**Экзистенциально-феноменологическое направление в социальной психологии**

**Особенности экзистенциально-феноменологического подхода в социальной психологии.**

Каждый человек видит мир по своему, отражая собственную субъективность. Понимание этой субъективности, индивидуально уникальным образом окрашивающей само- и мировосприятие предполагает изучение природы субъективных переживаний, процессов и механизмов, лежащих в основе человеческих предубеждений, иррациональных действий и т.п.

В приведенном контексте человеческое миро- и самовосприятие может быть уподоблено процессу создания сказочного мира. Человек в силу своей субъективности конструирует свои собственные, часто не имеющие под собой рациональных оснований, образы самого себя и окружающего. Эти образы или "сказки" и определяют характер интерпретации происходящего. Более адекватные "сказки" предоставляют возможность более адекватных взаимоотношений с самим собой и окружающим миром, менее адекватные - лежат в основании соответствующих проблемных полей. Причем, сам психолог уподобляется доброму сказочнику, знающему множество сказок и помогающий клиенту заменить неадекватную "сказку" на более адекватную. При внешней метафоричности предложенного образа в нем отражена сформировавшаяся в последние годы в социальной психологии ориентация на изучение "жизненной" феноменологии, нахождение объяснений своеобразия интерпретации "жизненной" эмпирии с позиций конкретного человека, а не некой абстрактной сущности.

В социальной психологии и психологии личности эта ориентация наиболее последовательно представлена в рамках экзистенциально-феноменологического подхода, позиции которого разделяются психологами феноменологического, экзистенциального, конструктивистского, дискурсивного, гуманистического направлений, а так же многими исследователями когнитивной и психодинамической традиций, занимающихся проблемами человеческой самости, социального познания, интра- и интерсубъективности.

Kelley (1955) подчеркивал, что для понимания личности значительно более важным является изучение не фактов и событий самих по себе, а их интерпретаций. Человек в своем взаимодействии с самим собой и окружающим миром оперирует не некой абстрактной объективной реальностью, а своей интерпретацией этой реальности. Являя активное и творческое бытие он создает свои, опосредованные контекстом культуры и субкультуры, а так же индивидуального психофизического своеобразия, версии различных аспектов бытия, выступающие в форме личностных конструктов или схем, которые и определяют отношение и понимание происходящего. Эти конструкты или схемы представляют своеобразный алфавит когнитивных репрезентаций мира, без знания которого понимание личности становится искаженным.

Rotter (1954) в своей попытке когнитивизации бихевиоризма подчеркивал, что в реальном мире реальных людей существует огромное количество двусмысленностей и изменчивости в интерпретациях и ожиданиях в отношении различных событий и фактов. Без знаний о специфике индивидуальных репрезентаций этих событий и фактов становится невозможным предсказание поведения.

Смещение акцентов в сторону "оживления" социальной психологии посредством обращения к феноменологии реальной жизни реальных людей было простимулировано и бунтом студентов психологических факультетов американских университетов против академической психологии с ее ориентацией на использование естественнонаучной методологии и лабораторного эксперимента. Едкие замечания о том, что американская экспериментальна социальная психология дает лишь знания об особенностях американских студентов - психологов, составлявших подавляющее большинство участников лабораторных экспериментов, и ничего более вынуждали искать новые подходы и инструменты исследования.

Теории, основывающиеся на позициях экзистенциально-феноменологического подхода оказались наиболее продуктивными в нахождении ответов на поставленные вопросы. Не смотря на существующие расхождения в трактовке понятий и интерпретаций анализируемых феноменов общим для них является интерес "жизненной" эмпирии и интерпретации.

В соответствии с линией, проводимой автором в изложении материала начнем рассмотрение специфики экзистенциально-феноменологического подхода с анализа его философско-методологических оснований.

**Философские основания экзистенциально-феноменологического подхода в социальной психологии.**

Фундаментом экзистенциально-феноменологического подхода в социальной психологии являются онтологический плюрализм, а так же философский экзистенциализм и феноменология, создающие необходимые основания для критики естественнонаучного подхода, доминирующего во многих направлениях психологический исследований.

Феноменология изучает феномены в порядке прояснения того, как переживается человеком объектный мир и как он представлен в нашем сознании. Так, например, феноменология пытается более адекватно понять человеческие состояния, в том виде как они проявляются в условиях жизненных переживаний. Экзистенциальный аспект феноменологии основывается на идее о том, что содержанием человеческого бытия является его существование, которое, как это следует понимать, обнаруживается в неизбежном процессе отношений или движения от бытия, в конечном счете, приводящего к небытию (Woolfe и Dryden, 1996, с. 180). Взятая в контексте психологии, "экзистенциально-феноменологическая психология ... превратилась в психологическую дисциплину, которая ищет объяснения сущности, структуры или форм как человеческой жизнедеятельности, так и человеческого поведения, как обнаруживаемых посредством описательных по своей сути техник, включающих дисциплинированную рефлексию" (Valle at al., 1989: 6).

Феноменология, как философская система, зарождается в начале века. Ее основатель, EdmundHusserl (1859-1938), первоначально занимавшийся математикой и естественными науками, поставил себе целью разработку феноменологии, как фундаментальной философии для всех научных исследований (Husserl, 1977). Пытаясь сделать это он столкнулся с мучительным "дуалистическим расщеплением между субъектом и объектом, на котором основываются естественные науки, и что является источником серьезных ошибок и необходимо, наоборот, фундаментальное единство, основанное на феномене сознания, которое и призвано раскрыть феноменология" (там же). Помощник HusserlMartinHeidegger (1889-1976) расширил рамки анализа, сконцентрировавшись на вопросах человеческого бытия, предоставив важные стимулы для развития экзистенциальной феноменологии.

В то время как доминирующие в философии и психологии взгляды утверждали обособленность или различие между индивидом и миром (или между "самостью" и "другими", "субъектом" и "объектом"), экзистенциально-феноменологическая модель отрицает это отличие и предлагает вместо него целостный взгляд на бытие, согласно которому все что есть или может быть, все что осознается, все что мы отражаем, определяем или различаем порождается отношением. Само переживание бытия, например, открывается осознанному отражению, когда помещается в контекстуальные отношения бытия-в-мире (или Deisen). Таким образом, отражение бытия и фокус внимания, или объект отражения являются взаимно фундаментально определяемыми или со-конституируемыми, через их различные экзистенциальные отношения (Heidegger, 1962).

Структурная тенденция или "данность", через которую существуют отношения, в экзистенциально-феноменологической теории была обозначена как интенциальность. Интенциальность рассматривается как фундаментальные, единовременные и не обособляемые отношения между человеческим сознанием и миром (следует сказать, что наше сознание всегда представляет какую-либо "вещь"), в которых "реальность, как человечески переживаемая, формируется или интерпретируется. Рассматриваемая с точки зрения "бытия", интенциальность обнаруживает, что через процесс реконструирования значений-возможностей этих "вещей", с которыми мы находимся в отношениях, мы так же реконструируем значения-возможности конструирования вещей бытием (т.е. самими собой). Если это так, то упоминание об интенциальности обнаруживает, что "самость" и "другие" (или, "мир") делаются значимыми или "приходят в бытие" через их взаимозависимые, со-конституированные отношения. Одним из важных следствий этой аргументации является то, что каждый из нас активно вовлекается или вплетается в конструирование или пытается означить наши переживания мира - которое включает наше переживание себя самих, других людей и всех качеств, объектов и умственных процессов, создающих нашу жизненную реальность (Woolfe и Dryden, с. 181).

Этот взгляд находится в резкой оппозиции с наивными выводами, основанными на естественнонаучных взглядах, устанавливающими, что мы можем говорить о самой возможности безличностной истины, или объективной природе реальности. Наоборот, экзистенциально-феноменологическая модель утверждает, что мы никогда не можем обладать абсолютно истинным знанием о реальном мире, а только знаниями о мире интерпретируемом - мире, который существует в нашем отражении. В таком случае все наши утверждения о мире или любом его аспекте - включая, конечно и самих себя - являются в лучшем случае приближениями. Мы никогда не можем говорить о фактах с полной уверенностью в их истинности в силу того, что все наши утверждения обнаруживают ограниченность нашими же способностями описывать или понимать вещи такими, какими они есть в реальности.

Некоторые, если не большинство этих ограничений и выводов, могут быть сделаны эксплицитно. Многие же выводы являются плодом наших вымыслов и воображения. Ни одно из биологических, нейропсихологических, а иногда и психических ограничений не могут быть преодолены и оставлены в стороне и они всегда будут присутствовать в любом рефлективном утверждении, которое мы делаем о мире или самих себе. Открытие и разъяснение этих данностей (или интерпретативных ограничений) нашего опыта формируют один из самых важных аспектов экзистенциально-феноменологического подхода, представляющего попытку преодоления социокультурно и психологически обусловленных предубеждений и выводов.

Основным инструментом, посредством которого экзистенциально-феноменологическая модель исследует и проясняет вопросы о сущности и существовании, является особый метод, обязывающий исследователя искать (1) возможности приостановления влияния собственных предубеждений и предположений на открытость и доступность чьих-либо переживаний, жизненный опыт; (2) оставаться на описательном уровне интерпретации в целях сосредоточения на непосредственных или первичных данных опыта; (3) горизонтализации единиц описания путем избегания построения какой-либо иерархии важности или значимости между ними - особенно на ранних этапах исследования. Не смотря на то, что данный метод всегда обречен на неполноту и незавершенность, он предоставляет возможность увеличения адекватности этих предубеждений и предположений, воздействующих на любое наше столкновение с миром.

**Основополагающие теоретические подходы к личности в рамках экзистенциально-феноменологического подхода.**

В соответствии с экзистенциально-феноменологической моделью человеческое бытие обнаруживает:

"всеобщность, неразрывное единство или взаимосвязанность индивида и его мира ... В истинном смысле, личность рассматривается как не обладающая существованием вне мира, а мир - как не обладающий существованием вне личности ..." (Valle и др., 1989, с. 7).

В применение к таким социальным наукам как социальная психология подход с позиций экзистенциально-феноменологической модели остается открытым и обладающим возможностью к огромному ряду жизненных проявлений. Такой взгляд на личность тщательно избегается различными современными теоретическими моделями личности, предпочитающими искать категоризации или типологизации личности или пытающихся раздифференцировать или сократить ее рассмотрение до уровня различных частей или компонентов. В противоположность этим подходам "экзистенциально-феноменологический подход стремится к сохранению описательного и открыто-законченного уровня анализа человеческой жизни, которая, одновременно, признает как уникальность каждого бытия-в-мире, так и видоразделенность транскультуральной данности бытия человеком, устанавливающей границы - или инварианты данности - для возможностей нашей жизни" (Woolfe и Dryden, 182-183).

В этом случае человеческие органы чувств, предоставляющие основу для получения информации, переводимой в перцептивные образы нашим мозгом, являются видообусловленными и ограниченными. Предоставляя нам возможность осознанного переживания стимулов внешнего мира органы чувств, в силу их собственной ограниченности, делают невозможным гипотетическое утверждение о том, что они могут улавливать все возможные стимулы, воздействующие на них. В отличие от других живых организмов, чьи сенсорные характеристики могут быть отличными или гармонизирующимися иным образом, человеческое бытие регулируется некоторыми фиксированными "инвариантами", существующими на видовом уровне.

В то же время, на само- и мировосприятии человека сказываются искажающие или предубеждающие влияния, обусловленные на социо-культурным контекстом, который, в свою очередь, влияет как на способ перцептивной переработки, так и на значения, интерпретации предоставленных нам объектов восприятия. Психолог, интересующийся перцептивными процессами принимает во внимание огромное число таких инвариантов - как видового, так и социо-культурного уровней (Spinelli, 1989). Более того, существуют так же искажения, порождаемые самим индивидом - т.е. формируемые уникальной жизненной практикой и взаимодействиями, которые имеет каждый из нас с окружающим миром. Все эти ограничения приводят к выводу о том, что мы как люди интерпретируем мир в пределах "данностей" наших видовых возможностей, находясь под влиянием предубеждений и предположений, порождаемых социо-культурными различиями и уникальностью нашего собственного развития.

Например, по мнению Spinelli, "данностями" нашего вида могут казаться веще-подобное видение реальности, "специально обозначенные или наименованные вещи, которые каждый из нас осознает и образ или способ того, как это происходит, зависят от различных лингвистических, социо-культурно порождаемых влияний, так же как и влияний нашего собственного опыта, предрасполагающего или предубеждающего нас воспринимать таким образом, каким мы воспринимаем. (Spinelli, 1994: 293).

Эта позиция вызывает волнующие перспективы, помещая человеческую личность и ее жизнь в неопределенную, релятивистскую реальность, будучи в которой, вне зависимости от значений, которые мы можем обнаружить для себя и вне зависимости от длительности сохранения уверенности в их истинности, они никогда не будут полностью независимыми и лишенными предубеждений. Более того, возможности человеческого переживания ограничены и формируются с помощью ряда инвариантов, посредством которых каждое бытие-в-мире интерпретирует переживания своим уникальным образом. Кроме того, в силу со-конституированности существования, каждое бытие-в-мире является характерно открыто-законченным и является скорее постоянно изменчивым и пластичным, нежели фиксированным и полностью определенным.

Изложенное предполагает, что если бытие уникально и пластично, то мы должны предполагать, что существование никогда не может быть полностью постигнуто, т.к. переменные, составляющие переживания каждого человеческого бытия в мире, недоступны в каком-либо целостном или завершенном виде по отношению к любому другому человеческому бытию. В лучшем случае по отношению к другому бытию может быть достигнуто некоторое ощущение особенностей его переживания мира с течением времени становящееся, возможно, все более и более адекватным, но никогда - общим или полным. С позиций экзистенциально-феноменологической психологии этот вывод можно проинтерпретировать следующим образом - каждый из нас является одиноким в собственном переживании реальности. "И как это ни парадоксально, это одиночество существует именно потому, что мы находимся во взаимоотношениях друг с другом" (там же, с. 294).

Не удивительно, что когда мы пытаемся осознать все влияние подобного рода идей, мы сталкиваемся, прежде всего, с бессмысленностью бытия в силу того, что оно не имеет внутренне свободного значения. В этом контексте и значение является гибким и пластичным понятием, существующим в со-конституальности. Наиболее концентрированно этот вывод выражается в следующем высказывании Spinelli:

"Наша потребность наделять вещи значениями (определяя, расчленяя или ограничивая их) кажется другой "данностью" нашего вида. Наша нетерпимость к бессмысленности оказывается глубоко укоренившейся, даже фундаментальной характеристикой. Бессмысленность внушает нам беспокойство - что-либо кажущееся бессмысленным беспокоит нас таким образом, что мы отказываемся принимать его и пытаемся найти пути придания ему значения - обычно посредством связывания с другими объектами, значение которых известно нам и с которыми он кажется обладает сходными характеристиками, или посредством приписывания ему определенного рода функциональных предназначений, которые, снова, помещают его в "означенный" контекст, порождаемый нашим опытом (там же, с. 294-5).

Приведенная цитата Spinelli во многом совпадает механизмами формирования социальных репрезентаций, описанных Moscovici, в частности, якорения, предполагающего своеобразное сцепление нового знания со старым путем его трансформации в понятную для здравого смысла форму, не вызывающую когнитивного диссонанса. Это, в свою очередь показывает пересечение идей в отношении специфики социально-познавательной активности людей с позиций разных исследовательских и научно-теоретических традиций и школ.

Экзистенциально-феноменологическая модель использует по отношению к определению неизбежности экзистенциального беспокойства по поводу бытия понятие "angst". Оно обозначает беспокойство, возникающее в связи с признанием того, что в мире нет никаких иных значений кроме тех относительных, которые мы создаем сами, что мы не можем полагаться на несомненность фактов или целей, что мы не можем знать того, что с нами произойдет если мы будем отвергнуты миром, когда мы перестанем быть людьми. Эта временность, выражающая наше событийное ничтожество рассматривается как наиболее фундаментальный источник angst (vanDeurzen-Smith, 1988; Heidegger, 1962).

Ничтожество, бессмысленность и одиночество являются той ценой, которую мы должны платить за нашу свободу или наши попытки быть аутентичными как человеческие бытия (Heidegger, 1962). В наших попытках избегания переживания angst мы "дегуманизируем" самих себя. Мы становимся пассивными, безответственными, кажемся детерминированными волей и капризами других и ищущими спасения от внешней правды, перманентных значений, утверждений о высшей заинтересованности в истинности взглядов и целей для нашей жизни. Эта позиция в отношении жизни была определена как неаутентичность (Heidegger, 1962) или нечестность (Sartre, 1956) и ее апелляции ясно сводятся к снижению беспокойства и неопределенности бытия-в-мире (Spinelli, 1996, стр. 184).

Экзистенциально феноменологическая идея выбора часто неверно интерпретируется, сводясь к утверждению о том, что мы обладаем полной свободой выбора кем и каким "быть" По мнению того же Spinelli, "этот вывод полностью неверен" (Spinelli, 1994, стр. 185). Выбор, в котором мы свободны порождается ситуативной свободой, т.е. свободой в рамках границ наших интенциальных отношений друг к другу, как со-конституированности "бытия-в-мире". Мы не свободны в выборе того, чего хотим. А скорее свободны в выборе того, как реагировать на неизбежные и непредсказуемые "стимулы" мира. Словами Sartre "мы осуждены на выбор" (Sartre, 1956). Следовательно, наш выбор соответствует уровню интерпретаций, а не событийному или стимульному уровню. Таким образом, экзистенциальный выбор можно понимать как выбор, существующий через принятие неопределенности представляемой на жизнью. В этом контексте angst не представляет беспокоящий аспект жизни, с которым приходится работать психологу. Скорее он представляет возможность и ответственность бытия - быть радостным или отчаявшимся, жизнеутверждающим или конформным по отношению к нашей событийной ничтожности.

Еще один аспект рассмотрения природы и специфики своеобразия индивидуального конструирования внутреннего и внешнего мира человеком представлен в конструктивизме, наиболее радикальной формой которого является социальный конструктивизм. Конструктивизм, уходящий своими корнями в фундаментальные работы таких философов как Vico и Kant, является термином, который сегодня применяется для обозначения многочисленных подходов в различных областях научного знания включая экономику, биологию, математику, физику, социологию, а так же социальную психологию.

В психологии конструктивизм "относится к ряду теорий, разделяющих утверждение о том, что человеческие знания и жизнедеятельность предполагают (про)активное участие индивидов" (Mahoney, 1988: 2).

Двумя другими характерными для конструктивистских психологических теорий чертами являются "морфогенические ядерные структуры" и "само организуемое развитие". Первое относится к взглядам на то, что люди структурированы таким образом, что ядерные процессы доминируют над более периферическими аспектами личностного функционирования. Второе по существу означает, что каждый из нас организует свое развитие таким образом, чтобы поддерживать в равновесии и сохранять собственную идентичность. Цитируя Guidano (1987: 3), "сохранение чьей-либо осознаваемой идентичности становится столь же важным, как самой жизни". Как мы увидим в дальнейшем, две эти характеристики конструктивистов являются центральными в практической работе психологов.

**Психологические предпосылки экзистенциально-феноменологического подхода.**

У истоков формирования экзистенциально-феноменологического подхода, а точнее исследования уникальности индивидуального само- и мировосприятия стояло много выдающихся психологов, особе место среди которых занимают WilliamJames, GordonAllport, KurtLewin и KarlRogers.

James в своих Принципах психологии представил одно из самых блестящих феноменологических описаний человеческой самости. Он в меньшей степени интересовался вопросами индивидуального своеобразия человеческой самости, уделяя основное внимание универсальным аспектам сознания, которые представляют его номотетический аспект.

Отмечая постоянную изменчивость сознания, представленную сложным соотношением моментального "I" и пережитого "Me", James подчеркивал, что оно никогда не бывает идентично одинаковым. "Любое размышление о данном факте, строго говоря, уникально и лишь частично сходны с другими размышлениями об этом же факте" (1950: 233-234). Каждое новое размышление в снятом виде включает предшествующее и, одновременно, дополняет его новым содержанием. По мнению James сознание уподобляется непрерывному потоку, в котором каждый элемент сцеплен со всеми другими элементами и, одновременно, отличен от них. Он выделяет четыре свойства сознания:

1. Каждое "состояние" сознания стремится быть частью личного сознания.

2. В каждом личном сознании, состояния постоянно сменяются.

3. Каждое личное сознание чувствуется, как непрерывное.

4. Оно заинтересовано в некоторых частях своего объекта, а в других нет, и все время оно или принимает или отвергает те или другие части, - одним словом, выбирает среди них (Джемсъ, 1902: 115).

Подчеркивая уникальность каждого сознания в его интерпретации окружающего Jamesотмечает "никакая мысль невидимо не входит непосредственно в мысли другого личного сознания, как принадлежащая ему. Абсолютная уединенность, несократимая множественность, - вот закон... Ни одновременность, ни близость в пространстве, ни сходство по качеству и содержанию не способны заставить проникнуть друг в друга те мысли, которые отделены барьером принадлежности разным личным сознаниям" (там же, с. 116). Обосновывая субъективность индивидуального сознания James утверждает, что каждый объект, проходящий перед сознанием всегда имеет ореол, образуемый отношениями, окружающими образ (там же, с. 126).

GordonAllport (1937) первым подчеркнул уникальность каждой личности, обусловленную интегрированными паттернами, отличающими каждого человека от другого. Формулируя идею "функциональной автономии" он связывает автономность человеческих мотивов с уровнем зрелости. У Allport человеческие мотивы всегда современны, т.е. моментальны как и у James. "То, что побуждает должно побуждать в данный момент. Характер мотивов радикально изменяется с момента рождения до зрелости, что дает основания говорить о том, что мотивы взрослого вытесняют мотивы новорожденного" (1940: 545).

Allport постоянно подчеркивал центральность категории самости для рассмотрения личности. Для фиксации специфичности именно человеческой самости как социальной он ввел специальное понятие - proprium, как основание последовательности, характеризующееся аттитюдами, целями и ценностями. Этот proprium не является априорным, а развивается во времени, предоставляя чувство самоидентичности, самооценки и образа самого себя. В своих рассуждениях Allport концентрируется на текущих переживаниях человека, его феноменологической самости и условиях адаптации. Характерным для него является холистический взгляд на личность как интегрированную и биосоциальную, иллюстрацией чего является приводимая ниже таблица.

1. Мотивы становятся независимыми от своих корней (функциональная автономия);

2. Развитие proprium или самости характеризуется: телесными ощущениями; самоидентичностью; образом самого себя; самооценкой; самопротяженностью; рациональным мышлением;

3. Уникальные, интегрированные паттерны адаптации отмечают личность как целостность.

Таблица Х.Х. Некоторые отличительные черты индивидуальности по Allport.

Приводится по: Mischel, W. Introduction to Personality. NY: Harcourt Brace College Publishers, 1993, стр. 233.

На формирование основ феноменологического подхода к рассмотрению социально-психологической проблематики огромное влияние оказали идеи теории поля Lewin, общая характеристика которых уже была представлена ранее. Обосновав необходимость внесения в контекст рассмотрения личности ее непосредственного и опосредованного окружения, Lewin предлагает ставшую классической формулу поведения личности как функции от ее личностных особенностей и особенностей окружения:

B = f(P, E)

Сформулированный им принцип современности лежит в основании основного постулата экзистенциально-феноменологического подхода - анализа того, что происходит здесь и сейчас в рамках конкретной личности и ее жизненного пространства. Обвинения Lewin в якобы аисторизме беспочвенны, т.к. он не отрицал влияния предшествующей истории и антиципируемого будущего на поведение человека, а подчеркивал, что как первое, так и второе оказывают лишь косвенное влияние, т.к. присутствуют в снятом, трансформированном виде, а не в изоморфном. Понимание личности в ее социальном взаимодействии предполагает понимание того, что в ней происходит в конкретной временной точке жизненного пространства. Представляя собой динамическое поле сил это пространство постоянно изменяется оказывая влияние на само- и мироощущение индивида.

Как уже отмечалось раннее идеи Lewin на много опередили свое время и долго остававшись в забвении начали со всей полнотой осознаваться и реализовываться лишь в 1990-е годы (Mischel, 1993: 235-236).

Акцентирование внимания на субъективных переживаниях и восприятиях индивида, его самости заложили фундамент для гуманистического подхода к рассмотрению человека по своей сути являющегося экзистенциально-феноменологическим. Исходя постулата о позитивной природе человека Maslow подчеркивает, что любой человек отчасти является своим собственным продуктом, проектируя и делая себя (1965: 308).

Эти идеи совпадают с идеями европейской традиции экзистенциализма, представленной такими мыслителями, как Kierkegaard, Sartre, Camus, а так же швейцарских психиатров Binswanger и Boss. Ключевые черты данной ориентации наиболее полно выражены американским последователем экзистенциальной психологии RolloMay, обосновывавшим полезность любого рода информации, поступающей от клиента

"Но если я сижу здесь, то я в основном думаю об этих почему и как, связанных с проблемой, я схватываю все за исключением самого главного, существующей личности. Более того, я схватываю все за исключением единственного реального источника данных, который я имею , а именно, этого переживаемого человеческого бытия, этой существующей сейчас личности, становящейся, "строящей мир", непосредственно в этой комнате, рядом со мной, как это утверждают экзистенциальные психологи" (1961: 308).

Акцентация внимания психолога на то, что происходит в само- и мировосприятии человека здесь и сейчас, а не на отдаленных исторических причинных основаниях, коренящихся в раннем детстве как это имеет место в психоанализе является наиболее характерной особенностью экзистенциально-феноменологического подхода. Более того, как это отмечает <MISCHEL< SPAN>, "экзистенциальная ориентация рассматривает человеческое бытие, как обладающее способностью выбора и ответственности, нежели как жертву бессознательных сил и привычек прошлого" (1993: 236).

Экзистенциалисты предполагают, что мы с неизбежностью становимся строителями собственной жизни и что каждый человек является:

1) выбирающим агентом, не способным избежать выборов на протяжении своей жизни;

2) свободным агентом, который свободно устанавливает свои жизненные цели;

3) ответственным агентом, лично отвечающим за свой жизненный выбор.

Наше существование в жизни дано нам, но наша сущность заключается в том, что мы делаем в своей жизни, с каким значением и ответственностью конструируем ее (там же, с. 237). Активность человека в построении себя самого проявляется не в слепом реагировании на внешние и внутренние стимулы, а в активном поиске смыслов жизни, осознании своих возможностей и самоограничений, стремлении к самоопределению и аутентичности.

Наконец, понимание того, что означает бытие требует определения того, что означает небытие, отчуждение, бессмысленность, а так же неизбежности смерти. Именно осознание неизбежности перехода в небытие, судьбы и вызывает экзистенциальное беспокойство. Противоядием этому беспокойству является стремление к осмысленной, ответственной жизни, постоянно сопровождаемое обогащением представлений о собственном потенциале, бесконечности выбора и личностного роста.

Наиболее ярко эти идеи представлены в работах известнейшего психолога и психотерапевта Carl Rogers, к рассмотрению идей которого мы и приступим.

**Теория самости Carl Rogers.**

В своей теории личности Rogers провозглашает уникальность, субъективность переживаний личности. Он считает, что способ восприятие и интерпретации событий собственной жизни детерминирует поведение человека. Реальным для индивида является то, что существует в пределах внутренней системы координат человека или субъективного мира, включающего все, осознаваемое в любой данный момент времени Здесь очевидно сходство с предложенной мною в начале главы аналогии со "сказочной психологией". Человек сам строит свой мир, этот мир может быть адекватным или неадекватным, радостным или грустным и т.п., но в любом случае интерпретация им этого мира будет определяться тем его образом или "сказкой", который сформировался, и объяснения происходящего будет основываться на собственном опыте или опыте, принимаемом самим собой, и никогда - опытом абстрактным или абсолютным. Даже при условии гипотетического существования такового это всегда будет его субъективная версия или интерпретация.

Каждый человек обитает в своем субъективном мире и даже так называемый объективный мир науки так же является продуктом субъективных восприятий, целей и выборов. Т.к. никто другой, как бы усердно он не пытался, не может определить внутреннюю компетенцию человека. Никто другой не может быть больше осведомлен в том, чем является воспринимаемая реальность для конкретного человека. Лишь в том случае, если человек потерял веру в себя и полностью подчинился другим можно говорить о заданности его восприятий и интерпретаций, его несвободе, но даже эта несвобода все равно будет отличной от ее интерпретации любым внешним наблюдателем. Иными словами, как отмечает Mischel (1993: 237), потенциально каждый человек является наилучшим экспертом в отношении самого себя и обладает наиболее полной информацией о самом себе.

По мнению Rogers, "обычно поведение представляет собой целенаправленную попытку организма удовлетворить свои потребности, испытываемые в рамках воспринимаемого поля" (1951: 491). В этом утверждении подчеркивается что, то как человек рассматривает и интерпретирует события детерминирует и его реакции на них.

Как и для большинства других феноменологов одной из центральных категорий для Rogers является категория самости. Она определяется им как "организованный, последовательный, концептуальный гештальт, составленный из характеристик "I" и "Me", а так же их взаимоотношений с различными другими аспектами жизни, совместно с ценностями, прикрепленными к этим восприятиям" (1959: 200). В результате взаимодействия с окружением части перцептивного поля начинают дифференцироваться в самости. Эти воспринимаемые самости (Я-концепция), в свою очередь, начинают влиять на восприятия и поведение.

Rogers различает две системы - самость (Я-концепция) и организм. Они могут находится как в оппозиции друг к другу, так и в гармонии. В случае неконгруэнтных отношений формируется плохая приспосабливаемость к окружению, проявляющаяся в ригидности организации самости, потере контакта с актуальными переживаниями организма и ощущения напряженности.

Восприятие человека характеризуется избирательностью: мы пытаемся воспринимать и переживать окружающее в соответствии с особенностями Я-концепции, которая служит своеобразной системой координат для оценки и мониторинга состояний организма. Переживания, несовместимые с самостью могут восприниматься как угрожающие и чем больше эта угроза тем более устойчивой и защитной становится структура самости в попытках защитить самое себя. В то же время Я-концепция становится мене конгруэнтной по отношению к реальностям организма и теряет контакт с его актуальными запросами. Возможности защитных и, одновременно, искажающих адекватность интерпретаций весьма велики и одной из важнейших задач психологической работы с клиентом выступает их преодоление.

В целом, теоретические построения Rogers отражают многие ключевые позиции экзистенциально-феноменологического подхода к личности - восприятие личностью реальности, субъективные переживания, организмические стремления к самоактуализации, потенциал роста и свободы.

Особое место в развитии экзистенциально-феноменологического подхода связано с работами GeorgeKelley, к рассмотрению которых мы и переходим.

**Теория личностных конструктов**

Как уже отмечалось основные черты экзистенциально-феноменологического подхода воплощены в довольно широком спектре различных теорий среднего уровня. Однако одной из самых наиболее разработанных и широко используемых из них является теория личностных конструктов GeorgeKelly (1955).

Теория личностных конструктов основывается на философском выводе о "конструктивном альтернативизме", утверждающем, что "все наши настоящие интерпретации универсума являются субъектом ревизии и изменения" (Kelly,1955: 15). Таким образом, мы не только конструируем мир, но и обладаем способностью реконструировать его. В предлагаемой Kelly логике "человека, как наивного ученого", каждый из нас уподобляется исследователю, формулируя гипотезы, проверяя их и, при необходимости, пересматривая. Эта по сути антиципационная природа человеческого функционирования выражается в "фундаментальном постулате" теории личностных конструктов: "Личностные процессы психологически канализированы путями антиципации событий" (Kelly, 1955: 4).

**Основные выводы теории личностных конструктов Kelly**

Kelly детализировал свой "фундаментальный постулат" в 11 выводах, раскрывающих процесс конструирования. Центральным в них является идея о развитии каждым человеком системы биполярных конструктов. Их биполярность означает, что каждый из наших конструктов представляет нам "путь движения" (Kelly, 1955: 128). Так, например, человек, ядерным конструктом которого является неуверенность в собственной эффективности, с большими опасениями относится к стратегии трансформации себя в плоскость обладания большей уверенностью. Выбирая какой полюс конструкта применить к событию, человек должен совершить выбор, который с большей вероятностью повысит его способности антиципировать мир. Это понятие может сделать более понятным выбор самодеструктивного поведения. Подтверждением чему являются результаты исследований Fransella (1972), показавшими, что заики не увеличивают интенсивность заикания до того момента, пока читаемый ими текст носит для них множественное значение и множественные возможности антиципирования их мира, как мира заик. Из этих примеров становится очевидным, что люди существенно различаются друг от друга в индивидуальных системах личностных конструктов. Конструирование особенностей процесса интерпретации других людей составляет сущность близких отношений и, используя терминологию Kelly, требует ролевых взаимоотношений.

Первым выводом является признание уникальности личности: "люди отличаются друг от друга тем, как они интерпретируют события. Эта уникальность определяется, прежде всего уникальностью индивидуального опыта и создающего основания для формирования собственной точки зрения на интерпретируемые объекты. Таким образом, по Kelly, люди отличаются тем, что они интерпретируют объекты под разным углом зрения.

Второй вывод связан с признанием организованности личностных конструктов. По мнению Kelly, каждый из нас организует собственные конструкты по принципу иерархии, в которой одни элементы доминируют над другими. Отношения соподчинения между отдельными конструктами детерминируют наши предсказания, которые мы делаем в отношении нашего мира. Подчиняющий конструкт включает в себя все другие соподчиненные конструкты, которые, в свою очередь, включены в подчиняющие их. Продолжая в качестве иллюстрации приведенный выше пример, можно предположить, что человек с низкой ожидаемой эффективностью в отношении способностей к установлению межличностных взаимоотношений с незнакомыми людьми будет соответствующим образом антиципировать возможный исход своих будущих контактов с ними. Отношения соподчинения конструктов не являются универсальными для различных люде, но только знание их иерархической организации у конкретного человека и создает предпосылки для адекватного суждения и предсказания его поведения.

Следующим выводом является утверждение об обладании человеком свободы выбора: "Человек выбирает для себя ту альтернативу в дихотомическом конструкте, при помощи которой, по его ожиданиям, он получит большие возможности для расширения и определения своей системы" (1955: 64). Возможность выбора обусловлена оценкой вероятности расширит ли и уточнит данный конструкт наше понимание мира. Так как наш социальный мир находится в процессе постоянного изменения необходимость обладания способностью адаптации к этим изменениям особенно велика, что и определяет своеобразие выбора того или иного конструкта или его элемента.

Развитие системы конструктов осуществляется либо в сторону повышения определенности, либо в сторону расширения наших представлений. Определенность включает в себя выбор более валидной или репрезентативной альтернативы. Другой линией разработки конструктов является расширение, включающее в себя выбор альтернативы, расширяющей возможности понимания событий, т.е. повышения диапазона применимости конструкта. Расширение обладает большим потенциалом ошибок по сравнению с определенностью, но, зато и включает значительно большие объемы информации. Определенность у Kelly ассоциируется с безопасностью, а расширение - с риском. В частности, в предпочтениях к определенности или расширению представлений проявляется выбор между известной, обкатанной стратегией поведения или использование новой. Например, если человеку скучно, то он будет склонен к расширению, если он расстроен - к определенности.

Особенности осуществления выбора в неопределенной ситуации в логике Kelly подчиняются циклу ориентировка - выбор - исполнение (OCP), который заключается в последовательном обдумывании нескольких вероятных конструктов и остановка на том, который кажется более продуктивным для интерпретации ситуации. На фазе ориентировки осуществляется сопоставление альтернативных конструктов друг с другом, на фазе выбора - ограничение альтернативных конструктов (гипотез) до наиболее оптимального числа и, наконец, на фазе исполнения - избрание конкретного направления действий и осуществление соответствующего поведения. Причем количество циклов не является строго ограниченным - человек может пройти несколько циклов прежде чем решится на окончательный выбор.

Следующим выводом является утверждение об опыте: "Система конструктов человека меняется в соответствии с успешностью повторной интерпретации явлений" (там же, с. 72). В данном случае речь идет о пересмотре конструктов под влиянием текущих событий либо подтверждающих, либо опровергающих их валидность. Повторное подтверждение валидности конструкта приводит к переводу его на более высокий уровень иерархии и, наоборот. В то же время повторное подтверждение валидности конструкта приводит к повышению его ригидности с чем, по всей видимости, и связан повышающийся с возрастом консерватизм оценок и мнений.

С выводом об опыте связан вывод о научении, представляющем процесс формирования гипотез о происходящих в мире событиях, уточнения этих гипотез и, при необходимости, формулирования новых. В данном случае включаются механизмы обратной связи, позволяющие проверять адекватность наличного опыта в отношении его продуктивности и прогностичность.

Конкретизация и уточнение условий изменения системы конструктов представлена в выводе о модуляции: "Изменение системы конструктов личности, - отмечает Kelly, - лимитизировано проницаемостью конструктов, определяемой диапазоном применимости изменений" (там же, с. 77). Категория проницаемости, как и ее идея аналогична идее проницаемости - непроницаемости границ жизненного пространства Lewin. Чем более проницаемы конструкты, тем выше возможность изменения структур, к которым они относятся . Примером ригидной структуры или непроницаемости конструкта являются "больная идея" или укоренившийся в сознании стереотип.

Анализируя социальные отношения Kelly формулирует выводы об общности и сотрудничестве. В выводе об общности представлена идея сходства в оценках между людьми, или в его терминологии - личностных конструктов, что объясняется им тождеством соответствующих психических процессов. В случае сотрудничества им подчеркивается наличие стремления понять своеобразие отражения действительности другими людьми, определяемое тем, "как первый анализирует процессы интерпретации второго" (там же, с. 95). Способность понимания точки зрения другого человека, его системы личностных конструктов, по мнению Kelly, является решающим условием продуктивности социального взаимодействия.

Наши предсказания в отношении будущих событий могут быть либо валидными, либо не валидными. Столкновение с не валидностью может привести к необходимости реконструирования, которое может приобретать различные формы. Неоднократное подтверждение не валидности конструкта первоначально приводит к его ослаблению, а затем к изменению, с возможным понижением уровня иерархии. Вполне очевидно, что человек, сталкивающийся с не подтверждением основанных на его предшествующих представлениях ожиданий, начинает задумываться о необходимости переосмысления случившегося.

Особенности отношения к такого рода не валидности конструктов определяются, среди прочих факторов, типом конструкта. Например, в многочисленных исследованиях была показана особая устойчивость к изменениям конструктов, располагающихся на высших уровнях иерархии. В частности, MiltonRoceach (1979), более подробное рассмотрение теоретических построений которого будет представлено дальше, установил особую трудноизменяемость Типа А представлений. Объяснение этому факту многими исследователями находится в том, что в подобных случаях изменения затрагивают слишком большое число связанных нижерасположенных конструктов и представлений. В качестве примера, иллюстрирующего эту сложность может быть взят развод. Факт развода сопряжен с необходимостью изменения статуса, нахождением как само-, так и внешних оправданий, решением проблемы детей, имущества и, самое главное - с неопределенностью в будущем.

Конструкты высокого уровня иерархии центральные для идентичности личности были обозначены Kelly как ядерные конструкты. Они особенно устойчивы к изменениям, так как угроза их стабильности обусловливает "угрозу всеобъемлющих изменений в ядерных структурах человека" (Kelly, 1955: 489). Ряд ядерных конструктов, обозначаемых как ядерные ролевые конструкты, определяет индивидуальные характеристики способов взаимодействия с другими людьми. По Kelly чувство вины сопряжено с "очевидным смешением ядерных ролевых структур" (там же, стр. 502). В данном случае можно проследить некоторую аналогию с рассмотрением внутриличностного конфликта KurtLewin. Важно отметить, тем не менее, что вина не обязательно связана с социально не одобряемым поведением. Используя пример человека с низкой ожидаемой эффективностью в отношении своих межличностных контактов, можно ожидать , что чувство вины у него могут вызывать любые попытки проявить свою эффективность.

Другой анализируемой Kelly эмоцией является беспокойство, которое в его транскрипции увязывается с осведомленностью о том, что какие-либо конструкты не дают необходимых предсказаний по поводу возможного будущего развития событий. Для избегания или снятия беспокойства человеком могут использоваться самые разнообразные стратегии. Можно сужать рамки собственного мира события в котором необходимо предсказывать; можно, наоборот, расширять их за счет включения нового жизненного опыта в надежде, что он поможет разработать новую систему конструктов, позволяющих повысить предсказуемость и т.п. Из сказанного становится вполне очевидным, что люди могут ослаблять свои конструкты в целях избегания не валидности и связанного с ней внутреннего беспокойства; или сжимать отношения конструктов в попытках построения системы, "предназначенной для сужения беспокойства" (там же, стр. 849). Оптимальное функционирование включает циклическую взаимозаменяемость такого рода стратегий, что характерно для нормальных людей и не характерно для лиц с психическими отклонениями (Winter, 1996: 221).

Как и другие феноменологи Kelly придерживался холистического взгляда на природу личности и не делал традиционного различения между когнитивными, аффективными и волевыми составляющими деятельности. В своих теоретических построениях Kelly не нуждался и в категории мотивации, так как рассматривал личность, как "форму движения", не требующую никакой мотивирующей силы для приведения ее в движение. В этом контексте становится не удивительным выбор представленных выше его взглядов в отношении направленности движения индивида от беспокойства, ассоциируемого с неспособностью антиципации событий. Наконец, Kelly не использует и понятие неосознаваемого, хотя и признает наличие конструктов различных уровней когнитивной осведомленности, что является причиной того, что люди не всегда осведомлены в основаниях своего выбора. Некоторые из конструктов низкого уровня осведомленности, по мнению Kelly, являются превербальными и отсутствие вербальных обозначений обусловлено тем, что они формируются до того момента научения человеком языку.

**Основоположения теории личностных конструктов о природе личности.**

Рассмотрение природы человека Kelly отражает его общий тезис об определенности персонологических построений исследователя своеобразием его системы личностных конструктов. Признавая сам факт существования объективной реальности, Kelly подчеркивал уникальный характер ее интерпретации человеком, в том числе и ученым. Он выделяет девять пар биполярных конструктов, отражающих специфику его философских оснований, представленных в приводимой таблице Х.Х.

Таблица Х.Х. Основоположений Kelly о природе личности.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Сильная | Умеренная | Слабая | Средняя | Слабая | Умеренная | Сильная |  |
| Свобода |  |  |  | ■ |  |  |  | Детерминизм |
| Рациональность | ■ |  |  |  |  |  |  | Иррациональ-ность |
| Холизм |  | ■ |  |  |  |  |  | Атомизм |
| Наследствен-ность |  |  |  |  |  | ■ |  | Окружающая среда |
| Изменчивость | ■ |  |  |  |  |  |  | Неизменность |
| Субъективность | ■ |  |  |  |  |  |  | Объективность |
| Активность |  |  | Не при-ложимо | Не при-ложимо | Не при-ложимо |  |  | Реактивность |
| Гомеостаз |  |  |  |  |  |  |  | Гетеростаз |
| Познаваемость |  |  |  |  |  |  | ■ | Непознаваемость |

Приводится по: Hjelle, L.A. , & Ziegler, D.J. Personality Theories: Basic assumptions, research, and application. NY: McGraw-Hill, 1976, p. 231.

Свобода - детерминизм. В теории личностных конструктов Kelly люди представлены как свободные и, одновременно, не свободные от своего собственного поведения:

"Эта система личностных конструктов дает ему (человеку) и свободу решений, и ограничение действий - свободу потому, что она позволяет ему иметь дело со значениями событий, а не с силами, которые подталкивают его, и ограничение, потому что он всегда делает выбор в пределах тех же альтернатив, которые он выстроил для себя" (Kelly, 1958: 58).

В логике рассуждений Kelly свобода человека заключается в его потенциальной возможности любого выбора в огромном море существующих конструктов. Несвобода же наступает после совершения этого выбора - сделав выбор. Человек становится его рабом. Соотношение свободы и несвободы, т.е. детерминизма находится в сложной взаимозависимости друг от друга и в сложном переплетении друг с другом. Определившись в своем решении по конкретному поводу (и являясь абстрактно свободным в своем выборе), я задаю угол его восприятия и интерпретации, оказываясь несвободным от своей субъективности.

Рациональность - иррациональность. Являясь последовательным когнитивистом Kelly исходил из привата рационального в человеке. Используя модель наивного ученого, формулирующего гипотезы и проверяющего их он в принципе не мог привлечь к своим теоретическим построениям элементы иррационального. В противном случае был бы обречен сам конструктивный альтернативизм как методологическая основа.

Холизм - элементаризм. Kelly в своих воззрениях придерживался холистических позиций. Рассматривая поэлементно личностные конструкты, он постоянно подчеркивал момент их переплетенности, взаимосвязанности друг с другом. Об этом свидетельствует обсуждение вопросов иерархической организованности конструктов, зависимость подчиняющих конструктов друг от друга и их определяющая роль по отношению к соподчиненным конструктам.

Наследственность - окружающая среда. По отношению к данному измерению Kelly был последовательным сторонником привата окружающей среды, как детерминирующей своеобразие личностных конструктов личности. Приват окружающей среды является так же следствием социально конструктивистского подхода, которого он придерживался. Вместе с тем, не смотря на предпочтение фактору окружения, он отнюдь не гипертрофировал его роль как всеопределяющего. В отличие от бихевиористов человек отличается активным участием в конструировании собственного мировосприятия, он оценивает и анализирует окружающее, а не является его пассивным продуктом.

Изменчивость - неизменность. Теория Kelly является динамической. Эта динамичность характерна как для жизни, находящейся в постоянном процессе движения, так и для личности познающего, вынужденного постоянно менять систему конструктов, приспосабливая ее к изменяющейся среде. Люди меняют свои взгляды и формируют новые конструкты на протяжении всей своей жизни. Индивидуальные различия в динамике изменений системы конструктов определяется их проницаемостью. Если конструкты слабопроницаемы, то это характеризует ригидность человека и его трудную адаптируемость к текущим изменениям.

Субъективность - объективность. Признавая существование объективной реальности как таковой, Kelly отмечал, что по отношению к конкретному человеку она является абстракцией, т.к. в его сознании представлена лишь субъективная версия, интерпретация этой реальности. Причем у каждого человека имеет место элемент уникальности по отношению к одной и той же реальности. Уникальность отражения человеком окружающей реальности определяет как уникальность сформировавшихся у него личностных конструктов, так и уникальность самого этого субъективного отражения. Объективная реальность - субъективная интерпретация каждого из нас.

Активность - реактивность. Своеобразие позиции Kelly в отношении к данному измерению проявляется в том, что для него люди не активны и не реактивны - они просто живые. Так как жизнь это форма движения, то живые люди по самой своей природе должны быть активными.

Гомеостаз - гетеростаз. Ни стремление человека к внутреннему соответствию (гомеостазу), ни к саморазвитию и самоактуализации не являются актуальными для Kelly. Единственным мотивом, применимым по отношению к человеческой активности является мотив формирования последовательной и логически непротиворечивой системы личностных конструктов, позволяющей адекватно отражать мир, и динамически адаптироваться к изменениям в нем, а так же антиципировать эти изменения.

Познаваемость - непознаваемость. Являясь последовательным приверженцем доктрины конструктивного альтернативизма Kelly провозглашает реальность только событий внутреннего мира человека. Объективная реальность, с его точки зрения, не существует вне сознания человека, а следовательно представлена лишь в виде интерпретаций. Как следствие - природа человека непознаваема, она может лишь быть проинтерпретированной.

Открытость реальности множественности интерпретаций имела своим логическим следствием вывод о том, что и сама теория личностных конструктов является продуктом субъективных интерпретаций самого Kelly и ничем больше. Сам Kelly с обескураживающей простотой признавал справедливость данного вывода, что, возможно, со временем его теория может быть признана как "абсурд, который, весьма вероятно, в один прекрасный день изживет сам себя" (Kelly, 1970: 10). Как отмечают Хьелл и Зиглер, "с позиции своих философских воззрений, Kelly допускал, что поведение человека непознаваемо с помощью эмпирических исследований" (1997: 457).

**Подход Guidano и Liotti.**

Не смотря на то, что Kelly не рассматривал глубину развития конструирования, этому аспекту большое внимание уделялось другими феноменологами, особенно в рамках теории прикрепления (attachment). Например, Guidano и Liotti (1983) считают, что процесс прикрепления является центральным для развития познаний индивида о самом себе и мире или "организации значений личности". Guidano (1987) так же рассматривает процесс развития, как включающий взаимодействие когнитивного роста и "эмоциональной дифференциации", включающей развитие "эмоциональных схем", используемых в ассимилировании жизненного опыта индивида. Кластеры схем формируют "картины" (scenes), изображающие аспекты жизненного опыта личности и сходное повторение жизненного опыта приводит к развитию прототипических "ядерных картин", каждая из которых включает циклическое взаимодействие между двумя кластерами эмоциональных схем. Правила для связей ядерных картин разрабатываются в форме "скриптов", предоставляющих стабильное и связное чувство самости и мира и которые впоследствии могут быть организованы в "метаскрипты", в свою очередь, предоставляющие программы жизни индивида (Winter, 1996: 222). Эмоциональные схемы и скрипты представляют не выражаемый словами уровень знаний, а не эксплицитные модели самости и мира индивида.

Guidano приравнивает нормальное функционирование с организацией значений личности, обладающей способностью к гибкости и устойчивости в отношении к возрастающим уровням сложности посредством диалектического процесса ассимиляции их противоречий. В такого рода системах присутствует "существенное напряжение между противодействующими процессами", включая противоречия между процессами сохранения и изменения. Достигаемый динамический баланс требует абстрактной переработки, включающей "децентрацию" от мира непосредственно переживаемой жизни и "рецентрацию" самости. Индивид должен проявлять тенденцию к избирательному отношению к данным, совместимым с его личностной идентичностью и, при необходимости, перерабатывать жизненный опыт, несовместимый с индивидуальными представлениями о самости и мире. Это достигается посредством реконструирования личностной идентичности. Тем не менее, при "когнитивных дисфункциях" взгляды на себя настолько ригидны в отношении возможности реконструирования, что индивид вынужден искажать информацию, несовместимую с его представлениями и атрибутировать к внешним причинам, таким, как состояние болезни, эмоциональный дистресс, сопровождающий информацию, часто требующую изменения взглядов на значимые фигуры и т.п.

**Поток переживаний**

Как уже отмечалось выше, наряду с вопросами конструирования собственного само- и мировосприятия, столь же актуальными является проблемная область рассмотрения самости. Одной из линий, инициированных ещё James и описанных мною выше, является рассмотрение самости как потока сознания. В 1990-е годы наблюдается своеобразная реминисценция интересов к такого рода рассмотрению, наиболее интересной же версией является предложенная Csikszentmihalayi ( Чикченмихай ).

Csikszentmihalayi в своих исследованиях сосредотачивается на анализе феномена "потока переживаний". Идея необходимости изучения данного феномена возникла под влиянием тех ощущений, которые испытываются людьми, находящимися либо в состоянии высшей удовлетворенности самими собой, либо скуки. Сам Csikszentmihalayi интересовался именно аспектом удовлетворенности самим собой.

Сознание рассматривается в значении "осознания некоторый специфических событий (ощущений, мыслей, интенций) которым человек может управлять ... Таким образом, мы можем говорить о сознании как об интенциально упорядоченной информации" (1992: 26). В данном определении фиксируется не аспект репрезентации, а сознательной управляемости. Такое направление (или интенциальность) предполагает "осознанное упорядочивание информации" (там же, с. 27). Csikszentmihalayi приравнивает концентрацию внимания с психической "энергией". Он рассматривает способность контролирования данных ресурсов (т.е. способность произвольной концентрации внимания, а не созерцания потока сознания), как обладающую бесценным значением для жизни, противопоставляя ее тому, что он называет "энтропией", предполагающей разрушение упорядоченности сознания интенциальности вторжением посторонних событий и мыслей. Поток имеет место в случае, когда поступающая информация соответствует преследуемой цели, способствуя усилению потока энергии. Это состояние определяется им как "оптимальное переживание". В этом состоянии проявляется полная произвольная управляемость вниманием, способствующая полной мобилизации и концентрации (там же, с. 53).

Примерами подобного состояния является ощущение актером успешности исполнения роли; шахматистом - полной реализации замыслов; родителями - успешности воспитания детей и т.п. в определенном смысле в данном случае можно говорить о явлении аналогичном социальной фасилитации с той лишь разницей, что у человека присутствует осознание полного контроля над происходящим.

Поток предполагает концентрацию сознания, направляемую достижением определенного итога, цели деятельности. Он определяется не только характером исполняемой деятельности, но и природой самой активности. Csikszentmihalayi подчеркивает, что ключевой характеристикой потока переживаний является ощущение достигнутости некоторой цели, т.е. конечности.

Это ощущение потока переживаний с точки зрения Csikszentmihalayi является высшим удовлетворением для человека. Если людям удается добиться того, что состояние потока переживаний у них возникает регулярно. То это приводит к существенному возрастанию качества жизни.

Применительно к экзистенциально-феноменологическому подходу работы Csikszentmihalayi фиксируют принципиальную возможность управления человеком своим потоком переживаний, а так же его проявления в самых разнообразных типах социальной активности.

**Состояния мышления**

MargaretDonaldson пришла к проблеме состояний мышления после долгих лет исследований проводимых в области психологии развития, будучи скорее ориентированной на эмпирические нежели феноменологические аспекты.

Основываясь на собственных наблюдениях в области детской психологии, а так же анализе исследований других авторов, Donaldson пришла к заключению о существовании различных "состояний мышления". Каждому состоянию соответствует отличное ощущение пространства и времени. Она различает четыре таких состояния: точечное, линейное, конструктное и трансцендентное. Точечное состояние относится к непосредственному опыту. Реализующемуся здесь и сейчас. Линейное состояние характеризуется обладанием возможностью припоминать прошлое и антиципировать будущее. Конструктное состояние представляет способность конструирования понятий, независимых от конкретных примеров. И трансцендентное состояние появляется с развитием абстрактного мышления.

По мере взросления ребенка он постепенно переходит из одного состояния в другое. Линейное состояние мышления формируется к 8-10 месяцем и в последующем дифференцируется на четыре отличные формы - мышление, эмоции, восприятия и целенаправленные действия. Конструктное состояние начинает формироваться к возрасту 3-4 лет и характеризуется повышенным интересом к выяснению природы вещей. Donaldson различает три типа конструктных состояний - интеллектуальное, ценностное и ядерное. На уровне интеллектуального конструктного состояние доминирует интеллектуальные и познавательные интересы. Ценностное конструктное состояние характеризуется чувствами и ценностями. На уровне ядерного конструктного состояния осуществляется формирования ядерных конструктов, включающих сложное переплетение когнитивных и аффективно-ценностных элементов. "По мере нашего развития, - пишет Donaldson, - мы развиваем представления о природе универсума, о наших социальных группах, о других социальных группах - и о самих себе" (1992: 83). Они включают большинство интимных аспектов самих себя - ядро системы эмоциональных представлений, составляющих своеобразие нашего характера и аттитюдов. Именно в них, ядерных конструктах, по мнению Donaldson, и представлено своеобразие конкретной человеческой самости.

Особым состоянием является трансцендентное, характеризующееся полной абстрактностью и рудиментарные формы которого проявляются к 9 годам. По мнению Donaldson, трансцендентное состояние мышления является производной от интеллектуальной и эмоциональной форм. Интеллектуальное трансцендентное состояние представляет реальность абстрактных мыслей аналогичных математике и логике. Ценностное же или эмоциональное трансцендентное состояние, наоборот, проявляется в духовных или религиозных переживаниях, а так же в искусстве.

По мнению Stevens (1996: 161), рассуждения Donaldson не всегда являются последовательными и доступными пониманию и зачастую кажутся просто умозрительными. Не смотря на то, что она использует термин "мышление", более адекватным является термин "сознание" в контексте описания его различных состояний. Выделение интеллектуального и ценностного или переживаемого состояний так же является достаточно малоаргументированным.

Очевидным является оригинальность подхода и подчеркивание динамичности и своеобразности состояний индивида, подкрепляемое богатейшей эмпирической феноменологической базой.

Проблема изучения трансцендентных состояний получила достаточно широкое развитие, причем, иногда и в самых драматических и противоречивых своих проявлениях. К числу таких, неоднозначно воспринимаемых и оцениваемых подходов к изучению феноменологии сознания относятся использование психоделических наркотиков и медитативных техник.

**Исследования феноменологических переживаний.**

Первоначально использование таких психоделических наркотиков, как псилоцибин и ЛСД было начато психологами Гарвардского университета TimothyLearyRichard и Alpert в 1962 году. В 1960-е годы стимулированные наркотиками психические "путешествия" стали особенно популярными. Наибольшее распространения подобного рода исследования получили в рамках психодинамической эго-психологии, пытавшейся таким образом добраться до свободного от импульсов или конфликтов сфер эго, а так же от влияния рационального мышления. Последователи классического психоанализа, наоборот, пытались таким образом дойти до первичного Id, не обремененного цензурой. Стремления "ощутить" чистые чувства, испытать более тесную связь с телесными ощущениями, освободиться от социального давления и жить здесь и сейчас были особенно характерными для хиппи.

Действительно такие наркотики, как ЛСД способствовали описанию многих специфических феноменов, связанных с "открытым" сознанием, с интенсивными чувствами (Leary, Litwin, & Metzner, 1963), однако они же приводили к серьезным психическим нарушениям, что и привело к отказу от практики их использования.

Другой подход к исследованиям трансцендентных состояний сознания был связан с использованием различных медитативных техник, аутогенных тренировок, групп встреч и марафонов. Наиболее показательными в этом контексте, по мнению Mischel (1993: 247), являются "Гештальт терапия" FritzPerls (1969), расширение человеческой осведомленности в достижении "удовлетворенности" и искренней коммуникации (Schutz, 1967), вызывание "пика переживаний" и "самоактуализации" (Maslow, 1971). В своих ранних версиях гештальт терапия включала элементы конфронтации, которые драматически изменяли характер описываемых участниками переживаний, иногда интерпретируя их как поверхностные и защитные. В более поздних версиях присутствуют более постепенные и эмпатические попытки постижения внутренних переживаний индивида в его собственных понятиях. Основной целью такого рода усилий является осознание участниками более полных и искренних самоощущений. Процесс продвижения как самоосведомленности, так и осведомленности в межличностных отношениях ставится в центр внимания психотерапевта в его попытках создания условий для более полного соприкосновения с миром переживаний.

**Резюме**

Идеи экзистенциально-феноменологического подхода в последние годы обретают все большее число сторонников. Интерес к тому, как человек конструирует интерпретацию событий и рассматривает себя в окружающем мире вызвал все возрастающее число исследований. Основные черты феноменологического подхода представлены в приводимой таблице:

|  |  |
| --- | --- |
| Основные единицы: | Переживаемая самость; личностные конструкты и Я-концепции; субъективные ощущения и восприятия; атрибуции |
| Причины поведения: | Я-концепции, чувства и конфликты, атрибуции; свобода выбора |
| Способствующие данные: | Личные переживания, восприятия и интерпретации. |
| Наблюдаемые реакции, используемые как: | Сигналы (внутренние состояния личности, восприятия или эмоции) |
| Фокусы исследований: | Я-концепции; самоосведомленности и экспрессия; человеческий потенциал и самоактуализация; эмоции; атрибутирование |
| Подходы к изменению личности: | Увеличение самоосведомленности, искренность личности, внутреннее соответствие и самопринятие; изменение конструктов; альтернативные истолкования |
| Роль ситуации: | Как контекста переживаний и выбора; концентрация на ситуации как она воспринимается |

Таблица Х.Х. основные черты феноменологического подхода.

Приводится по: Mischel, W. Introduction to Personality. NY: Harcourt Brace College Publishers, 1993, с. 281.

Как следует из приведенной таблицы основными единицами анализа экзистенциально-феноменологического подхода являются переживаемая самость, а так же представления и чувства личности. Индивид рассматривается как обладающий свободой выбора и потенциалом самонаправляемых изменений. В качестве основных данных выступают самоописания личностных конструктов и чувств, предоставляющие возможность проникновения во внутренние состояния, эмоции и "видения" мира глазами клиента. Основной целью исследований является проникновение в мир само- и мироощущений и восприятий человека в целях постижения адекватности сформированных его образов и эмоционального фона. Считается, что более адекватное прикосновение к миру собственных искренних чувств, восприятий и интерпретаций позволит человеку осознать собственную целостность, реализовать потенциал роста и самоактуализации.

Данный подход позволяет уделить должное внимание вопросам, отвергавшимся или игнорировавшимся другими традициями и подходами: самости, эмоциям, текущим субъективным переживаниям и социальному восприятию и интерпретации. Экзистенциально-феноменологический подход в своих современных версиях создает мощную альтернативу относительно узкому, механистическому рассмотрению как личности, так и социально-психологической проблематики в целом.

Концентрация на прошлом и будущем, на здесь и сейчас как оно переживается человеком, а так же на антиципируемом будущем составляет сильную сторону подхода. Как это обычно бывает сильные стороны соседствуют и с известными слабостями, общая характеристика которых представлена в приводимой таблице:

|  |  |
| --- | --- |
| **Вклад** | **Ограничения** |
| Фокусирование на ранее избегавшихся вопросах: текущие субъективные переживания субъекта, эмоциях и восприятиях; научное изучение самости | Сложность связывания восприятий и переживаний личности с объективными условиями и внешними причинами |
| Фокусирование на настоящем и будущем | отрицание прошлой истории развития |
| Отношение к личности как к ученому и потенциальному эксперту - но способном допускать систематические ошибки и нарушения | Личность может обладать искаженными представлениями и описаниями; сложность объективации переживаний личности |
| Фокусирование на здоровой личности и позитивных стремлениях | Чрезмерная вера в личностный рост; не применимость к острым нарушениям в психике, лицам с задержками в психического развития и с отсутствием устной речи |

Таблица Х.Х. Вклад и ограничения экзистенциально-феноменологического подхода.

Приводится по: Mischel, W. Introduction to Personality. NY: Harcourt Brace College Publishers, 1993, с. 282.

Одним из наиболее существенных уязвимых мест экзистенциально-феноменологического подхода является наличие многочисленных предубеждающих искажений, иллюзий, ошибок у людей, а так же ограниченность находящейся в их распоряжении осознаваемой информации. Реагируя на данное справедливое замечание. Исследователи, работающие в рамках данного подхода в последнее время обратили пристальное внимание на исследование предубеждений.

**Список литературы**

Янчук Владимир Александрович, доктор психологических наук, профессор, декан факультета психологии Академии последипломного образования, профессор кафедр психологии факультетов психологии Белорусского государственного университета и Европейского гуманитарного университета. Экзистенциально-феноменологическое направление в социальной психологии