеспечивающий ориентировку, овладение и управление жизненными отношениями и, в структурном аспекте, как связанная система личностных смыслов [40 с. 212]. Бытийную основу личности, по мнению А. Н. Леонтьева, составляют реально практикуемые виды деятельности, из которых к тому же сплетается индивидуальная жизнь. В этой связи исследователь не переставал указывать, что «смысл порождается не значением, а жизнью» [40, с. 279]. Деятельность – это элементарная структурно-функциональная единица человеческой жизни, а жизненный путь – системное единство видов деятельности, которые осуществляет личность.

Личностный уровень существования А. Н. Леонтьев мыслит как подчиненную смыслам активность в мире. В этом контексте он употребил понятие смысловых связей, которыми направляется и упорядочивается взаимодействие субъекта с жизненным миром. «Смысловые связи – это те связи, которые не осуществляют деятельность, а осуществляются ею. Процесс их образования и есть тот чрезвычайный процесс, в результате которого возникает психологическое содержание поведения» [42, с. 101]. Смысловые связи в учении А. Н. Леонтьева характеризуются двойной онтологией: в объективном аспекте – это реальные жизненные отношения, в субъективном аспекте – это «отслоенные» от объективных отношений, существующих в плоскости жизненного мира, смысловые структуры внутреннего мира личности. При таком

подходе «смысл выступает в сознании человека как то, что непосредственно отражает и несет в себе его собственные жизненные отношения» [40, с. 278].

Вообще понятие субъекта жизни в деятельностном подходе возникло не случайно, а с тем, чтобы подчеркнуть зависимость процессов жизни от самого человека и отстранить иллюзию бес-субъектного существования. Перефразируя давний афоризм о том, что мыслит не мышление, а субъект, А. Н. Леонтьев проводит аналогию, говоря о жизни как о процессе созидания и реализации личностью жизненных отношений. «Само понятие жизни имплицитно, то есть включает в себя необходимым образом понятие субъекта жизни» [41, с. 490]. Разбирая проблему личности в генетическом аспекте как процесс формирования связной системы смыслов и мотивов, А. Н. Леонтьев непосредственно затронул экзистенциальное измерение личностного бытия. С его точки зрения, в онтогенезе метаморфозы личности связаны с обогащением мотивационно-смысловой системы и перерастанием уровня операционально-технических возможностей индивида, а также с ломкой его социальной ситуации развития. Путь формирования личности как субъекта жизни объемлет следующая формула: «от «действовать, чтобы поддерживать свою жизнь» до «жить для того, чтобы делать дело своей жизни» [41, с. 502]. Переломной вехой психического развития является рождение «сознательной личности», с появлением которой кардинально перестраивается детерминация жизненного пути. Это событие раскалывает индивидуальный жизненный путь на две фазы – «период подготовки» и «период развития» [40, с. 215]. В структуре жизненного пути личности отчетливо различаются два основных этапа – подготовительный этап, на котором вызревают необходимые психологические предпосылки для становления личности субъектом жизни, и этап, на котором личность детерминирует собственное развитие в качестве его субъекта. В этой новой ситуации в значительной степени упраздняется зависимость личности от внешней детерминации и усиливается ее способность к самодетерминации и саморазвитию. Суть психологического преобразования личности заключается в том, что она трансформируется в субъекта жизненного пути. Если раньше личность была «продуктом биографии» и преимущественно «объектом отношений», то на новом витке развития она превращается в субъекта жизненных отношений, «вступает в отношение к своему прошлому» [40, с. 215, 217]. Перевод системы регулирования развития и бытия личности извне вовнутрь осуществляет переворот в ее судьбе: «переход, зна-

менующий собой подлинное рождение личности, выступает как событие, изменяющее ход всего последующего психического развития» [40, с. 212–213]. На этом этапе развития переоценка прошлого позволяет личности разжать «тиски» линейного детерминизма, по метафорическому выражению А. Н. Леонтьева, «сбросить груз собственной биографии» [40, с. 216–217]. Вообще с момента становления субъектом жизни личности приходится на каждом новом этапе жизненного пути «от чего-то освободиться, что-то утверждать в себе, и все это нужно делать, а не только «подвергаться влияниям среды» [40, с. 216].

Процесс формирования личности как субъекта жизни А. Н. Леонтьев конкретно видит в так называемом «вертикальном движении сознания», в результате которого субординируется сфера смыслов и на ее вершину водворяется главный жизненный мотив-цель. Этот жизненный мотив-цель функционирует как побудитель индивидуального жизненного пути, как смысл всей жизни. Необходимым условием его функционирования является осознанность всей мотивационной иерархии. Это характеризует «сознательную личность», способную активно реструктурировать и соподчинять свои жизненные отношения. Жизненный мотив-цель не открывается сознанию субъекта в готовом виде. Для того, чтобы осознать его, субъекту необходимо проделать интеллектуальную работу по прояснению своих жизненных мотивов и смыслов. Задачу на раскрытие жизненного смысла А. Н. Леонтьев обозначает как «задачу на смысл» или «задачу на осознание». Согласно его воззрениям, задача на смысл решается субъектом в опоре на эмоциональную сигнализацию смысла жизни в узловых точках жизненного пути. Неизвестное «задачи на смысл» составляет вопрос: «Что данное событие представляет собой не объективно, то есть в своем объективном значении, а что оно для субъекта, для утверждения его жизни или, что то же самое, для утверждения его – субъекта – в жизни?» [41, с. 474].

Однако посредством одного лишь осознания реальное присвоение и изменение субъектом жизненных отношений не осуществляется. «Не следует только думать, что перевороты в прошлом личности производятся сознанием, сознание не производит, а опосредствует их; производятся же они действиями субъекта, иногда даже внешними – разрывом прежних отношений, переменой профессии, практическим вхождением в новые обстоятельства» [40, с. 217]. В этой связи личность как субъекта жизни отличает не только сознательность, но и достаточный уровень активности в

реализации жизненного мотива-цели. Примечательно, что А. Н. Леонтьев приписывает личности как субъекту жизни широкую временную перспективу и нравственное содержание главного жизненного мотива. Идеалом личности А. Н. Леонтьев полагал человека, у которого главный мотив-цель возвышается до истинно человеческих ценностей, сливает его жизнь с жизнью других людей и их благом. «Чем более открывается для личности общество, тем более наполненным становится его внутренний мир» [40, с. 214]. Определяя роль временной перспективы в развитии личности, А. Н. Леонтьев ссылается на пример перевоспитания юных правонарушителей в системе А. С. Макаренко. С этой позиции для формирования личности как субъекта активного отношения к своему прошлому и жизни в целом немаловажное значение играет раздвижение временных горизонтов жизнедеятельности до далеких будущих перспектив. «Человек вообще – весь в будущем» [41, с. 495].

В концепции А. Н. Леонтьева дифференцируются параметры типологического анализа личности как системы субъективно превращенных жизненных отношений. Устанавливается также значение этих параметров для нормального личностного бытия. Анализируя работы А. Н. Леонтьева, можно заключить, что оптимальной конфигурацией психологического склада личности является широта жизненных отношений при условии высокого уровня их иерархизации и структурирования. Напротив, узость, слабая иерархизация и низкая структурированность жизненных отношений тормозят становление личности субъектом жизни, ведут к драматическим развязкам в ее судьбе. На высших уровнях развития в роли субъекта жизни «личность, таким образом, перестает казаться результатом прямого наслаивания внешних влияний; она выступает как то, что человек делает из себя, утверждая свою человеческую жизнь» [40, с. 224].

С. Л. Рубинштейн и А. Н. Леонтьев высказали во многом сходные идеи о дифференциально-психологических параметрах, по которым можно определять качество личности как субъекта жизни. Их общая идея такова, что психологическое качество личности как субъекта жизни зависит от качества жизненных отношений, которые продуцирует личность в своей жизни. «Жизнь – это процесс, в котором объективно участвует сам человек. Основной критерий его отношения к жизни – это строительство в себе и в других новых, все более совершенных, внутренних, а не только внешних форм человеческой жизни и человеческих отношений. Причины внутренней порчи человека, ржавения его души заключаются в измельча-

нии жизни и человека при замыкании его в ограниченной сфере житейских интересов и бытовых проблем. Счастье человеческой жизни, радость, удовольствие достигаются не тогда, когда они выступают как самоцель, а только как результат верной жизни» [58, с. 383–384]. Основные параметры, по которым можно индивидуализировать качество субъекта жизни, – это широта, структурированность и иерархизированность жизненных отношений личности [40; 57].

Широта жизненных отношений интерпретируется как богатство и содержательность смысловых связей субъекта с жизнью. «Это богатство и отличает человека, жизнь которого охватывает обширный круг разнообразной деятельности...» [40, с. 218]. Широта жизненных отношений прежде всего исчисляется количеством источников смысла жизни – ценностей и потребностей, из которых личность черпает конкретные смыслы своего бытия. Очевидно, что каждый дискретный источник смысла жизни конституирует отдельную от других мотивационную линию жизни, инициирует и побуждает отдельную деятельность, вплетенную в общую психологическую структуру жизнедеятельности субъекта. Широте жизненных отношений на другом полюсе шкалы индивидуальных различий противоположит узость связей человека с собственной жизнью. Как полагает С. Л. Рубинштейн, для психологического облика личности существенное значение имеет круг ее потребностей, ценностей, жизненных идеалов и интересов; широта этого круга определяет содержательность, диапазон жизни человека. «Различие круга интересов определяет различную по своему содержанию базу духовной жизни личности – от духовно нищенской, убогой жизни одних людей до поражающей своим богатством жизни других» [57, с. 121].

Иерархизация жизненных отношений конкретизируется как мера субординации главных источников смысла жизни, степень соподчинения стержневых мотивационных линий жизни. Иерархии жизненных мотивов, по А. Н. Леонтьеву, образуют относительно самостоятельные единицы жизни личности, «которые могут быть менее или более крупными, разьединенными между собой или входящими в единую мотивационную сферу» [40, с. 220]. Разьединенность основных мотивационных линий жизни создает облик человека живущего отрывочно, то одной жизнью, то другой. Напротив, высокая степень иерархизации смысловых структур, интегрированных в динамической системе смысла жизни, способствует гармоническому соединению парциальных линий жизни в единый и внутренне цельный жизненный путь личности. В

последнем случае при реализации частных жизненных линий субъект как бы «примеривает» их к главному жизненному мотиву – смыслу жизни. Параметр иерархизации смысла жизни дополняет вышеописанный параметр широты. Согласно воззрениям С. Л. Рубинштейна, вопрос о широте духовной жизни личности теснейшим образом переплетается с вопросом о ее уровне. «Та же степень узости интересов, даже средоточие всей направленности личности на одной потребности, на одном интересе, приобретает совершенно иное качество в зависимости от того, на каком уровне лежит эта потребность или этот интерес; одно дело, когда речь идет о потребности или интересе, который в силу своей элементарности сам является очень узким, совсем другое дело, когда хотя личность и сосредоточена вся на одном интересе, но самый интерес так значителен, что с его высоты перед личностью открываются широкие горизонты» [57, с. 121].

Структурированность жизненных отношений является содержательной характеристикой, которая отражает общую смысловую направленность жизненного пути личности. Структурированность задается конфигурацией основных ценностей и потребностей в динамической системе смысла жизни. Этот параметр психологически близок к тому, что в литературе обозначается как «направленность личности» [17; 51]. Направленность личности на определенные ценности преобразуется в общую интенциональную направленность ее жизненного пути. Воплощение личностной направленности в общую смысловую направленность индивидуального жизненного пути осуществляется делами и поступками личности как субъекта жизни. Однако, по замечанию А. Н. Леонтьева, даже при наличии у человека ведущей линии жизни, она не может оставаться единственной [40, с. 221]. С. Л. Рубинштейн также полагает, что помимо характеристик богатства и уровня интересов личности, следует рассматривать их распределение. Здесь либо «жизнь человека целиком сосредоточена на чем-нибудь одном, на одной узко ограниченной области; все развитие личности совершается односторонне...», либо в структуре личности имеются «две или вообще несколько как бы выдающихся, вершинных точек, между которыми иногда более или менее бесконфликтно распределяется, а иногда, двоясь, расщепляется жизнь человека» [57, с. 121].

Оптимальная конфигурация жизненных отношений личности достигается сочетанием широты, высокой иерархизации и структурированности. «Человек обретает всю полноту своего бытия и выявляется во всех своих человеческих качествах по мере того,

как он выступает по отношению ко всем сторонам бытия, жизни. Это есть определение параметров человеческого бытия, по которым определяется уровень человеческой жизни» [58, с. 365].

Основная закономерность развития личности заключается в том, что по ходу жизненного пути способность быть субъектом не только проявляется, но и формируется. Эта способность является не только предпосылкой, но результатом жизненных поступков личности, в которых она и формируется, и выявляется. Неверно думать, что процесс созревания личности в качестве субъекта жизни выражается в пассивном ожидании того, когда сложатся необходимые для самостоятельной детерминации жизненного пути способности и предпосылки. Для того, чтобы стать субъектом жизни, личности необходимо совершать поступки, направленные на овладение своими жизненными отношениями. Это предполагает активное вмешательство в естественный ход жизненных событий, перехват инициативы и принятие ответственности. Этот принцип развития личности по ходу жизненного пути называется принципом деятельностного опосредования. Основоположником данного принципа является С. Л. Рубинштейн, который пишет: «Чтобы понять путь своего развития в его подлинной человеческой сущности, человек должен его рассматривать в определенном аспекте: чем я был? – что я сделал? – чем я стал?... Речь, таким образом, идет не о том, чтобы свести историю человеческой жизни к ряду внешних дел. Меньше всего такое сведение приемлемо для психологии, для которой существенно внутреннее психическое содержание и психическое развитие личности; но суть дела в том, что само психическое развитие личности опосредовано ее практической и теоретической деятельностью, ее делами. Линия, ведущая от того, чем человек был на одном этапе своей истории, к тому, чем он стал на следующем, проходит через то, что он сделал» [57, с. 246]. В дальнейшем содержание принципа деятельностного опосредования было расширено и углублено А. Н. Леонтьевым, согласно которому личностные свойства и способности порождаются в процессе жизнедеятельности индивида. Общий методологический смысл принципа деятельностного опосредования состоит в том, что жизненный путь и психологическая судьба личности зависят от ее же активных действий в качестве творца и субъекта; в процессе сотворения индивидуального жизненного пути личность творит свой неповторимый психический облик.

С. Л. Рубинштейн по праву считается родоначальником событийного подхода к анализу жизненного пути личности. По его



мнению, жизненный путь личности структурирован на элементарные единицы – события. Однако специфика воззрений С. Л. Рубинштейна на структуру жизненного пути заключается в том, что не каждое изменение жизненных обстоятельств он называет событием. «В ходе индивидуальной истории бывают и свои «события» – узловые моменты и поворотные этапы жизненного пути индивида, когда с принятием того или иного решения на более или менее длительный период определяется жизненный путь человека» [57, с. 248]. Судьбоносность, то есть способность события зримо повлиять на жизненный путь личности, можно считать объективным критерием настоящего события.

Кроме того, настоящее событие должно соответствовать субъективному критерию. Настоящее событие должно найти отклик во внутреннем мире личности, отразиться в личностных переживаниях по поводу жизненного пути. Поэтому внешним событиям обязательно корреспондируют переживания личности, из которых слагается история ее внутренней, душевной жизни. «Переживания человека – это субъективная сторона его реальной жизни, субъективный аспект жизненного пути личности» [56, с. 15]. В силу способности затронуть личность, породить субъективные переживания биографический факт становится фактом психическим. «Переживание это первично, прежде всего – психический факт, как кусок собственной жизни индивида в плоти и крови его, специфическое проявление его индивидуальной жизни. Переживанием в более узком, специфическом смысле слова оно становится по мере того, как индивид становится личностью и его переживание приобретает личностный характер» [56, с. 13–14]. Внешнее событие стимулирует внутренние переживания потому, что оно небезразлично для реализации смысла жизни и жизненных ценностей личности. В переживании личности отражены не столько объективные свойства события, сколько отношение этих свойств к смыслу и целям жизни. Поэтому способ переживания человеком тех или иных жизненных ситуаций весьма хорошо демаскирует его личностные качества, смысл жизни и ведущие ценности. В способах переживания жизненного пути рельефно проявляется личность как субъект жизни. «Разные люди потому по-разному переживают ситуации, относятся к ним так или иначе, что они сами, их присутствие в ситуации объективно изменяет соотношение сил в ней» [58, с. 357]. Другими словами, переживание репрезентирует личностный смысл событий жизненного пути человека. «В переживании на передний план выступает не само по себе предметное содержание того, что в нем

отражается, познается, а его значение в ходе моей жизни . . . Переживанием становится для человека то, что оказывается личностно-значимым для него» [56, с. 14]. Переживание обладает побудительным потенциалом, который проявляется в событиях-поступках личности. Событием является только такое изменение, которое было инициировано, реализовано самой личностью и резко переломило расстановку сил в ее жизни.

Итак, событием становится не всякий сдвиг в жизненных обстоятельствах, а только такое их изменение, которое возымело субъективное значение и побудило личность к преобразованию собственного жизненного пути. Не каждое изменение объективных условий жизненного пути становится настоящим событием для личности, а лишь в зависимости от личностного смысла этого изменения. «Если событием назвать такое явление, которое заняло определенное место в каком-то историческом ряду и в силу этого приобрело определенную специфичность, как бы неповторимость и значительность, то как переживание в специфическом, подчеркнутом смысле слова можно будет обозначать психическое явление, которое стало событием внутренней жизни личности» [56, с. 14–15]. Значимость события в масштабе индивидуальной биографии оценивается по сочетанию объективного и субъективного критерия.

Нетрудно догадаться, что С. Л. Рубинштейн различает два вида жизненных событий – внешние и внутренние. Такой способ классифицировать события не новый и был использован до него, например Ш. Бюлер. В концепции Ш. Бюлер внешние и внутренние события тянутся параллельными рядами и никогда не пересекаются. Качественное отличие концепции С. Л. Рубинштейна в том, что в ней вскрыта диалектика внешних и внутренних событий. Внешние события, преломляясь через внутренние условия (внутренний мир личности), превращаются в переживания – внутренние события; внутренние события – переживания побуждают личность совершать поступки, которые изменяют жизненный путь и становятся его поворотными пунктами – внешними событиями. Внутренние события являются следствием субъективации внешних событий; внешние события являются результатом объективации внутренних событий. Именно так выглядит диалектика внешних и внутренних событий с точки зрения принципа детерминизма. Этот принцип был сформулирован отечественными психологами и является важным достижением отечественной психологии жизненного пути. Он гласит: внешние события действуют через внутренние условия и тем самым побуждают личность себя изменять.

В работах С. Л. Рубинштейна намечены важнейшие проблемы, стоящие на повестке современной психологии жизненного пути личности. Одной из таких проблем является субъективная картина жизненного пути – субъективный образ, отражающий пространственно–временные параметры человеческой жизни и регулирующий активность личности как субъекта жизни. С. Л. Рубинштейн не делает данный образ предметом специального рассмотрения, но зато подмечает некоторые его характеристики, закономерности формирования и функционирования.

*Во-первых*, субъективный образ биографии является достоянием самосознания, выступает в качестве результата самопознания и биографической рефлексии личности. Развитие самосознания личности, как правило, связано с определенными событиями реального жизненного пути личности, поэтому жизненный контекст неизменно присутствует в представлениях личности о себе. «Реальная, не мистифицированная история развития самосознания неразрывно связана с реальным развитием личности и основными событиями ее жизненного пути» [57, с. 239]. Субъективный образ индивидуальной биографии является как бы «подкладкой» для самосознания личности.

*Во-вторых*, субъективный образ биографии является фундаментом, на котором строится «я» человека и держится чувство идентичности. «Относящимся к его «я» человек признает не все, что отразилось в его психике, а только то, что было им пережито в специфическом смысле этого слова, войдя в историю его внутренней жизни» [57, с. 243].

*В-третьих*, не все события подряд заносятся в субъективную картину жизненного пути личности; в нее вбираются только самые значимые для личности события, поэтому отражение человеком собственной биографии в высшей степени пристрастно и избирательно. Не всякое событие человек признает своим, а только такое, которое определило его жизнь на более или менее длительный период.

*В-четвертых*, событийное содержание субъективной картины жизни характеризует направленность личности, смысл и цели ее жизни. Те события, которые человек присваивает по личностному смыслу, есть «говорящая за себя» характеристика его личности. В субъективную картину жизни, как правило, отбираются те эпизоды личной биографии, которые затрагивают определенным образом смысл жизни личности. Они же наиболее прочно запечатлеваются в субъективной картине жизни. «Каждый человек, живу-

щий сколько-нибудь значительной внутренней жизнью, оглядываясь на свой жизненный путь, всегда находит воспоминания о таких моментах особенно напряженной внутренней жизни, озаренных особо ярким светом, которые, в своей неповторимой индивидуальности глубоко входя в его жизнь, стали для него переживаниями. Художники, изображая психологию своего героя, недаром склонны бывают осветить его переживания, т. е. особо значительные моменты его внутренней жизни, характеризующие индивидуальный путь его развития, как бы поворотные моменты его» [56, с. 15].

*В-пятых*, субъективная картина жизненного пути личности хранится особым видом памяти, а именно исторической или автобиографической памятью. В этой связи динамика и трансформации субъективной картины жизненного пути во многом обусловлены закономерностями исторической памяти. В исторической памяти все события четко датированы, и поэтому воспоминания личности о событиях собственной жизни отнесены к определенному периоду прошлого. Автобиографические воспоминания локализируются в исторической памяти по оси хронологического времени. Временная последовательность событий является посылкой для умозаключения о наличии между ними детерминационных связей. Временные и причинно-следственные связи событий представляют собой «две стороны одной медали». «Целый ряд воспоминаний мы локализуем через заключения об объективной последовательности событий на основании причинных зависимостей между ними. Без таких умозаключений порядок наших воспоминаний и интервалы между событиями, к которым они относятся, не были сколько-нибудь однозначно определенными» [56, с. 330].

*В-шестых*, в субъективной картине жизненного пути отображаются события не только личной, но и социальной жизни, если они приобрели достаточно веский смысл для личности. Эти события, являясь важными метками на оси времени, помогают личности упорядочить события собственной жизни по временному порядку их следования. Кроме того, в субъективной картине жизни сходятся несколько систем временных координат – историческое время жизни общества и время индивидуального жизненного пути личности. Благодаря конвергенции времен события личной жизни смыкаются с макросоциальными событиями эпохи. «Опорные точки для восстановления наших воспоминаний и локализации доставляет нам социальная жизнь... Очень часто основные вехи нашей жизни определяются событиями общественно-политической жизни. Эти события датированы независимо от наших личных воспоминаний.

Но, исходя из них, мы можем локализовать наши воспоминания, поскольку события нашей жизни постоянно сплетались с событиями коллективной жизни и по мере их переживания включались в рамки социальной жизни. Внутри этих социальных рамок мы и осуществляем локализацию наших воспоминаний» [56, с. 330]. В субъективную картину жизненного пути включаются также события, знаменующие важные вехи личной жизни. «В ряду внешних событий жизни личности сюда включается все, что делает человека самостоятельным субъектом общественной и личной жизни: от способности к самообслуживанию до начала трудовой деятельности, делающей его материально независимым» [56, с. 240].

*В-седьмых*, в субъективной картине жизненного пути репрезентировано психологическое время личности в биографическом масштабе. Психологическое время личности является относительным временем самореализации личности, а психологический возраст личности – мерой реализованности смысла жизни. Переживание личностью времени жизни зависит от системы субъективных представлений о детерминационных связях между главными событиями жизненного пути – точками реализации смысла жизни. Как пишет С. Л. Рубинштейн, «субъективно переживаемое время – это не столько кажущееся, в переживании якобы неадекватно преломленное время движущейся материи, а относительное время жизни (поведения) данной системы – человека, вполне объективно отражающее план жизни данного человека. В концепции времени отражается теория детерминации процесса» [58, с. 305].

*В-восьмых*, субъективная картина жизненного пути является психическим образом, в опоре на который личность самостоятельно управляет собственной жизнью. Самостоятельность личности предполагает умение проникнуть в содержание смысла своей жизни, ставить жизненные цели и задачи, изыскивать средства для их реализации, подгонять тактику реализации под события реального жизненного пути, прогнозировать и планировать дальнейшее развитие жизненных обстоятельств. Все эти функции осуществляются в плане субъективного образа жизненного пути личности. Поэтому формирование в структуре самосознания личности субъективной картины жизненного пути – важный этап в процессе развития субъекта жизни. Более того, субъективная картина жизненного пути содержит «жизненный замысел», который вынашивает и реализует субъект жизни. Поэтому субъективная картина жизненного пути отражает не только реалии индивидуальной жизни, но также и внутреннюю теорию ее детерминации самой личностью. Образы собы-

тий в субъективной картине жизненного пути нагружены личностными смыслами и окружены переживаниями. Эти переживания и выражают реальные мотивы, движущие жизненным путем личности, и мотивационную значимость отдельных событий. «Детерминация через мотивацию – это детерминация через значимость явлений для человека», – подчеркивает С. Л. Рубинштейн [58, с. 291].

*В-девятых*, наличие субъективной картины жизненного пути является психологическим критерием личностной зрелости. Субъективная картина жизни помогает личности не только состояться в своих высших проявлениях, но и свидетельствует о качестве личности как субъекта жизни. По С. Л. Рубинштейну, личностью, в первую очередь, является сознательный человек, который занял определенную позицию по отношению к различным явлениям жизни и в отношении жизни в целом. «Личностью в специфическом смысле этого слова является человек, у которого есть свои позиции, свое ярко выраженное сознательное отношение к жизни, мировоззрение, к которому он пришел в результате большой сознательной работы... Подлинная личность определенностью своего отношения к основным явлениям жизни заставляет и других самоопределиться» [57, с. 242]. Субъективная картина жизненного пути интегрально выражает сознательное отношение человека к собственной жизни, жизненную позицию личности.

Наконец, субъективная картина жизненного пути личности «конденсирует» жизненный опыт личности. В спрессованном виде этот жизненный опыт способствует формированию ценной способности личности как субъекта жизни. Речь идет о развитии жизненной мудрости, которая позволяет человеку адекватно осознать смысл своей жизни и приискать способы и средства для его реализации. «В ходе этого развития, по мере того как человек приобретает жизненный опыт, перед ним не только открываются все новые и новые стороны бытия, но и происходит более или менее глубокое переосмысливание жизни. Этот процесс ее переосмысливания, проходящий через всю жизнь человека, образует самое сокровенное и основное содержание его существа, определяет мотивы его действий и внутренний смысл тех задач, которые он разрешает в жизни. Способность, вырабатывающаяся в ходе жизни некоторых людей, осмыслить жизнь в большом плане и распознать то, что в ней подлинно значимо, умение не только изыскать средства для решения случайно всплывших задач, но и определить сами задачи и цель жизни так, чтобы по-настоящему знать, куда в жизни идти и зачем, – это нечто, бесконечно превосходящее всякую ученость, хотя бы и рас-

полагающую большим запасом специальных знаний, это драгоценное и редкое свойство – мудрость» [57, с. 244].

Важное теоретическое значение имеют взгляды С. Л. Рубинштейна на смысл человеческой жизни. Несмотря на то, что они не оформились в цельную психологическую концепцию, их значение на современном этапе развития психологии жизненного пути трудно переоценить.

С точки зрения С. Л. Рубинштейна, смысл жизни выступает как основная структура психической регуляции жизненного пути личности. В объективном (онтологическом) плане смысл жизни рассматривается как главное жизненное отношение личности, придающее единую смысловую направленность индивидуальному жизненному пути. Смысл жизни принадлежит личности как субъекту жизни и обуславливает ее способность к самодетерминации и саморегуляции. Отсутствие или утрата смысла жизни фатально сказывается на способности личности к распоряжению собственной жизнью, приводит к порабощению человека внешними обстоятельствами. «Только внешняя детерминация влечет за собой внутреннюю пустоту, отсутствие сопротивляемости, избирательности по отношению к внешним воздействиям или простое приспособление к ним» [58, с. 382]. Напротив, наличие смысла жизни является фактором, мобилизующим внутренние силы личности и повышающим ее жизнестойкость.

Психологическая сущность смысла жизни конкретизируется С. Л. Рубинштейном через понятие «направленность личности». Аналогичных взглядов придерживаются российские психологи А. Н. Леонтьев, Л. И. Божович, Б. Ф. Ломов. Они ассоциируют смысл жизни с «ведущим жизненным мотивом» [40] и «направленностью личности» [16; 51]. Понятие «направленность личности» обозначает совокупность ведущих мотивов, господствующих в мотивационно-смысловой сфере личности и задающих устойчивую интенциональную направленность ее жизненному пути. Можно утверждать, что направленность личности в процессе активной жизнедеятельности объективируется в общей смысловой направленности индивидуального жизненного пути. Направленность составляет содержательную характеристику личности, в то время как существуют свойства личности, относящиеся к системе исполнительской, инструментальной регуляции жизненного пути. В таком понимании направленность совпадает с характером личности – устойчивой системой жизненных побуждений. «Характер в своем содержательном аспекте теснейшим образом связан с вопросом о том,

что для человека значимо в мире и в чем поэтому для него смысл жизни и деятельности ... К характеру непосредственно не относятся физическая ловкость, вообще свойства, обуславливающие умения человека; в него включаются только те свойства, которые выражают направленность личности» [57, с. 99, 224]. Взгляды С. Л. Рубинштейна на характер как на интегральное образование личности, фиксирующее общую смысловую направленность жизнедеятельности, во многом перекликаются с позицией Л. С. Выготского. Последний подчеркивает: «Характер и есть социальный чекан личности. Он есть отвердевшее, откристаллизовавшееся типическое поведение личности в борьбе за социальную позицию. Он есть отложение основной линии, лейтлинии жизни, бессознательного жизненного плана, единого жизненного направления всех психологических актов и функций» [27, с. 156]. Наиболее удачным вариантом жизни является тот, при котором направленность личности и объективная направленность ее жизненного пути гармонируют. В противном случае человеку уготованы горькие разочарования в жизни, неудовлетворенность пройденным путем и кризис смысла жизни.

Наибольший удельный вес в структуре смысла жизни имеют такие смысловые образования, как ценности. С. Л. Рубинштейн определяет ценности двояким образом: 1) ценности как объекты и явления жизненного мира, приобретшие для личности высокую значимость, жизненный смысл (онтологический аспект); 2) ценности как смысловые структуры внутреннего мира личности, проецируемые в сознание в виде идеалов (онтический аспект). Многие ценности имеют социальное происхождение и депонируют совокупный смысловой опыт взаимодействия людей с окружающим их миром. В процессе жизнедеятельности личность интериоризирует социальные ценности, которые превращаются в личностные ценности и встраиваются в структуру смысла жизни. «Ценности не первичны. Не с них надо начинать анализ: они производны от соотношения мира и человека, выражая то, что в мире, включая и то, что создает человек в процессе истории, что значимо для человека. Ценность – значимость для человека чего-то в мире. К ценностям прежде всего относится идеал – идея, содержание которой выражает нечто значимое для человека» [58, с. 369]. Тем самым С. Л. Рубинштейн указывает, что так называемых «трансцендентных ценностей», изъятых из контекста жизнедеятельности общества или отдельного индивида, не существует. В этом заключается самое существенное расхождение концепции смысла жизни С. Л. Рубинштейна с концепциями экзистенциальных психологов.



На уровне индивидуального сознания смысложизненные ценности репрезентированы в форме идеалов или идеальных моделей жизненного пути личности. Идеал жизненного пути – это образ, воплощающий наиболее ценное – и в этом смысле привлекательное для личности – состояние личной жизни. В идеалах личности проявляются мотивы долженствования в отношении собственного жизненного пути, что свидетельствует о тесной связи идеалов с социальными ценностями. В этом плане социальные ценности противостоят индивидуальным потребностям в структуре смысла жизни личности. «Какое значение ни придавать потребностям и интересам, очевидно, что они не исчерпывают мотивов человеческого поведения; направленность личности не сводится только к ним. Мы делаем не только то, в чем испытываем непосредственную потребность, и занимаемся не только тем, что нас интересует. У нас есть моральные представления о долге, о лежащих на нас обязанностях, которые также регулируют наше поведение... Определяясь мировоззрением, они находят обобщенное абстрактное выражение в нормах поведения, свое конкретное выражение они получают в идеалах» [57, с. 118–119]. Представления С. Л. Рубинштейна о смысле жизни как о жизненном обязательстве и моральном императиве во многом сходны с положениями логотеории В. Франкла. Между индивидуальными потребностями и социальными ценностями в структуре смысла жизни должен быть установлен разумный баланс, что является залогом полноценной в психологическом отношении человеческой жизни. Напротив, «противопоставление влечения и долга есть раскалывание надвое человеческого бытия» [58, с. 369]. Соотношение личного и общественно значимого в содержании смысла жизни есть важная дифференциально-психологическая особенность личности как субъекта жизни [58, с. 368–369].

Динамика ценностей отражает изменения смысла жизни, происходящие по ходу жизненного пути личности. В свою очередь динамика ценностей обусловлена развитием взаимоотношений человека с жизненным миром. Говоря о смысле жизни и смысле отдельных жизненных событий, С. Л. Рубинштейн ведет речь о регуляторной роли ценностей в человеческой жизни. Психологическую динамику смысла жизни схематично можно изобразить следующим образом: изменение жизненных обстоятельств – переоценка ценностей – трансформация и видоизменение смысла жизни. В каждой жизненной ситуации личности приходится своими поступками утверждать одни ценности и ниспровергать другие. «Постоянная в ходе жизни переоценка ценностей является закономерным

результатом диалектики жизни человека, изменения, перестройки его взаимоотношений с миром, прежде всего с другими людьми, с обществом. В результате изменения внешних условий вступают в действие, актуализируются те или иные ценности. Конкретный анализ конкретной ситуации обнаруживает динамику вступления в строй, исключения и восстановления различных ценностей. Однако не только в связи с конкретной ситуацией, а в связи с восхождением, развитием, становлением всей личной жизни человека может быть понята история актуализации одних и низвержения других ценностей» [58, с. 370]. Распад и разложение ценностей, образующих смысл жизни, является психологическим критерием деградации личности.

Помимо глобального смысла, озаряющего весь жизненный путь человека, существуют производные от него смыслы локальных жизненных событий и ситуаций. Эти смыслы обеспечивают мотивацию жизненных поступков личности и образуют их психологический подтекст. Психологический анализ человеческой жизни в первую очередь ориентирован на прочтение личностного смысла жизненных событий и ситуаций, а не на раскрытие объективных обстоятельств. Смысловой анализ позволяет воссоздать «семантику» жизненного пути личности, нарисовать картину духовной жизни. Смысл – это отношение анализируемого события к смыслу жизни личности. Поэтому «при этой расшифровке должен быть определен смысл самого поступка через то, как он входит в общий «замысел», в план жизни человека» [58, с. 366]. Можно сказать, что смысл жизни «просвечивает» в смысле каждой отдельной взятой жизненной ситуации. В этой связи реализация ситуативного смысла в поступке личности является шагом вперед по пути реализации смысла жизни. Активность личности как субъекта жизни в каждой ситуации ориентирована на смысл, в котором «проглядывает» смысл жизни. В силу данной особенности своими поступками личность ломает, расщепляет ситуацию, подчиняя ее логике осуществления смысла жизни. «Нахождение в ситуации предполагает расчленение этой ситуации, выделение в ней условий, соотношенных с встающими перед человеком требованиями, задачами, выходящими за пределы ситуации. Здесь обнаруживается диалектика обстоятельств (условий), обуславливающих действия человека, и действий, изменяющих обстоятельства» [58, с. 345, 362]. В этом положении С. Л. Рубинштейн сближается с В. Франклом, согласно которому наряду с общим смыслом жизни человек реализует множество уникальных смыслов единичных ситуаций.

Важное регуляторное значение С. Л. Рубинштейн придает осознанию смысла жизни. С его точки зрения, сознательность человека по отношению к смыслу жизни неразрывно связана с действенностью по отношению к собственному жизненному пути. Сознательность по отношению к смыслу жизни в высшей мере присуща личности как субъекту жизни. Понимание личностью смысла жизни – это ключ к построению жизни на сознательной, нравственной основе. Кроме того, понимание смысла собственной жизни раскрывается как значимая слагающая жизненной мудрости, то есть способности человека к совершению правильных биографических выборов [57, с. 244].

Теоретические представления С. Л. Рубинштейна о смысле жизни проникнуты этическими убеждениями. Психологический анализ смысла жизни должен освещать то, что человек делает в жизни для других людей, то есть вскрывать меру этичности смысла жизни [58, с. 348]. Подлинный смысл человеческой жизни всегда совпадает с общечеловеческими ценностями и удовлетворяет высоким моральным требованиям. «Смысл человеческой жизни – быть источником света и тепла для других людей. Быть сознанием Вселенной и совестью человечества. Быть центром превращения стихийных сил в силы сознательные. Быть преобразователем жизни, выкорчевывать из нее всякую скверну и непрерывно совершенствовать жизнь» [58, с. 385]. Здесь можно провести содержательные параллели между позицией С. Л. Рубинштейна и представлениями А. Адлера, К. Юнга, В. Франкла о содержании истинного смысла жизни. Все они единодушны во мнении, что признаком подлинного смысла жизни является направленность составляющих его мотивов на всеобщее человеческое благо. С ними солидарен также видный российский психолог А. Н. Леонтьев, который пишет следующее: «В зависимости от обстоятельств, выпадающих на долю человека, такие жизненные мотивы могут приобретать очень разное содержание и разную объективную значительность, но только они способны создать внутреннюю психологическую оправданность его существования, которая составляет смысл и счастье жизни. Вершина этого пути – человек, ставший, по словам Горького, человеком человечества» [40, с. 221].

С. Л. Рубинштейн критически анализирует различные концепции смысла жизни, которые исповедуют люди в обыденной жизни. По его мнению, смысл жизни должен быть укоренен в надындивидуальных, сверхличных ценностях, которые превышают личные интересы и потребности индивида. Как только личность делает

счастье, наслаждение, самоактуализацию самоцелью и самодостаточным смыслом, психологическая удовлетворенность жизнью тотчас же улетучивается. Секрет смысложизненного выбора, по С. Л. Рубинштейну, в том, чтобы избрать достойные ценности и цели, по мере достижения которых счастье и самоактуализация придут сами собой [58, с. 369]. «Не погоня за счастьем как совокупностью удовольствий и наслаждений является целью и смыслом человеческой жизни, как это утверждают гедонизм и утилитаризм» [58, с. 349]. «То же самое относится в принципе к проблеме самоусовершенствования человека: не себя нужно делать хорошим, а сделать что-то хорошее в жизни – такова должна быть цель, а самоусовершенствование – лишь ее результат» [58, с. 384].

С. Л. Рубинштейн разводит личностный смысл жизни и ее историческое значение, то есть смысл, который она приобретает в контексте развития человечества. Если личностный смысл жизни принадлежит субъекту жизни и является результатом направления жизненного пути на определенные ценности или их группу, то историческое значение жизни оценивается по вкладу, который внес человек в историю и культуру. Субъективно осмысленная жизнь может не иметь абсолютно никакого исторического значения и, наоборот, общественно значимая жизнь может казаться личности лишеной всякого смысла. Кроме того, общественное значение зависит от того исторического контекста, в котором оценивается жизненный путь личности. В этой связи С. Л. Рубинштейн пишет: «Поскольку человек – часть народа, общества, жизнь человека как такая незавершенная тотальность (а не только процесс, пока человек живет) входит в жизнь народа, человечества и продолжается в ней. При этом будущие дела уже других людей могут изменить смысл моей жизни, ее объективный смысл для других людей, для человечества, но в зависимости от того, какое содержание я сам ей придал» [58, с. 355]. В тех случаях, когда человек совершает в своей жизни поступки, которые преобразуют ход человеческой истории, имеют длительный общественный резонанс, он становится «исторической личностью в собственном смысле слова» [57, с. 247].

В концепции С. Л. Рубинштейна заявлена проблематика, во многом идентичная предмету экзистенциальной психологии. Это, в частности, проблема свободы, проблема отношения человека к человеку, проблема любви и отчуждения, проблема смысла жизни и бессмысленности, проблема отношения к смерти и, наконец, проблема личности как субъекта жизни. Однако методологический подход С. Л. Рубинштейна кардинально иной, нежели в экзистенци-

альной психологии. Стержнем рубинштейновской методологии является субъектный подход, согласно которому личность является активной детерминантой своего жизненного пути. Огромное значение в рубинштейновской концепции жизненного пути также придается принципу детерминизма, деятельностному подходу и принципу единства личности, сознания и жизнедеятельности [1].

В психологическом аспекте свобода понимается С. Л. Рубинштейном трояко: 1) как самодетерминация, то есть вклад «внутренних условий» в жизненные выборы и созидание жизненного пути личности; 2) как свобода личности от социальных условий жизненного пути; 3) как сознательно-волевая регуляция жизненного пути личности [58, с. 360]. Свобода противостоит механическому детерминизму человеческой жизни, поскольку человек способен вклиниваться в цепь причин и следствий и разрывать ее. Выход человека за пределы причинно-следственной детерминации происходит в сознании и действии [58, с. 341]. Степень ограничения свободы глубоко индивидуальна и зависит от объективных условий жизненного пути и способностей личности. Свобода личности по отношению к неизбежным ограничениям жизненного пути проявляется в их отрицании или, напротив, в утверждении их решениями и поступками. Ключевыми условиями человеческой свободы С. Л. Рубинштейн полагает осознание данностей бытия и наличие смысла жизни, которые помогают личности превозмочь ситуацию в плане сознания и действия. Свобода человека простирается не только на внешние условия жизненного пути, но также на его внутренние условия – свойства и качества личности. Поступая в соответствии с будущим проектом самого себя, человек становится тем, кем он желает быть; выбор человеком способа действия есть выбор собственной личности. Таким образом, для того, чтобы детерминировать свое будущее и освободиться от прошлого, человек должен предпринять определенные действия. Наличное состояние личности и ее жизненного пути – результат прошлых поступков человека. «Мое действие отрицает меня самого в каком-то аспекте, а в каком-то меня преобразует, выявляет и реализует... Человек непосредственно своим действием должен стать (быть) тем, что он есть (еще не есть), и перестает быть тем, что он есть... Человек есть существо, имеющее «проект». «Проект» он потому, что в нем существование предшествует сущности...» [58, с. 344, 361]. Возможность человека определять свое будущее равносильна возможности определять каждый из прошедших этапов жизненного пути, поскольку все они когда-то были будущим. Легко заметить, что такое

понимание свободы по основным позициям совпадает с положениями экзистенциальной психологии. «Свобода понимается не как свобода от всего, недетерминированность вообще, а как свобода по отношению к конкретным условиям, наличному бытию, данной ситуации» [58, с. 345].

Концепция жизненного пути С. Л. Рубинштейна является одной из первых концепций, в которых проблема смерти ставится в психологическом аспекте, то есть как проблема отношения человека к собственному финалу. Смертность, конечность представляет серьезное психологическое испытание для личности в силу того, что предвидение приближающейся смерти обесмысливает ее жизненные достижения, демобилизует и деморализует ее. «Чтобы понять истоки этого чувства, нужно понять вначале реальную диалектику жизни и смерти, которая затем и порождает отношение к ним человека» [58, с. 354]. Другими словами, необходимо распознать объективный смысл смерти в контексте индивидуального жизненного пути. Смерть может иметь совершенно разный жизненный смысл в зависимости от тех обстоятельств, в которых она настигла человека. Объективно трагичной смерть бывает тогда, когда она обрывает реализацию важных жизненных обязательств, застает человека в процессе осуществления им смысла жизни. В ситуации, когда человек влачит бесцельное существование, просто «прожигает» свою жизнь или полностью реализовал себя, объективный смысл смерти не столь трагичен. Жизненный смысл смерти определяется, с точки зрения С. Л. Рубинштейна, двумя обстоятельствами: 1) тем, насколько оконченным, завершенным, воплощенным является жизненный замысел человека к моменту наступления смерти, 2) тем, насколько своим уходом из жизни человек не бросил на произвол судьбы других людей, которые связывают с ним свои надежды и ожидания [58, с. 355]. Возможна ситуация, когда смерть, не будучи трагичной для самого человека, является весьма драматичной для окружающих его людей. Основная проблема в отношении человека к собственной смерти – это реалистическое соответствие объективного жизненного смысла смерти и субъективного отношения к ней человека. Осознание собственной конечности или чувство приближающегося финала стимулирует поиски человеком смысла жизни. Нередко человек способен «прозреть» по отношению к смыслу жизни, только представ перед лицом смерти в критических обстоятельствах. Как пишет С. Л. Рубинштейн, «факт смерти превращает жизнь человека не только в нечто конечное, но и окончательное. В силу смерти жизнь есть нечто, в чем с известного момента ничего нельзя изменить. Смерть превраща-

ет жизнь в нечто внешне завершенное и ставит, таким образом, вопрос о ее внутренней содержательности. Жизнь человека в силу факта смерти превращается в нечто, чему подводится итог» [58, с. 354–355].

Среди множества разнородных жизненных отношений личности С. Л. Рубинштейн особо выделяет любовь как отношение человека к человеку. С точки зрения ученого, любовь – это такое жизненное отношение, которое способствует преодолению отчуждения между человеком и другими людьми. Противоположностью любви выступает ненависть, которая осложняет, обедняет отношения с окружающими и образует разрыв между субъектом и миром. Главной особенностью любви является отношение к другому человеку не как к «социальной маске», роли или функции, а как к личности в ее подлинной психологической сущности. Не обращать человека в «маску» – такова первая заповедь любовного отношения человека к человеку. В этой связи любовь выступает как «утверждение существования другого и выявление его сущности» [58, с. 373]. Любовь в концепции С. Л. Рубинштейна рассматривается не только как чувство или субъективное отношение, но также как мотив, который побуждает преобразовать, улучшать, облагораживать условия жизни любимого человека. Кроме того, в ней усматривается воспитательный смысл и для субъекта, и для объекта любви. Субъект любви совершает воспитательные поступки, которые изменяют обстоятельства жизни любимого человека и, тем самым, совершенствуют его. «Воспитательный поступок в широком смысле слова – это поступок, предназначенный для других, который должен отвечать требованию – стать реальным условием надлежащей человеческой жизни для других» [58, с. 372].

В заключение отметим, что С. Л. Рубинштейн является основоположником российской версии экзистенциальной психологии, а точнее – психологии человеческого бытия, о которой речь пойдет ниже. «Бытие человека и есть процесс его человеческой жизни», – пишет он. Это положение весьма созвучно экзистенциальным представлениям о жизненном пути личности, выраженным в формуле: «Жизнь – это усилие во времени» (М. К. Мамардашвили).

## §2. Психологическая концепция жизненного пути личности в работах Б. Г. Ананьева

Актуализация проблемы жизненного пути в исследованиях Б. Г. Ананьева была обусловлена необходимостью построения «исторической», «динамической», «процессуальной» теории личности. Жизненный путь является универсальной формой личностного развития и бытия, процессуальной разверткой личностных свойств, качеств, способностей. Поэтому психологической теории, рассматривающей личность в процессе ее формирования и функционирования, не миновать фундаментальной проблемы жизненного пути. Б. Г. Ананьев отмечает, что «с историческим подходом к личности, ее психической деятельности связаны ведущиеся психологами онтогенетические поиски путей построения теории личности «во времени» в противовес чисто структурным ее определениям, абстрагированным от реального временного протекания ее жизненного цикла» [6, с. 114].

Сообразно с многоуровневой организацией человека Б. Г. Ананьев рассуждает о многоплановости способа человеческого бытия. При этом каждый из уровней структурной организации человека в динамической развертке представляет собой качественно-определенный способ человеческого существования. Подразделяются способы бытия человека как биологического индивида и как личности, выступающей в ипостаси субъекта деятельности, субъекта общения и индивидуальности. Индивидуальный способ бытия реализуется в виде онтогенеза или жизненного цикла, а личностный способ бытия – в форме социальной биографии или индивидуального жизненного пути.

В широком контексте понятие жизненного пути употребляется Б. Г. Ананьевым в синонимическом ряду с понятиями «жизненный цикл», «жизненный курс» и, реже, «онтогенез». Однако в более точном значении ученый разводит все эти понятия. Так, жизненный цикл или онтогенез – это последовательная смена фаз становления, развития и инволюции биологических, в том числе и психофизиологических функций индивида [6, с. 73]. Данное понятие характеризует способ развития и бытия человека только как биологического индивида, но не как субъекта деятельности, личности или индивидуальности. Главными фазами индивидуального онтогенеза являются зачатие, рождение, созревание, зрелость, старение, старость и умирание [6, с. 65]. Основными характеристиками онтогенеза выступают гетерохронность (разновременность, асинхронность)



развития отдельных психофизиологических процессов, неравномерность их расцвета и увядания, периодичность подъемов и спадов их функционального состояния.

Жизненный путь – «это история формирования и развития личности в определенном обществе, современника определенной эпохи, сверстника определенного поколения» [9, с. 104–105]. Понятие жизненного пути в строгом смысле релевантно способу личностного развития и существования и не может экстраполироваться на способ развития биологического индивида. В более широком толковании жизненный путь – это история развития личности в триединстве ее функций как субъекта общения, субъекта деятельности и индивидуальности. Жизненный путь стартует позже онтогенеза, подобно тому как человек становится личностью позже, чем начинает существовать на уровне индивида.

Жизненному пути личности свойственны следующие особенности: интегративность, неравномерность (гетерохронность), противоречивость, периодичность (фазность, стадийность). Такое свойство, как интегративность означает, что мере развития личности ее психические структуры, функции, качества комплексуются в интегральные психические новообразования – талант, смысл жизни, характер, самосознание. «Общим эффектом этого слияния, интеграции всех свойств человека как индивида, личности и субъекта деятельности является индивидуальность с ее целостной организацией и саморегуляцией» [6, с. 73]. Неравномерность жизненного пути проявляется в том, что различные психические структуры личности формируются в разное время и прогрессируют с разными темпами. Существуют сензитивные периоды развития, а также периоды стабилизации, сенсбилизации и деградации личностных свойств. Гетерохронность личностного развития обуславливает противоречивость как свойство жизненного пути. С точки зрения Б. Г. Ананьева, противоречия личностного развития движут индивидуальным жизненным путем, лежат в основе его критических периодов и событий. Наконец, периодичность – это такое свойство, в силу которого в структуре жизненного пути вычленяются качественно своеобразные фазы, периоды, этапы и генетические переходы между ними.

Рубежными «вехами» жизненного пути личности являются следующие события и фазы: фаза подготовки к самостоятельной жизни, ее старт, кульминация (пик или акме), финиш [6, с. 119]. Жизненный путь личности периодизируется как по объективным, так и по субъективным критериям. Иначе говоря, узловыми, ру-

бежными событиями жизненного пути личности могут быть макро-социальные сдвиги, так и события, в которых личность значительно продвинулась в реализации собственно жизненного замысла. «Фазы жизненного пути датируются историческими событиями, сменой способов воспитания, изменениями образа жизни и системы отношений, суммой ценностей и жизненной программой – целями и смыслом жизни, которыми данная личность владеет» [6, с. 67].

В изучении жизненного пути личности можно выделить два направления: а) возрастной аспект – раскрытие общих закономерностей развития личности в разные возрастные периоды; б) дифференциальный аспект – анализ индивидуально-психологических особенностей личности как субъекта жизни независимо от ее возраста. В концепции Б. Г. Ананьева изложена социально-типическая модель жизненного пути, вписывающаяся в возрастной аспект. Социально-типический жизненный путь есть история развития личности, которая типизирована общественно-историческими условиями образа жизни, нормирована социальными предписаниями. В концепции Б. Г. Ананьева с особой тщательностью разбираются следующие особенности жизненного пути личности.

1. Историчность жизненного пути, которая рассматривается как следствие формирования личности в условиях определенной исторической эпохи. Личность и ее жизненный путь носят конкретно-исторический характер потому, что являются продуктами этой эпохи. «Поэтому изучение личности неизбежно становится историческим исследованием не только процесса ее воспитания и становления в определенных социальных условиях, но и эпохи, страны, общественного строя, современников, соратников, сотрудников или, напротив, противников – в общем, соучастников дел, времени и событий, в которые была вовлечена личность» [6, с. 125]. В силу данной особенности биографическое исследование призвано реставрировать тот исторический контекст, в котором протекал жизненный путь личности. Необходимо помнить, что история является не просто безучастным фоном, но активным партнером в жизненной драме человека.

2. Социальная природа жизненного пути, которая выступает итогом неизбежного подчинения индивидуальной биографии всеобщим закономерностям общественного образа жизни. Образ жизни включает комплекс макросоциальных факторов экономического, политического, идеологического, правового характера. Эти факторы, преломляясь через социальную среду, в которой растет личность, откладываются в особенностях индивидуального жизнен-

ного пути. Личность непосредственно социализируется в условиях определенной социальной ситуации развития, опосредующей влияние образа жизни на индивида. «Личностные свойства связаны с современным для данного общества и народа укладом жизни, с историей общественного развития, особенно с историей культурного, политического и правового развития, определившей становление современного образа жизни» [6, с. 69].

3. Когортность индивидуального жизненного пути производна от когортной принадлежности личности. «Принадлежность к определенному поколению всегда является важной характеристикой конкретной личности» [6, с. 129]. Когортность объективно выражается в том, что индивидуальный жизненный путь конвергирует с линиями жизни тех людей, которые входят с данной конкретной личностью в одно поколение. Так возникает феномен «общности биографии» или «общей судьбы» сверстников – выходцев из одной генерации.

Таким образом, жизненный путь, действительно, предстает как история развития личности – современника определенного поколения – в конкретную историческую эпоху в определенном обществе. Такое определение, однако, является односторонним, поскольку игнорирует активную роль личности в созидании жизненного пути. Между тем, прилагая собственную активность, личность наделяет жизненный путь свойством уникальности и, в известной степени, неповторимости. Это происходит потому, что индивидуальные свойства личности объективируются в «изгибах» жизненного пути, равно тому, как индивидуальность творца материализуется в его творениях. Индивидуальный жизненный путь всегда несет на себе печать индивидуально-личностных особенностей субъекта жизни. В этой связи рассмотрим концепцию личности как субъекта жизни в трудах Б. Г. Ананьева.

Иногда ананьевскую концепцию жизненного пути личности справедливо упрекают в избыточном «социологизме». Например, К. А. Абульханова-Славская полагает, что в ней до предела заострена проблема социальных детерминант и характеристик жизненного пути личности, а вопрос о субъектной детерминации обходится стороной [1]. Действительно, Б. Г. Ананьев рассуждает о личности больше как о субъекте основных видов человеческой деятельности – игры, учения, труда, нежели как о субъекте жизни; жизненный путь раскрывается скорее как форма социального развития, и в меньшей степени – саморазвития личности. Однако в исследованиях Б. Г. Ананьева все же имеются наметки психоло-

гической концепции личности как субъекта жизни. Отправным пунктом в психологической концепции жизненного пути Б. Г. Ананьева является положение об активной роли человека в преобразовании жизненных обстоятельств. Не только условия жизненного пути формируют личность и придают ей характерную «огранку», личность своими поступками активно воздействует на жизненный путь и, тем самым, проектирует себя. «Несомненно, – пишет Б. Г. Ананьев, – что человек в значительной степени становится таким, каким его делает жизнь в определенных обстоятельствах, в формировании которых он сам участвует. Человек, однако, не является пассивным продуктом общественной среды или жертвой игры генетических сил. Создание и изменение обстоятельств современной жизни собственным поведением и трудом, образование собственной среды развития посредством общественных связей – все это проявления социальной активности человека в его собственной жизни» [6, с. 119].

Вообще, с точки зрения Б. Г. Ананьева, жизненный путь личности делится на две большие «эпохи»: подготовительный период, в течение которого созревают и конструируют психические структуры личности как субъекта жизни, и период самостоятельной жизни, на протяжении которого личность практически реализует свой жизненный замысел. Начало второго периода совпадает со стартом самостоятельной жизнедеятельности личности. Все предшествующее развитие должно способствовать формированию личности в качестве автономного субъекта. «Постепенный переход от воспитания к самовоспитанию, от объекта воспитания к положению субъекта воспитания проявляется во многих феноменах умственной и моральной активности человека. Общим эффектом этого процесса является жизненный план, с которым юноша или девушка вступает в самостоятельную жизнь. Выбор профессии, ценностная ориентация на ту или иную сферу общественной жизни, идеалы и цели, которые в самом общем виде определяют общественное поведение и отношения на пороге самостоятельной деятельности – все это отдельные моменты, характеризующие начало самостоятельной жизни в обществе» [6, с. 116–117]. Здесь Б. Г. Ананьев повторяет давний тезис Л. С. Выготского о том, что к концу подросткового возраста личность впервые «нащупывает» жизненный план – средство приспособления к взрослой жизни; наличие жизненного плана является первейшим индикатором личностной готовности к самостоятельной жизни [28, с. 327–328].

К проблеме субъекта жизни исследователь вплотную подходит при создании психологической концепции индивидуальности.

Индивидуальность, по Б. Г. Ананьеву, есть достаточно поздний интегральный продукт психического развития личности; психическое новообразование, которое формируется в связи с объективной необходимостью человека самостоятельно распорядиться собственной жизнью, индивидуализировать жизненный путь. Индивидуальность является саморегулирующейся системой личностных качеств, жизненных отношений личности, которые в совокупности составляют то, что называется «внутренний мир». «Если личность – «вершина» всей структуры человеческих свойств, то индивидуальность – это «глубина» личности и субъекта деятельности» [6, с. 172]. Другими словами, индивидуальность – это системное качество личности, которое выражается в способности к саморегуляции и детерминации собственного жизненного пути; индивидуальность есть качественная ступень личностного развития, отличающаяся свойством самодетерминации личности. В такой интерпретации синонимом понятия «индивидуальность» является термин «субъективность» или «субъектность». Субъективность предполагает наличие внутреннего мира, в котором личности презентированы ее жизненные отношения. Благодаря наличию субъективного мира личность способна выделять, изменять и сознательно реализовывать свои жизненные отношения, то есть фигурировать в качестве их субъекта. Индивидуальность не является «закрытой» системой, поскольку работа внутреннего мира личности экстерииоризируется в событиях жизненного пути. «Внутренний мир человека работает, и мера напряженности его работы (переработки опыта, выработки собственных позиций и убеждений, пути самоопределения и т. д.) является показателем духовного богатства индивидуальности» [6, с. 172]. Таким образом, индивидуальность – это та ступень личностного развития, на которой личность способна выступать субъектом собственного жизненного пути.

Передовые идеи Б. Г. Ананьева были восприняты его многочисленными учениками и последователями и в настоящее время составляют методологию психологии жизненного пути. Так, Б. Г. Ананьев был одним из первых российских психологов, кто использовал понятие «субъективная картина жизненного пути» для обозначения разнообразных форм представленности биографии в индивидуальном сознании [9, с. 155]. Необходимость обращения к этому понятию была вызвана циклом исследований психического развития человека в зрелом, пожилом и старческом возрасте, проводимых ленинградскими психологами. К сожалению, Б. Г. Ананьев не сформулировал сколько-нибудь завершеного понятия, но зато

выделил ряд существенных характеристик субъективной картины жизненного пути личности. Во-первых, психический образ собственной биографии является структурой индивидуального самосознания личности и отвечает за стабилизацию личностной идентичности, мотивацию развития индивидуальности. Во-вторых, в субъективной картине жизни запечатлены не только события индивидуальной биографии, но также исторические, макросоциальные, эпохальные сдвиги как главные «вехи» жизненного пути личности в определенную историческую эпоху. «Субъективная картина жизненного пути в сознании человека всегда строится соответственно индивидуальному и социальному развитию, соизмеряемому в биографо-исторических датах» [6, с. 113–114]. В-третьих, в субъективной картине жизненного пути как в единой системе временного отсчета конвергируют биологическое время онтогенеза, психологическое время личности как субъекта видов человеческой деятельности и индивидуальности, а также историческое время общественной жизнедеятельности. При этом «историческое время, как и все общественное развитие, одним из параметров которого оно является, имеет первостепенное значение для индивидуального развития человека. Все события этого развития (биографические даты) всегда располагаются относительно к системе измерения исторического времени» [8, с. 220]. В-четвертых, субъективная картина жизни содержит внутреннюю периодизацию индивидуального жизненного пути личности. «Узлами» периодизации являются значимые жизненные события, которые делят жизнь на дискретные отрезки биографического времени. Каждое жизненное событие датирует собой начало и конец временного периода. В-пятых, в связи с разработкой организационных основ биографических исследований Б. Г. Ананьев указывал, что субъективная картина жизненного пути личности является ценным источником биографической информации, в котором «архивируются» эксклюзивные сведения о развитии внутреннего мира человека.

Субъективная картина жизненного пути необходима личности как субъекту жизни для саморегуляции и самодетерминации. Этот психический образ является результатом рефлексии человека на индивидуальную биографию и ориентировочной основой психической регуляции жизненного пути. Консолидация субъективной картины жизненного пути закономерно следует за формированием рефлексивных качеств личности. «Именно эти свойства, хотя они и являются наиболее поздними и зависимыми от всех остальных, завершают становление структуры характера и обеспечивают его

целостность. Они наиболее интимно связаны с целями жизни и деятельности, ценностными ориентациями, установками, выполняя функцию саморегулирования и контроля развития, способствуя образованию и стабилизации единства личности» [6, с. 159]. Кроме того, в систему психической регуляции жизненного пути Б. Г. Ананьев включал жизненную направленность личности, смысл жизни, жизненные цели, жизненные планы, жизненную программу, жизненный опыт и талант как инструментальное свойство субъекта жизни.

Универсальными составляющими субъективной картины жизненного пути, по мысли Б. Г. Ананьева, являются события, из которых сплетается реальная человеческая жизнь. Жизненные события подразделяются Б. Г. Ананьевым на две большие группы: события среды и события поведения человека в среде. События среды – это существенные сдвиги в природной и социальной среде, происходящие не по инициативе личности и неподвластные ее контролю. Именно события среды составляют внутреннюю систему временных координат субъективной картины жизни, относительно которой размещаются значительные биографические даты [8, с. 221]. События поведения личности в среде или события-поступки – это дискретные изменения жизненных обстоятельств, которые производятся личностью как субъектом собственной жизни. Изменения среды и поступки личности находятся в диалектической взаимосвязи. «Жизнь человека как история личности в конкретную историческую эпоху и как история развития его деятельности в обществе складывается из многих систем общественных отношений в определенных обстоятельствах, из многих поступков и действий самого человека, превращающихся в новые обстоятельства» [6, с. 119]. Н. А. Логинова дополняет ананьевскую классификацию третьей группой событий, без которой не улавливаются взаимопереходы между поступками личности и сдвигами среды [49; 50]. Это – события-переживания – изменения во внутреннем мире личности, порождаемые изменениями внешних обстоятельств и стимулирующие активность личности как субъекта жизни.

Б. Г. Ананьев является не только блестящим методологом и теоретиком психологической науки, но и науковедом, который систематизирует и обобщает закономерности развития психологии, прогнозирует ее дальнейшие перспективы. По его мнению, психология обладает пограничным статусом в структуре научного знания, в силу чего выступает в роли интегратора наук о человеке. Перспективу развития психологии Б. Г. Ананьев видел в учреждении синтетических отраслей психологии, сконцентрированных на

комплексных проблемах человекознания. Самой перспективной и одновременно наиболее сложной проблемой является жизненный путь личности. Б. Г. Ананьев лично выдвинул проект развития новой отрасли психологического знания, предметом которой должны стать сквозные закономерности развития человека как индивида и как личности в едином жизненном цикле. Эту комплексную область знания Б. Г. Ананьев назвал «онтопсихология», подчеркивая тот факт, что здесь исследуется взаимодействие закономерностей онтогенеза индивида и жизненного пути личности. По своему определению онтопсихология человека – это комплексная отрасль науки, изучающая закономерности онтогенеза биологического индивида и закономерности социальной биографии личности [7, с. 369].

По замыслу ученого, онтопсихология должна синтезировать закономерности онтогенеза индивида и жизненного пути личности, благодаря чему удастся избежать крайних вариантов редукционизма в психологических исследованиях. Эти крайние варианты представлены откровенно биологизаторскими и социологизаторскими концепциями жизненного пути личности. Биологизаторские концепции упирают на то, что ведущими закономерностями развития человека являются закономерности биологического онтогенеза. В этом случае понятие жизненного пути личности подменяется или вытесняется понятиями онтогенеза или жизненного цикла индивида. Представители социологизаторских концепций настаивают на том, что главенствующими в прижизненном развитии человека являются социально-исторические закономерности и механизмы социализации личности; закономерности биологической эволюции индивида выносятся за рамки исследований. В обоих случаях из виду упускается тот факт, что человек является активным субъектом, и никакие биологические или социальные закономерности развития не могут компенсировать, восполнить субъектную детерминацию жизненного пути.

Усилиями Б. Г. Ананьева заложены организационные и методические основы психобиографических исследований жизненного пути личности. Основным методом, позволяющим реконструировать жизненный путь личности, Б. А. Ананьев полагал биографический анализ. Биографический метод – это «собрание и анализ данных о жизненном пути человека как личности и субъекта деятельности» [8, с. 310]. Вместе с методами лонгитюда и «поперечных срезов» биографический метод относится к группе организационных методов. Однако по своему назначению в психологических исследованиях жизненного пути личности он разнится с этими методами. Лонгитюдинальный метод и метод «поперечных срезов» предназначены для исследования жизненного пути личности в



возрастно-психологическом аспекте. С их помощью выявляются общие закономерности возрастной динамики психических функций на протяжении жизненного пути. Биографический метод, напротив, ориентирован на раскрытие индивидуально-психологических особенностей личности как субъекта жизни; он нацелен на дифференциально-психологический анализ индивидуального жизненного пути. Биографический метод является разновидностью монографического (В. Н. Мясищев) или идеографического (Г. Олпорт) исследования личности в психологии. Согласно с многомерностью способа существования человека выделяются разные направления биографического исследования в психологии. Так, онтогенетическому способу бытия человека соответствует онтогенетика, исследующая метрические и топологические свойства индивида на протяжении жизненного цикла. Субъектно-практическая форма существования человека покрывается праксиметрическим или праксиологическим биографическим анализом. Здесь устанавливается история развития субъекта основных видов деятельности и общая продуктивность жизненного пути. Наконец, личностно-биографической форме бытия отвечает генетическая персоналистика, перед которой стоит задача восстановить историю развития личности как субъекта жизни [8, с. 265]. Операционализацию биографического метода в конкретных исследовательских методиках и процедурах осуществили ученики и сотрудники Б. Г. Ананьева – Н. А. Логинова, В. М. Владимирова, Л. А. Головей. Ими разработаны процедуры биографических интервью, анализа личных и формальных документов, событийного анализа, анализа круга общения личности и др. [35]. В настоящее время арсенал биографического метода непрерывно пополняется и обновляется за счет новых методов психологической диагностики жизненного пути личности.

Таким образом, психологическая концепция Б. Г. Ананьева является одной из первых комплексных концепций современного человекознания, которая посвящена сложной и многоаспектной проблеме жизненного пути личности.

### **§3. Психология человеческого бытия**

В современной российской психологии активно обсуждаются проблемы, которые традиционно относились к предмету экзистенциальной психологии. Научное обсуждение и решение этих проблем наталкивается на серьезные методологические трудности. Это связано с несовместимостью методологических принципов экзистен-

циальной психологии с исследовательскими традициями, выработанными в отечественной психологии. Существуют два принципиальных пути преодоления обозначенных трудностей. Первый путь – это некритическое заимствование экзистенциальной методологии, второй путь – это постановка «классических» проблем экзистенциальной психологии на методологический фундамент отечественной психологии. Второй путь является более предпочтительным, поскольку методологические принципы и подходы отечественной психологии превосходят исследовательский потенциал экзистенциальной психологии. Это превосходство особенно заметно в области эмпирических и экспериментальных исследований экзистенциальных проблем личности. Кроме того, второй путь позволяет возродить научное наследие отечественных экзистенциально мыслящих психологов – Н. А. Рыбникова, С. Л. Рубинштейна, Б. Г. Ананьева, А. Н. Леонтьева и др. Представляется, что В. В. Знаков, провозглашая психологию человеческого бытия как самостоятельную отрасль отечественной психологии, преследовал именно такие цели [31; 32].

С точки зрения В. В. Знакова, психология человеческого бытия – это самостоятельная отрасль психологической науки, которая занимается традиционными проблемами экзистенциальной психологии, но с позиций системно-деятельностного и субъектного подхода. Эти подходы зародились и преимущественно развивались в отечественной психологии. Что касается проблематики психологии человеческого бытия, то в нее включаются следующие проблемы: психология смысла жизни и бессмысленности, психология смерти и умирания, психология свободы и ответственности, психология любви и одиночества. Особую проблему для психологии человеческого бытия представляет понимание личностью смысла жизни, о чем еще будет сказано ниже.

Сущность системно-деятельностного подхода заключается в том, чтобы рассматривать жизненный путь человека как состоящий из отдельных видов деятельности. Этот подход в психологии жизненного пути восходит к работам замечательного российского психолога А. Н. Леонтьева и созданной им психологической теории деятельности. По мысли А. Н. Леонтьева, деятельность выступает как элементарная единица человеческой жизни, а жизненный путь личности – системным единством различных видов деятельности. «Деятельность есть молярная, а не аддитивная единица жизни...» [40, с. 81]. Личность как субъект исполняет функцию интеграции, «сшивания» различных видов деятельности в системное единство,

каковым и является жизненный путь. С позиций системно-деятельностного подхода жизненный путь личности раскрывается как «совокупность, точнее, система сменяющих друг друга деятельностей» [40, с. 81].

Сущность субъектного подхода состоит в том, чтобы анализировать личность как субъекта собственного жизненного пути. Личность как субъект жизни – это носитель особой формы активности, направленной на созидание индивидуального жизненного пути. Именно посредством этой активности разрозненные виды деятельности связываются в системное единство человеческой жизни. Все виды психического отражения жизненного пути рассматриваются как порождаемые в процессе реального взаимодействия личности и обстоятельств жизни. Активность личности как субъекта жизни имеет самостоятельный «мотив», в качестве которого функционирует смысл жизни. Смысл жизни по отношению к активности субъекта выполняет несколько важных регуляторных функций. Во-первых, смысл жизни побуждает активность личности как субъекта жизни. Во-вторых, смысл жизни является высшей инстанцией смыслообразования, от которой черпают свой смысл отдельные жизненные события и поступки личности как субъекта жизни. В-третьих, смысл жизни отражает реальный жизненный путь личности. Это отражение относится к пласту смысловых структур личности, в которых запечатлеваются не объективные пространственно-временные параметры жизненного пути, а объективные жизненные отношения личности. Смысл жизни является субъективно превращенной формой существования жизненных отношений личности. Отражательные функции смысловых структур личности, в том числе и смысла жизни, являются высоко специализированными. Их особенность в том, что они отражают не наличное, уже существующее состояние, а еще только превосхищаемое, желаемое состояние жизненного пути. Другими словами, в смысле жизни запроецировано то будущее, которое личности необходимо превратить в реальность жизненного пути посредством своей активности. На эту особенность смысловых образований указывает Б. С. Братусь, который полагает, что их функция – создание эскиза будущего [18]. Согласно А. А. Брудному, смысл – это такое отражение действительности в сознании человека, которое способно изменить действительность [22].

По мнению В. В. Знакова, центральной категорией психологии человеческого бытия является понятие «бытие». С философской точки зрения понятие бытия объемлет все объективно (независи-

мо от человеческого сознания) существующее. При разработке психологических аспектов категории бытия следует опереться на учение о бытии человека в трудах С. Л. Рубинштейна. С появлением человека – «возникновением нового уровня сущего во всех нижежащих уровнях выявляются новые свойства. Здесь раскрывается значение, смысл, который приобретает бытие, выступая как «мир», соотносительный с человеком как частью его, продуктом его развития. Поскольку есть человек, он становится не чем иным, как объективно существующей отправной точкой всей системы координат. Такой отправной точкой человеческое бытие становится в силу человеческой активности, в силу возможности изменения бытия, чем человеческое существование отличается от всякого другого» [58, с. 223].

Это означает, что с появлением человека естественный природный мир перестраивается посредством человеческой активности и превращается в «жизненный мир». Понятие жизненного мира наравне присуще и отечественной, и экзистенциальной психологии. Например, А. Н. Леонтьев пишет, что «субъект... находится изначально не перед миром, а в самом мире... составляет часть его и вне этого мира вообще не существует» [41, с. 148]. Ему вторит В. Франкл: «Животное не является личностью, потому что оно не может стать над самим собой, противостоять самому себе. Поэтому для животного не существует и мир, противостоящий личности; для него существует лишь среда». Поэтому в психологии человеческого бытия личность рассматривается в контексте созданного ей жизненного мира. «Человек должен быть взят внутри бытия, в своем специфическом отношении к нему, как субъект познания и действия, как субъект жизни» [58, с. 332].

Жизненный путь с позиций психологии человеческого бытия рассматривается как траектория движения личности по жизненному миру. С этой же точки зрения активность личности как субъекта жизни подчиняется смысловым связям, а жизненный путь – является траекторией избирательной актуализации одних смысловых связей и дезактуализации отклоненных смысловых альтернатив [13]. В рамках системно-деятельностного и смыслового подхода исследование личности в качестве субъекта жизни подразумевает «исследование жизненного пути личности, т. е. истории смыслового построения жизненного мира и его развития, изучение формирования и развертывания различных деятельностей, посредством которых реализуются жизненные смыслы и ценности личности, где единицей анализа является «жизненное событие» или, точнее, смысловые связи между жизненными событиями» [21, с. 33].

Жизненный мир производится в процессе человеческой практики и произведен от особенностей человеческого бытия. Выделяются некоторые отличительные характеристики человеческого бытия – осознанность, осмысленность, действенность [58, с. 330–331]. Благодаря именно этим особенностям человеческой активности природное окружение преобразуется в жизненный мир человека. Действенный, преобразующий характер человеческого бытия приводит к тому, что человек обустроивает объективную действительность в соответствии с требованиями собственных потребностей, в соответствии с логикой собственной жизнедеятельности (логикой «жизненной необходимости»). Действительность принимает очертания, жизненно необходимые для нормального существования и приспособления к ней человека. Осознанность и осмысленность человеческой активности приводят к тому, что на объекты и явления окружающей действительности человек «наслаивает» общественные значения и личностные смыслы. Общественные значения отражают место и функцию того или иного объекта действительности в совокупной практике коллективного субъекта – социальной группы, общества, человечества в целом. Личностный смысл отражает место и функцию объекта или явления в жизнедеятельности индивидуального субъекта, их отношение к индивидуальным потребностям человека. Значение и смысл, которые объективируются и превращаются в характеристики действительности по ходу человеческой практики, являются сверхчувственными качествами жизненного мира. Психическое развитие человека происходит в процессе деятельности в контексте жизненного мира через усвоение общечеловеческих значений и выработку личностных смыслов. «Это и есть не что иное, как детерминация бытия через сознательную его регуляцию, которая выступает как специфический способ существования человека» [58, с. 331]. Таким образом, с приходом человека окружающая среда приобретает сверхчувственные свойства – означенность и осмысленность – и преобразуется в жизненный мир. Сообразно этим свойствам, активность человека в мире является осознанной и осмысленной, что отличает ее от поведения животных в биологической среде. По этому поводу Л. С. Выготский указывает, что «в то время, как для животного существует только окружение, для человека возникает представление о мире. История возникновения этого представления имеет своим началом человеческую практику и возникающие в ней значения и понятия, свободные от непосредственного восприятия предмета» [26, с. 280].

По сути, осознанность (означенность) как свойство жизненно-го мира характеризует его отношение к потребностям коллектив-

ного субъекта, то есть отражает его общественный смысл. Осмысленность как свойство жизненного мира раскрывает его отношение к потребностям индивидуального субъекта, то есть его личный смысл. Итак, жизненный мир – это системно организованная совокупность объектов и явлений действительности, связанных с коллективным или индивидуальным субъектом жизненными отношениями. Жизненные отношения показывают на роль и место в жизнедеятельности субъекта различных объектов и явлений действительности и по этой причине объективно выражают их жизненный смысл для субъекта. Жизненный смысл – это объективная характеристика места и роли объектов и явлений в контексте жизни субъекта [47, с. 113]. Проще говоря, жизненный мир – это осознанная и осмысленная человеком или обществом объективная действительность, в которой протекает человеческая или общественная деятельность и жизнь. «Мир – это бытие, преобразованное человеком, включающее в себя его и совокупность связанных с ним общественных и личных отношений» [31, с. 9]. Осознанность и осмысленность специфицируют жизненный мир человека и отличают его от безжизненной, необжитой человеком объективной действительности. Эти свойства – объективные характеристики жизненного мира. Как пишет С. Л. Рубинштейн, «мир, каков он есть для человека, – это его объективная характеристика» [58, с. 382].

В психологии человеческого бытия, таким образом, преодолевается противопоставление субъекта и жизненного мира. Это сближает ее с экзистенциальной психологией и отдаляет от гуманистической психологии жизненного пути личности. Расхождение между психологией человеческого бытия и гуманистической (личностно-центрированной) психологией жизненного пути может быть адекватно описано в терминах, введенных российским психологом Ф. Е. Василюком [25, с. 83–87]. Он анализирует и сравнивает две исходные методологические ориентации – «онтологию изолированного индивида» и «онтологию жизненного мира», которые противоречат друг другу. В «онтологии изолированного индивида» принят постулат, что человек вступает во взаимодействие с миром, будучи одаренным личностными качествами. Эта схема в большей мере присуща гуманистическим теориям жизненного пути личности. В «онтологии жизненного мира», напротив, утверждается, что человек обретает свои личностные качества только в процессе взаимодействия с миром. Как это было сказано Франклом, «если человек хочет прийти к самому себе, его путь лежит через мир» [64, с. 120]. Эта же посылка постоянно присутствует в работах отечествен-

ных психологов, которых можно считать основоположниками психологии человеческого бытия. Так, например, А. Н. Леонтьев констатирует: «Я не только поступаю в соответствии с тем, что я есть, но и становлюсь в соответствии с тем, как я поступаю» [40, с. 114].

В экзистенциальной психологии для объяснения природы человека и его жизненного пути используют понятие «бытие-в-мире» (Dasein). Это понятие зародилось и получило развитие в работах основоположников экзистенциального психоанализа Мартина Хайдеггера и Людвиг Бинсвангера. В дословном переводе понятие означает «существовать там», что указывает на широкий жизненный контекст, в который, по мнению экзистенциалистов, «вживлен» человек. Дефисы в лексической конструкции данного понятия символизируют неразрывность личности и ее жизненного мира. В широком истолковании понятие «Dasein» расшифровывается как жизненный мир или жизненное пространство личности. Жизненный мир личности делится на несколько модусов (областей) существования: 1) природная окружающая среда, структурированная на биологические связи человека с миром (Umwelt); 2) социальное окружение, упорядоченное посредством межличностных отношений (Mitwelt); 3) внутренний мир, состоящий из отношений человека с самим собой (Eigenwelt). С точки зрения экзистенциальной философии и психологии, психически здоровая личность живет полноценной жизнью во всех трех модусах одновременно. Критерием психического здоровья и личностной зрелости является способность индивида адаптироваться в природной среде, уживаться в социальном окружении и активно формировать свой внутренний мир. Напротив, психологические затруднения по ходу жизненного пути возникают тогда, когда личность не способна приспособиться к одному или сразу нескольким модусам жизненного мира. Такое состояние дезадаптации называют «экзистенциальным отчуждением» или «экзистенциальной изоляцией». Отчуждение личности от жизненного мира – это болезнь нашего времени, которая проявляется в трех ипостасях: 1) отделенность от природы; 2) недостаток значимых межличностных отношений; 3) отчуждение от своего подлинного «я», потеря аутентичности бытия.

Таким образом, человек с момента рождения находится в постоянном взаимодействии со своим жизненным миром, в процессе освоения которого он приобретает свои личностные качества и смысл жизни. Свойства личности и индивидуальный смысл жизни являются не только предпосылками, сколько продуктами жизненных поступков человека, строящего свой жизненный путь.

Несмотря на поразительное сходство некоторых теоретических позиций, между психологией человеческого бытия и экзистенциальной психологией прослеживаются существенные противоречия. Первое и самое главное противоречие заключается во взглядах на социальную природу жизненного пути личности. С позиций экзистенциальной психологии социальные условия не играют существенной роли в детерминации индивидуального жизненного пути личности. В любой ситуации личность принимается как свободный и несгибаемый под давлением социальных обстоятельств субъект. Личностные свойства человека выводятся из свободных и ответственных поступков, решений, выборов, действий, а вклад внешних условий социальной среды в развитие личности принижается. Получается, что при построении своей человеческой жизни человек оказывается один на один с жизненным миром. Эту особенность человеческой ситуации И. Ялом называет «экзистенциальной изоляцией»: «Индивиды часто бывают изолированы от других или от частей себя, но в основе этих отъединенностей лежит еще более глубокая изоляция, связанная с самим существованием, – изоляция, которая сохраняется при самом удовлетворительном общении с другими индивидами, при великолепном знании себя и интегрированности. Экзистенциальная изоляция связана с пропастью между собой и другими, через которую нет мостов. Она также означает еще более фундаментальную изоляцию – отделенность между индивидом и миром» [79, с. 400]. Такую методологическую схему можно обобщено назвать «онтологией одинокого индивида».

Абсолютно иная методологическая схема залегает в основе психологии человеческого бытия. Эту схему можно емко определить как «онтологию социального индивида». Ее ключевой тезис заключается в том, что жизненный путь личности и сама личность является в определенной мере результатом воздействия социальных условий жизнедеятельности. Конструирование личностью индивидуального жизненного пути всегда опосредовано совокупным социальным опытом; для взаимодействия с жизненным миром человек вооружен опытом предшествующих поколений. Как пишет С. Л. Рубинштейн, «сущность человеческой личности находит свое завершающее выражение в том, что она не только развивается как всякий организм, но и имеет свою историю. В отличие от других живых существ человечество имеет историю, а не просто повторяющиеся циклы развития, потому что деятельность людей, изменяя действительность, объективируется в продуктах матери-



альной и духовной культуры, которые передаются от поколения к поколению. Через их посредство создается преемственная связь между поколениями, благодаря которой последующие поколения не повторяют, а продолжают дело предыдущих и опираются на сделанное их предшественниками, даже когда они вступают с ними в борьбу» [57, с. 245].

Социальность, опосредованность культурным опытом – это еще одна сущностная характеристика человеческого способа бытия. В силу данной характеристики, жизненный путь личности является *событием* – линией переплетения человеческих судеб. Эта характеристика решающим образом детерминирует способ формирования психологических механизмов и структур, регулирующих реальный жизненный путь. Этот способ связан с закономерностями интериоризации – «вращения» психических способностей, функций и структур, воплощенных в культуре, в структуру индивидуальной психики в процессе социального взаимодействия. Эта общая закономерность была открыта Л. С. Выготским и распространена на все высшие психические функции, специфичные для человека. Так, к примеру, смысл жизни как высшая психическая функция формируется в процессе усвоения индивидом культурных ценностей, которые фигурируют в качестве универсальных источников смысла жизни. Вообще, с точки зрения психологии человеческого бытия, культура – это поле коллективных смыслов жизни, в котором лежат ответы на многие экзистенциальные вопросы и запросы человека. На этот счет С. Ю. Степанов пишет: «Общего решения экзистенциальных проблем, годного на все случаи жизни и для всех людей, нет и в принципе быть не может. Жить же с ними и решать их человек может в процессе всей своей жизнедеятельности, причем каждый раз по-новому, и для каждого человека действительное решение является уникальным. Результатом этого процесса оказывается сотворение все новых и новых смыслов, т. е. смыслотворчество. В этом контексте общечеловеческая культура оказывается не кунсткамерой ценностей прежних поколений и не сводом законов, норм, готовых истин, а неисчерпаемым резервуаром прецедентов (человеческих судеб), сотворенных конкретными историческими личностями. Их переосмысление, рефлексия и является механизмом творения опыта собственной жизни и ее культурного, духовного смысла» [59, с. 109–110].

Таким образом, если экзистенциальная психология базируется на «онтологии одинокого индивида», то психология человеческого бытия основывается на «онтологии социального индивида».

Другое важное различие заключается в методах изучения психических феноменов, закономерностей и механизмов жизненного пути личности. В экзистенциальной психологии культивируется экспериентальный подход, в котором основная ставка делается на феноменологический анализ, эмпатическое вживание во внутренний мир человека и его интуитивное постижение. В психологии человеческого бытия задействованы методы психологического эксперимента и аппарат количественного анализа данных. Это различие обусловлено тем, что психология человеческого бытия не абсолютизирует внутреннюю причинность, как это имеет место в экзистенциальной психологии. Напротив, внутренняя причинность берется в комплексе с объективно действующими в человеческой жизни закономерностями, которые можно моделировать средствами экспериментального метода.

Итак, психология человеческого бытия сходна с экзистенциальной психологией по следующим позициям: 1) по предмету, который составляют «экзистенциальные дихотомии» человеческой жизни; 2) по общей методологической схеме, которая представлена «онтологией жизненного мира». Вместе с тем, между психологией человеческого бытия и экзистенциальной психологией выявляются значительные расхождения, которые касаются методологических принципов и методов эмпирического исследования. В частности, психология человеческого бытия покоится на системно-деятельностном, смысловом и субъектном подходе и ориентирована на экспериментальное изучение своего предмета. Кроме того, от внимания экзистенциальных психологов ускользает социальность как свойство жизненного пути, и они исходят из положения об «экзистенциальной изоляции» человека. В психологии человеческого бытия, напротив, принята «онтология социального индивида», в рамках которой утверждается социальная природа жизненного пути личности.

Одной из наиболее важных проблем психологии человеческого бытия является проблема понимания личностью смысла своей жизни. На примере решения этой проблемы можно продемонстрировать концептуальный подход, принятый в психологии человеческого бытия. Можно условно дифференцировать два основных концептуальных подхода к проблеме понимания в психологии – когнитивный и экзистенциальный (бытийный). В рамках когнитивного направления понимание исследуется как познавательный процесс, сущность которого заключается в конструировании и модификации когнитивных моделей действительности. Однако «к концу XX века

многими учеными была осознана необходимость рассматривать понимание в более широком научном контексте, чем его описание как феномена осмысленного отражения разных сторон явлений, событий, ситуаций. Х. Г. Гадамер, П. Рикер и др. стали интерпретировать понимание как содержательно более объемную категорию, чем познание, и уж тем более – индивидуальное мышление. Понимание, с их точки зрения, представляет собой универсальную способность человека, реализующуюся в способах его бытия» [31, с. 8].

Связь понимания со способом человеческого бытия очевидна. Понимание – это проникновение познающего субъекта в смысл объекта познания; понимание есть реконструкция смысла понимаемого. Смысловое измерение мира из всех живых существ доступно только человеку и только потому, что он обладает личностью как инстанцией смыслового отражения и регуляции жизнедеятельности. В этой связи понимание есть сугубо человеческий феномен. Понимание – это познание, осуществляемое на личностном уровне, предполагающее воссоздание конвенционального значения и личностного смысла объекта познания. Главное в понимании – не отражение объективных свойств явлений и объектов действительности, а скорее осознание жизненных отношений, связывающих субъекта с этими явлениями и объектами. В понимании субъекту открывается жизненный смысл того или иного фрагмента реальности. Можно сказать, что предметом познания являются объективные свойства и отношения объектов действительности, а предметом понимания – жизненный смысл этих объектов, то есть их место и роль в жизнедеятельности субъекта. «В гносеологии под пониманием имеется в виду общая для повседневного и научного сознания форма освоения действительности, заключающаяся в раскрытии и воспроизведении смыслового содержания чего-либо. В понимании реальность – прежде всего социально-культурная, историческая, но также и природная – преломляется в связанную систему предметов «мира человека». Входящие в этот мир явления, события, процессы предстают как носители смыслов и значений. Понимание есть процесс постижения, освоения и выработки человеком последних. Главная его функция – это осмысленное поведение и ориентация индивида в общественной жизни, в культуре и истории» [62, с. 207].

Разумеется, животное не наделено способностью понимания, поскольку для него смысловое измерение мира закрыто. Соответственно, отличие человеческого от животного способа бытия проявляется еще и в том, что животное лишено потребности в понима-

нии окружающей действительности и своей собственной жизнедеятельности. Человек же обладает ярко выраженной потребностью в понимании смысла окружающей реальности и индивидуального жизненного пути. Частной разновидностью потребности в понимании выступает человеческая потребность в понимании смысла жизни. Эта потребность приписывается личности многими исследователями (Л. И. Божович, Ш. Бюлер, П. Вонг, М. Р. Гинзбург, С. Мадди, К. Обуховский, В. Франкл, К. Г. Юнг). С позиций экзистенциального подхода понимание изучается как неотъемлемый атрибут человеческого способа бытия в мире (онтологический аспект); как специфический процесс, позволяющий индивиду искать и находить смысл своей жизни (процессуальный аспект); как внутренняя концепция смысла жизни, которая складывается у личности (результативный аспект); наконец, как сугубо человеческая бытийная потребность в понимании смысла жизни (мотивационный аспект).

Экзистенциальный подход к пониманию позволяет конструктивно исследовать тот процесс, которые обычно обозначают как «поиск смысла жизни». Фактически ни в одном исследовании не проясняется психологическая сущность этого поиска, его движущие силы, результаты и осуществляющие его психические процессы. Указывают, что поиск смысла жизни – это активность личности, но психологическая сущность этой активности не уточняется. Тем не менее, некоторые исследователи признают, что успех разработки психологической концепции смысла жизни в первую очередь зависит от адекватной операционализации понятия «поиск смысла жизни» (meaning seeking). Например, канадский психолог Поль Вонг констатирует, что «исследования смысла жизни тормозятся недостатком четко определенных и широко принятых понятий. Некоторые из используемых понятий, такие, как смысл жизни, жизненная цель, осмысленность, бессмысленность уже в достаточной степени проработаны, но еще несут на себе груз философских интерпретаций. Наиболее перспективным и эвристичным является понятие поиска смысла жизни» [105]. Понятие поиска смысла жизни полагается в качестве интегративного теоретического конструкта в силу нескольких причин.

1. Поиск смысла жизни является психическим процессом, который включает когнитивные, мотивационные и поведенческие процессы.

2. Поиск смысла жизни подразумевает потребность в смысле жизни, которая активизирует и направляет индивида.

3. Поиск смысла жизни переходит в практическую реализацию найденного смысла, которая предполагает расчленение смысла на жизненные цели, задачи, планы и программы.

4. Поиск смысла жизни преимущественно является когнитивным процессом по реконструкции смысла реального жизненного пути.

5. Поиск смысла жизни имеет внешние проявления и может быть психометрически измерен.

«Короче говоря, – заключает Вонг, – понятие «поиск смысла жизни» предполагает возможность строгого научного анализа, в отличие от других понятий, обремененных умозрительными интерпретациями» [105].

С позиций психологии человеческого бытия логично предположить, что за понятием «поиск смысла жизни» скрываются феноменология, закономерности и механизмы понимания личностью своего жизненного пути и его смысла. Другими словами, поиск смысла жизни осуществляется посредством психологических механизмов и закономерностей понимания личностью своего жизненного пути. В предпринятом нами эмпирическом исследовании ставилась следующая цель: изучить содержание и мотивацию понимания личностью смысла жизни в юношеском возрасте.

По результатам исследования при помощи факторного анализа были выделены следующие основные виды понимания личностью смысла жизни в юности.

1. **Терминальный вид.** Данный вид был зафиксирован у 11,7 % респондентов. В нем объединены утверждения, в которых фигурируют категории «достижение», «реализация», «осуществление», «исполнение», «актуализация» как финальные акты человеческого бытия. В качестве смыслообразующих оснований жизненного пути доминируют «жизненные цели», «жизненные планы», «заветные мечты», «жизненные задачи» и «замыслы» личности. Встречаются также неопределенные категории, которые указывают на нечто результирующее, венчающее жизненный путь личности – «плоды жизни», «итог жизни», «результаты жизни». В целом личность смысл своей жизни видит в конечной реализации жизненных целей, осуществлении сокровенных мечтаний и покорении определенных жизненных высот.

2. **Процессуальный вид** (9,6 %). Он представлен утверждениями, акцентирующими преимущественную направленность личности на процесс жизни как на путь продвижения к жизненным целям. Специфику понимания смысла жизни, присущую данному виду,

метко передают крылатые выражения: «Смысл жизни не в том, чтобы удовлетворять свои желания, а в том, чтобы иметь их» (М. Зощенко) или «Смысл жизни не в достижении цели, а в ее преследовании».

3. **Нигилистический вид** (8,5 %). Этот вид объединил утверждения, в которых сквозит пренебрежительное отношение к смыслу жизни, отрицание его наличия. Личность с таким видом понимания обесценивает значение смысла жизни лично для себя и для других людей («смысл жизни не представляет никакой ценности для человека», «понимание человеком смысла своей жизни ничего в ней не меняет», «потеря человеком смысла жизни может быть легко пережита»).

4. **Аксиологический вид** (10,5 %). Этот вид образовали утверждения, фиксирующие ценностное отношение личности к смыслу жизни. Эти утверждения преподносят такое понимание личностью смысла жизни, когда сам смысл жизни выступает в качестве одной из главных человеческих ценностей («смысл жизни можно считать одной из величайших ценностей человека», «потеря человеком смысла своей жизни – серьезная жизненная трагедия для него»).

5. **Гедонистический вид** (8,3 %). Этот вид представлен утверждениями, согласно которым смысл жизни зависит от удовлетворения широкого спектра человеческих потребностей. Общая логика, присущая данному виду понимания, заключается в осмыслении личностью своей жизни через категории удовлетворения – неудовлетворения личных потребностей. Смысл жизни для такой личности заключается в «получении удовольствий», «пользовании жизненными благами», «удовлетворении желаний». В свою очередь осмысленность жизни обуславливается притоком, «валом» всяческих благ и наслаждений («смысл жизни, наверно, в тех наслаждениях и радостях, которые дарит человеку жизнь», «в жизни человека нет иного смысла, кроме как исполнение им всех своих желаний»).

6. **Аскетический вид** (4,1 %). Здесь собраны утверждения, семантика которых замыкает смысл человеческого существования на стоическое принятие страданий и негативных проявлений жизни. Кроме того, содержание данного вида составили утверждения о необходимости ограничения человеком своих потребностей, обуздания страстей и непрерывного самосовершенствования.

7. **Эвдемонический вид** (4,9 %). В нем основное содержание задают формулировки, в которых смысл человеческой жизни явно или неявно ассоциируется с категорией «счастье». В данном

случае понимание личностью смысла жизни сводится к стремлению обрести и сохранить счастье («счастье является высшим смыслом человеческой жизни», «смысл человеческого существования заключается в постоянном стремлении к счастью»).

8. **Глористический вид** (7,6 %). В нем оказались утверждения, в которых смысл человеческой жизни связан с достижением общественного признания и с восхождением к лучам славы. Существование личности в данном случае наполнено смыслом при условии осознания своей значимости и почтенности («уважение и почет со стороны окружающих и есть тот жизненный смысл, которого достойна настоящая жизнь», «достигший славы и всеобщего признания человек наверняка осуществил смысл свой жизни»).

9. **Деонтологический вид** (7,8 %). Здесь объединились утверждения, обнаруживающие убежденность респондентов в том, что смысл жизни придает определенный жизненный долг или жизненная миссия, которую человеку предстоит выполнить. Деонтологическое понимание смысла жизни основано на твердом убеждении о наличии тесной связи между предназначением личности и ее жизненным путем («смысл человеческой жизни заключается в исполнении того жизненного долга, который человек принял для себя», «смысл человеческой жизни следует понимать как выполнение взятой на себя жизненной миссии»).

10. **Гуманистический вид** (7,1 %). В данном случае смысл жизни формулируется через соотнесенность жизни данной личности с судьбами отдельных людей, микросоциального либо макросоциального окружения, а в некоторых случаях – всего человечества. Прямым источником гуманистического понимания смысла жизни явилась направленность жизненного пути личности на благо конкретных «значимых других» («ребенок», «родители», «семья») или более общая ориентация на принесение пользы другим людям («быть полезным людям», «служение людям», «улучшение жизни окружающих»).

11. **Виталистический вид** (6,4 %). Он объединяет утверждения, имеющие в основе следующий лейтмотив: смысл человеческого существования состоит в том, чтобы выжить. При таком понимании смысл жизни вкладывается в «борьбу за выживание», «конкуренцию». Необходимым фоном для насыщения жизни смыслом выступают «жизненные невзгоды», «трудности», «препятствия» и «преграды», которые необходимо преодолевать.

12. **Фаталистический вид** (8,15 %). Данный вид представлен утверждениями, которые сводятся к известной формуле о том,

что человек – всего лишь игрушка в руках судьбы. Эта формула нашла конкретизацию в высказываниях следующего содержания: «единственным смыслом жизни является следование своей судьбе», «смысл жизни – в подчинении человека своей судьбе». Понятие судьбы чаще всего опредмечивается в неустранимых жизненных обстоятельствах («рок», «предназначение», «доля», «ноша») либо в неопределенной группе жизненных обстоятельств, на которые индивид не способен повлиять («тяжелая жизненная ситуация», «сложная обстановка в жизни») [36].

Результаты исследования показывают, что поиск смысла жизни в юношеском возрасте побуждают следующие группы мотивов: познавательная мотивация, мотивация самореализации, мотивация достижения жизненного успеха и избегания жизненного неуспеха, мотивация персонализации, субъектная мотивация, коммуникативная мотивация, функциональная мотивация, просоциальная мотивация, мотивация индивидуализации, аффилиативная мотивация [37]. Это дает основания утверждать, что поиск смысла жизни является полимотивированной активностью личности. Его побудительная регуляция не сводится к одной лишь потребности в понимании смысла жизни, а является многокомпонентной системой, отражающей неповторимые условия жизненного пути личности.

Итак, психология человеческого бытия является отечественной версией экзистенциальной психологии. Ее методологический, теоретический и методический потенциал превосходит исследовательские возможности зарубежной экзистенциальной психологии и позволяет решать сложные научные проблемы на качественно новой концептуальной основе.



## ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Абульханова-Славская К. А., Брушлинский А. В. Философско-психологическая концепция С. Л. Рубинштейна: К 100-летию со дня рождения. – М.: Наука, 1989. – 248 с.
2. Адлер А. Наука жить. – Киев: Port-Royal, 1997. – 315 с.
3. Адлер А. Смысл жизни // Философские науки. – 1998. – № 1. – 15–26.
4. Адлер А. Что означает для тебя жизнь. – М.: АСТ, 1998.
5. Ананьев Б. Г. Возрастная психология взрослых. – Л.: Изд-во ЛГУ, 1971. – 441 с.
6. Ананьев Б. Г. Избранные психологические труды: В 2 т. Т. 1. – М.: Педагогика, 1980. – 232 с.
7. Ананьев Б. Г. К онтопсихологии человека // Теоретическая и прикладная психология в Ленинградском университете. – Л.: Изд-во ЛГУ, 1969. – С. 3–17.
8. Ананьев Б. Г. О проблемах современного человекознания. – М.: Наука, 1977. – 380 с.
9. Ананьев Б. Г. Человек как объект познания. – Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1968. – 340 с.
10. Анцыферова Л. И. Архетипическая теория развития личности Карла Густава Юнга // Психологический журнал. – 2000. – Т. 21. – № 3. – С. 10–19.
11. Анцыферова Л. И. К психологии личности как развивающейся системы // Психология формирования и развития личности / Под ред. Л. И. Анцыферовой. – М.: Наука, 1981. – С. 3–19.
12. Анцыферова Л. И. Психологическое учение о человеке: теория Б. Г. Ананьева, зарубежные концепции, актуальные проблемы // Психологический журнал. – 1998. – Т. 19. – № 1. – С. 3–15.
13. Асмолов А. Г. Культурно-историческая психология и конструирование миров. – Москва – Воронеж: Модэк, 1996. – 768 с.
14. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры. – М.: Прогресс, 1988.
15. Бодалев А. А. Опыт психологической характеристики людей, достигших личностного акме // Психолого-педагогические и философские проблемы смысла жизни. – М.: ПИ РАО, 1997. – С. 33–40.
16. Божович Л. И. Избранные психологические труды. – М.: Международная педагогическая академия, 1995. – 209 с.
17. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте. – М.: Просвещение, 1968. – 464 с.
18. Братусь Б. С. Аномалии личности. – М.: Мысль, 1988. – 304 с.

19. Братусь Б. С. Психология. Нравственность. Культура. – М.: Менеджер, 1994. – 60 с.
20. Братусь Б. С. Смысловая вертикаль сознания личности // Вопросы философии. – 1999. – № 11. – С. 81–89.
21. Братусь Б. С., Розовский И. Я., Цапкин В. Н. Психологические проблемы изучения коррекции аномалий личности: Учебно-методическое пособие. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1988. – 86 с.
22. Брудный А. А. Психологическая герменевтика. – М.: Лабиринт, 1998. – 335 с.
23. Бьюдженталь Дж. Искусство психотерапевта. – СПб.: Питер, 2001. – 304 с.
24. Варламова Е. П., Степанов С. Ю. Психология творческой уникальности человека: рефлексивно-гуманистический подход. – М.: ИП РАН, 1998. – 195 с.
25. Василюк Ф. Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 200 с.
26. Выготский Л. С. Собрание сочинений: В 6 т. Т. 1. – М.: Педагогика, 1982. – 487 с.
27. Выготский Л. С. Собрание сочинений: В 6 т. Т. 5. Основы дефектологии. – М.: Педагогика, 1983. – 368 с.
28. Выготский Л. С. Собрание сочинений: В 6 т. Т.3. Проблемы развития психики. – М.: Педагогика, 1983. – 368 с.
29. Джидарьян И. А. Представление о счастье в российском менталитете. – СПб.: Алетейя, 2001. – 242 с.
30. Дружинин В. Н. Варианты жизни: Очерки экзистенциальной психологии. – М.: ПЕР СЕ; СПб.: ИМАТОН-М, 2000. – 135 с.
31. Знаков В. В. Понимание как проблема психологии человеческого бытия // Психологический журнал. – 2000. – Т. 21. – № 2. – С. 7–15.
32. Знаков В. В. Понимание субъектом мира как проблема психологии человеческого бытия // Проблема субъекта в психологической науке / Под ред. А. В. Брушлинского. – М.: Академический проект, 2000. – С. 86–105.
33. Иванов В. П. Мировоззренческие проблемы эволюции природы и становления человеческого мира // Человек и мир. – Киев: Наук. думка, 1977. – С. 29–98.
34. Калитеевская Е. Р. Психическое здоровье как способ бытия в мире: от объяснения к переживанию // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии / Под ред. Д. А. Леонтьева, В. Г. Щур. – М.: Смысл, 1997. – С. 231–238.
35. Карпинский К. В. Биографический метод в исследовании жизненного пути личности // Психология. – 2001. – № 2 (23). – С. 89–105.

36. Карпинский К. В. Временная перспектива и смысл жизни современной молодежи // Чалавек. Грамадства. Свет. – 2001. – № 4. – С. 53–69.
37. Карпинский К. В. Мотивация понимания личностью смысла жизни в юношеском возрасте // Вестник ГрГУ. – 2001. – № 1. – С. 208–216.
38. Карпова Н. Л. Мотивационная включенность и динамика осознания жизненных смыслов в процессе социореабилитации // Психолого-педагогические и философские проблемы смысла жизни. – М.: ПИ РАО, 1997. – С. 11–127.
39. Крипнер С., Карвало Р. Проблема метода в гуманистической психологии // Психологический журнал. – 1993. – Т. 14. – № 2. – С. 113–126.
40. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М.: Политиздат, 1975. – 304 с.
41. Леонтьев А. Н. Лекции по общей психологии. – М.: Смысл, 2000. – 511 с.
42. Леонтьев А. Н. Философия психологии: из научного наследия / Под ред. А. А. Леонтьева, Д. А. Леонтьева. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1994. – 287 с.
43. Леонтьев Д. А. Жизнетворчество как практика расширения жизненного мира // 1 Всероссийская научно-практическая конференция по экзистенциальной психологии: Материалы сообщений / Под ред. Д. А. Леонтьева, Е. С. Мазур, А. И. Сосланда. – М.: Смысл, 2001. – С. 100–109.
44. Леонтьев Д. А. О предмете экзистенциальной психологии // 1 Всероссийская научно-практическая конференция по экзистенциальной психологии: Материалы сообщений / Под ред. Д. А. Леонтьева, Е. С. Мазур, А. И. Сосланда. – М.: Смысл, 2001. – С. 3–6.
45. Леонтьев Д. А. Очерк психологии личности. – М.: Смысл, 1993. – 43 с.
46. Леонтьев Д. А. Психология свободы: к постановке проблемы самодетерминации личности // Психологический журнал. – 2000. – Т. 21. – № 1. – С. 15–25.
47. Леонтьев Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. – М.: Смысл, 1999. – 487 с.
48. Леонтьев Д. А. Что такое экзистенциальная психология? // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии. – М.: Смысл, 1997. – С. 40–54.
49. Логинова Н. А. Биографический метод в психологии и смежных науках: Автореф. дис.... канд. психол. наук. – Л.: ЛГУ, 1975. – 18 с.
50. Логинова Н. А. Развитие личности и ее жизненный путь // Принцип развития в психологии. – М.: Наука, 1978. – С. 156–172.
51. Ломов Б. Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии. – М.: Наука, 1984. – 444 с.

52. Маслоу А. Г. Дальние пределы человеческой психики. – СПб: Евразия, 1997. – 430 с.
53. Маслоу А. Новые рубежи человеческой природы. – М.: Смысл, 1999. – 424 с.
54. Некрасова Ю. Б. Изменения в понимании смысла жизни в процессе социореабилитации // Психолого-педагогические и философские проблемы смысла жизни. – М.: ПИ РАО, 1997. – С. 127–140.
55. Петровский В. А. Личность в психологии: парадигма субъектности. – Ростов-на-Дону: Феникс, 1996. – 512 с.
56. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии: В 2 т. Т. 1. – М.: Педагогика, 1989. – 488 с.
57. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии: В 2 т. Т. 2. – М.: Педагогика, 1989. – 328 с.
58. Рубинштейн С. Л. Проблемы общей психологии. – М.: Педагогика, 1973. – 424 с.
59. Степанов С. Ю. Рефлексивная практика творческого развития человека и организаций. – М.: Наука, 2000. – 174 с.
60. Сухоруков А. В. Жизнетворчество личности в динамике ее смысловой системы: Автореф. дис.... канд. психол. наук: 19.00.01. – М.: МГУ, 1997. – 21 с.
61. Тихонравов Ю. В. Экзистенциальная психология: Учебно-справочное пособие. – М: Интел-Синтез, 1998. – 238 с.
62. Филатов В. П. Научное познание и мир человека. – М.: Политиздат, 1989. – 270 с.
63. Франкл В. Основы логотерапии. Психотерапия и религия. – СПб: Речь, 2000. – 286 с.
64. Франкл В. Человек в поисках смысла. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.
65. Фромм Э. Бегство от свободы. – М.: Прогресс, 1989. – 272 с.
66. Фромм Э. Душа человека. – М.: Республика, 1992. – 430 с.
67. Фромм Э. Искусство любить. Исследование природы любви. – М.: Педагогика, 1990. – 160 с.
68. Мамардашвили М. К. Психологическая топология пути // Мир человека: хрестоматия для учащихся. Часть 1. – М.: Интерпракс, 1993. – С. 297–302.
69. Бубер М. Я и Ты. – М.: Высшая школа, 1993.
70. Фромм Э. Человек для себя. – М.: Коллегиум, 1992. – 253 с.
71. Чудновский В. Э. Смысл жизни и судьба. – М.: Ось-89, 1998. – 236 с.
72. Юнг К. Г. Архетип и символ. – М.: Ренессанс, 1991. – 304 с.
73. Юнг К. Г. Дух и жизнь. – М.: Практика, 1996.
74. Юнг К. Г. Проблема души нашего времени. – М.: Прогресс, 1994.

75. Юнг К. Г. Проблемы души нашего времени. – М.: Прогресс, 1993. – 336 с.
76. Юнг К. Г. Современность и будущее. – Мн.: Университетское, 1992. – 62 с.
77. Юнг К. Г. Структура психики и процесс индивидуации. – М.: Наука, 1996.
78. Ялом И. Теория и практика групповой психотерапии. – СПб: Питер, 2000. – 640 с.
79. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. – М.: Класс, 1998. – 575 с.
80. Ясперс К. Общая психопатология. – М.: Практика, 1997. – 1053 с.
81. Adler A. What your life should mean to you. – Boston: Little, Brown, 1931.
82. Battista, J., & Almond, R. (1973). The development of meaning in life *Psychiatry*, 36, 409–427.
83. Bugental J. F. T. The search for existential identity. – San Francisco: Jossey – Bass, 1988. – 330 p.
84. Buhler Ch. Bieg zycia ludzkiego. – Warszawa: PWN, 1999. – 393 s.
85. Buhler Ch. Der menschliche Lebenslauf als psychologisches problem. – Leipzig: Hirzel, 1933.
86. De Vogler, K., & Ebersole, P. (1980). Categorization of college students' meaning of life. *Psychological Reports*, 46, 387–390.
87. De Vogler, K., & Ebersole, P. (1983). Young adolescents' meaning in life. *Psychological Reports*, 52, 427–431.
88. Debates D. L. Sources of meaning: an investigation of significant commitments in life // *Journal of Humanistic Psychology*. – Fall 99. – Vol. 39. – Issue 4. – P. 30–58.
89. Debats D. L., Drost J., & Hansen P. Experiences of meaning in life: A combined qualitative and quantitative approach // *British Journal of Psychology*. – 1995. – № 86. – P. 359–375.
90. Ebersole P., & De Paola S. Meaning in life categories of later life couples // *Journal of Psychology*. – 1987. – 12. – P. 185–191.
91. Ebersole P., & De Vogler-Ebersole K. Meaning in life of the eminent and the average // *Journal of Social Behavior and Personality*. – 1985. – 1. – P. 83–94.
92. Giorgi A. Psychology as a human science. – New York: Harper and Row, 1970. – 245 p.
93. Greening T. Existential challenges and responses // *The Humanistic Psychologist*. – 1992. – Vol. 20. – № 1. – P. 111–115.
94. Kaufman S. R. The ageless self' Sources of meaning in late life. New York: Meridian, 1986.

95. Lukas E. *Meaningful living: A logotherapy guide to health*. New York: Grove, 1986.
96. Maddi S. R. *Existential Analysis // The encyclopedic dictionary of psychology* / R. Harre, R. Lamb (Eds.). – Oxford: Blackwell, 1983. – P. 223–224.
97. Maddi S. R. *Existential Neurosis // Current Personality Theory* / Ed. R. Corsini. – Itasca: Peacock Books, 1979.
98. Maddi S. R. *The search for meaning // The Nebraska symposium on motivation 1970* / W. J. Arnold, M. H. Page (Eds.). – Lincoln: University of Nebraska press, 1971. – P. 137–186.
99. Maddi, S. (1967). The existential neurosis. *Journal of Abnormal Psychology*, 72, 311–325.
100. May R. *Freedom and Destiny*. – New York: Norton, 1981.
101. May R. *Love and Will*. – New York: W. W. Norton, 1969. – 352 p.
102. May R. *Psychology and Human dilemma*. – Princeton: Van Nostrad, 1967.
103. Schneider K. J. *The psychology of existence: an integrative, clinical perspective* / Schneider K. J., May R. – McGraw – Hill, 1995. – 330 p.
104. Spranger E. *Lebensformen*. Halle, Germany: Niemeyer, 1922
105. *The human quest for meaning: a handbook of psychological research and clinical applications* / Wong P. T. P. & Fry P. S. (Eds.). – Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 1998.
106. *The individual psychology of Alfred Adler: A systematic presentations in selections from his writings*. – N. Y.: Harper and Row, 1956.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
Глава 1. ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ ЖИЗНЕННОГО ПУТИ ЛИЧНОСТИ.....	5
Глава 2. ГУМАНИСТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ ЖИЗНЕННОГО ПУТИ ЛИЧНОСТИ.....	59
§ 1. Психологическая проблематика жизненного пути личности в работах А. Адлера и К. Г. Юнга.....	60
§ 2. Психологическая концепция жизненного пути личности в работах Ш. Бюлер.....	87
§ 3. Психология бытия в работах А. Маслоу.....	93
Глава 3. ОТЕЧЕСТВЕННАЯ ПСИХОЛОГИЯ ЖИЗНЕННОГО ПУТИ ЛИЧНОСТИ.....	109
§ 1. Философско-психологическая концепция жизненного пути личности в работах С. Л. Рубинштейна и А. Н. Леонтьева.....	109
§ 2. Психологическая концепция жизненного пути личности в работах Б. Г. Ананьева .....	136
§ 3. Психология человеческого бытия.....	145
ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА .....	161

Учебное издание

**Карпинский** Константин Викторович

**ПСИХОЛОГИЯ ЖИЗНЕННОГО  
ПУТИ ЛИЧНОСТИ**

Учебное пособие

Редактор Е.А.Смирнова

Компьютерная верстка: Т.А.Коваленко

Сдано в набор 06.02.2002. Подписано в печать 23.04.2002.

Формат 60x84/16. Бумага офсетная №1.

Печать офсетная. Гарнитура Таймс.

Усл. печ. л. 9,7. Уч.-изд. л. 10,5. Тираж 170 экз. Заказ

Учреждение образования «Гродненский государственный  
университет имени Янки Купалы».

ЛВ №96 от 02.12.97. Ул. Пушкина, 39, 230012, Гродно.

Отпечатано на технике издательского отдела

Учреждения образования «Гродненский государственный  
университет имени Янки Купалы».

ЛП №111 от 29.12.97. Ул. Пушкина, 39, 230012, Гродно.