**Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии**

Об экзистенциальной психологии у нас известно крайне мало. Несколько лет назад вышла книга В.Франкла (1990), который является пока практически единственным известным у нас представителем экзистенциальной психологии. Недавно были изданы философские работы Мартина Бубера, в том числе его ставшая уже классической книга "Я и Ты", которая хоть и не является собственно психологической, но служит одним из основных "писаний" для экзистенциальных психологов (Бубер, 1993, 1995), и столь же основополагающая философская книга П.Тиллиха "Мужество быть"(Тиллих, 1992). Наконец, совсем недавно мы получили возможность прочесть одну из первых книг Ролло Мэя - блестящее пособие по психологическому консультированию, написанное с позиций экзистенциального подхода к человеку (Мэй, 1994). Этим пока исчерпывается перечень доступных источников по экзистенциальной психологии.

Говоря о том, что представляет из себя это направление в психологии, чаще всего начинают ссылаться на экзистенциальную философию: на Хайдеггера, Ясперса, Сартра и прочих. Однако экзистенциальная психология представляет собой достаточно самостоятельный пласт материалов, совершенно отличный от экзистенциальной философии и имеющий свои собственные теоретические традиции, то есть теоретическим обоснованием экзистенциальной психотерапии является не философия экзистенциализма, а обширные теоретические разработки именно в рамках психологии. Вообще сейчас дискутируется очень интересный вопрос о том, в какой мере возможна экзистенциальная психология в чистом виде, то есть речь идет о том, в какой мере существует специфическая экзистенциальная психотерапия, и имеет ли она свои специфические психотехники или же она - это нечто непротиворечиво стыкующееся с другими видами психотерапии, в частности, с гештальттерапией. Некоторые гештальт-терапевты приходят к выводу, что по большому счету, экзистенциальная психология скорее является чем-то вроде теоретического и мировоззренческого обоснования для, например, гештальт-терапевтических техник, потому что в гештальттерапии большой дефицит собственных теоретических и мировоззренческих обоснований. Поэтому попытки состыковать конкретные техники, разработанные в гештальттерапии и теоретические идеи, разработанные в экзистенциальной психологии, оказываются достаточно успешными и многое в них оказывается принципиально общим, но просто названным по разному, разными "именами". Схожий ход рассуждений демонстрирует Ролло Мэй, ведущий представитель экзистенциальной психологии. Он также считает, что экзистенциальная психотерапия не противостоит другим психотерапевтическим школам, потому, что она не предлагает альтернативных техник, а стремится дать анализ структуры человеческого существования, который будет способствовать более глубокому пониманию человека в любых кризисных ситуациях (May, 1983, p.44).

Существует и такое понятие, которое обычно пишется через дефис, как "экзистенциально-гуманистическая психология". Я очень не люблю это слово через дефис, потому что гуманистических психологий очень много. "Гуманистическая психология" - это понятие, которое охватывает целый ряд достаточно разных школ, направлений, движений и подходов. Поэтому стоит начать попытки определения, что из себя представляет экзистенциальная психология, с истории ее вычленения из гуманистической психологии.

**\*\*\***

В конце 80-х годов в журнале ассоциации гуманистической психологии развернулась дискуссия. Открывалась она статьей под названием "Две гуманистических психологии или одна?" Джона Роуэна (Rowan, 1989). Он обратил внимание на то, что даже взгляды основателей гуманистической психологии характеризуются существенными расхождениями. Например, Гольдштейн, Маслоу и Роджерс говорят о том, что человеку присуща некая внутренняя сила - тенденция к самоактуализации, направляющая его развитие в сторону наиболее полного раскрытия, разворачивания заложенных в нем возможностей, сил и способностей. Это как бы основная идея ведущего гуманистического подхода к личности. Но в рамках этого же движения есть авторы, в частности такие как Ролло Мэй, Олвин Марер, Рональд Лэнг, которые считают, что такой силы нет, а направление развития человека определяется исключительно выборами, которые он делает. Это противопоставление является одним из, может быть, наиболее ключевых противопоставлений, потому что это различие взглядов, на которое обратил внимание Роуэн, является одним из основных критериев, по которым можно отличить экзистенциальное направление в рамках гуманистической психологии от направления, которое условно можно обозначить словом "личностно-центрированное". Представители экзистенциального направления утверждают, что неправильный выбор, плохое осознание альтернатив, бегство от ответственности за свой выбор - это предпосылки "нездорового" развития, то есть какой-то однозначно заданной направленности или сущности у человека нет. Роуэн справедливо констатировал методологическую несовместимость этих двух точек зрения на детерминанты развития личности (все предзадано - все определяется с ноля). Возник закономерный вопрос: насколько едина гуманистическая психология в своих теоретических основаниях, и не правильнее было бы говорить о двух разных гуманистических психологиях? Вопрос о единстве гуманистической психологии давно является для нее больным вопросом. Очевидно, что она представляет собой конгломерат достаточно различающихся взглядов, а упомянутая дискуссия всего лишь заострила этот вопрос. В этой дискуссии выступили Ролло Мэй (May, 1989) и Олвин Марер (Mahrer, 1989), представители экзистенциалистского направления, и они подтвердили, что речь идет именно о двух разных психологиях. И если говорить об этих двух направлениях в рамках гуманистической психологии, то прежде всего следует систематизировать основные их позиции и расхождения.

Личностно-центрированный подход, который представлен прежде всего такими авторами как Маслоу и Роджерс, а также (из наиболее крупных) Шарлотта Бюлер и Сидней Джурард, приписывает человеку некоторые заданные потенции, некую заданную природу, хорошую по своей сути, которая актуализируется в процессе развития. Развитие - это разворачивание того, что уже в человеке заложено. Самый экстремальный вариант таких взглядов мы находим у К.Роджерса. Он приписывает определение направленности развития, которое называет "тенденцией к актуализации", биологической природе человека, содержащей определенный набор потенций. Существует заданная биологическая природа человека, в нее заложены определенные возможности, потенции, в частности, заложена определенная тенденция, задающая направление развертывания этих потенций. По мере формирования личности в процессе жизни и общения у человека возникает еще одна структура - "Я" (Self), и еще одно стремление - к реализации этого "Я". Но это другая тенденция, не совпадающая с исходной биологической тенденцией. И эти две тенденции могут противоречить друг другу. В тех случаях, когда тенденция к самоактуализации организма, с одной стороны, и стремление к реализации "Я", с другой, оказываются противоречащими, решение однозначно - организм всегда прав. Он всегда прав, хотя не всегда побеждает, по Роджерсу, потому что то, что человек приобретает в ходе социализации, не может улучшить, а может только исказить его истинную природу, и выход из конфликта - только в возврате к исходной биологической мудрости (Rogers, 1963).

А.Маслоу не столь акцентирует биологическую предзаданность развития личности, а в поздних работах (Maslow, 1968; 1976) делает явственный дрейф в сторону экзистенциализма, но и ему не удается избежать преформизма в понимании природы человека. И хотя Маслоу говорит о значимости культурных влияний, которые могут перевесить инстинкты, точнее инстинктоидные потребности, но тенденция к самоактуализации по Маслоу тоже изначально заложена. По поводу неясностей, встречающихся у Маслоу, можно вспомнить сказанную по другому поводу реплику Л.С.Выготского (1982, с.410): "Одно из двух: или Бог есть, или его нет... Ответы вроде того, что Бог есть, но очень маленький... анекдотичны". У Маслоу инстинкт самоактуализации есть, но очень маленький. И результатом является то, что один из американских критиков Маслоу Д.Янкелович назвал "эскалатор Маслоу" - убеждение в том, что с каждым днем мы становимся лучше, нравственнее, духовнее, автоматически эволюционируя к более высоким ступеням развития. Но наша жизнь доказывает, что она - не эскалатор.

Экзистенциалистская позиция, альтернативная личностно-центрической исходит из ключевой для нее идеи, афористично и наиболее явно сформулированной Сартром (1989, с.323): "Существование предшествует сущности". Другими словами, в человеке нет никаких предзаданных сущностей или нет никакой "природы человека", которая бы определяла, что разовьется на ее основе в дальнейшем. Человек в каждый момент своей жизни сам решает, чем он будет дальше и куда он будет развиваться. Человек творит самого себя и "есть лишь то, что сам из себя делает"(там же). Это является квинтэссенцией экзистенциалистской позиции в первом приближении, - акцент на самотворчество, отсутствие предзаданности. Наша жизнь выступает как некий "личностный тест", точнее тестирование. Все, что в жизни есть: тревога, вина, страх, отчаяние, с одной стороны, и надежда, свобода, ответственность и любовь, с другой - все это не сваливается на человека неизвестно откуда, не заложено в него изначально, а порождается его собственными выборами и его собственными усилиями. Периодически делаются попытки сгладить выявленное противоречие .взглядов. Томас Грининг, например, писал, что нет необходимого противоречия между личностно-центрированным психологом и экзистенциальным, сущность человека создается его экзистенциальными выборами в процессе становления, однако тенденция к самоактуализации - это не единственная тенденция, которая в человеке заложена, и ей приходится конкурировать с другими тенденциями в процессе делания человеком его собственной природы. Человек может выбрать путь отказа от самоактуализации, снижения своего человеческого потенциала, а может выбрать путь, при котором этот потенциал будет сохраняться и развиваться (Greening, 1971). Здесь опять компромисс не получается, потому что принципиально этот подход не отличается от личностно-центрического, в нем лишь подчеркивается тот момент, что реализация человеческой сущности не обязательно должна быть успешной, что она может осуществляться с разной степенью успеха, это зависит от самого человека. И ключевой вопрос о существовании предзаданной сущности Гринингу также не удается обойти.

Второе расхождение между личностно-центрированным и экзистенциалистским направлениями может быть описано в категориях, которые были введены 10 лет назад Ф.Е.Василюком (1984) - "онтология изолированного индивида" и "онтология жизненного мира". "Онтология изолированного индивида", на которой основывается, в частности, личностно-центрированный подход, исходит из того, что человек вступает во взаимодействие с миром уже будучи наделенным определенным набором качеств. Соответственно, в качестве единицы анализа выступает отдельно взятая личность с присущими ей потенциями. Так, например, в работах Гольдштейна, Роджерса и Маслоу 40-60-х годов присутствовала мысль, что внешние социальные влияния больше препятствуют, чем способствуют самоактуализации. Эта "асоциальность" личностно-центрированного подхода была своего рода отголоском фрейдистского противопоставления эго и суперэго как внешней давящей на эго силы. И лишь в последнее время стало высказываться мнение, что другие люди являются непременным условием самоактуализации индивида, и что культура может оказывать на самоактуализацию не только ограничительное, но и позитивное влияние. Такие взгляды стали разрабатываться и в личностно-центрированном подходе, однако внешние факторы рассматриваются при этом лишь как условия, как предпосылки развития. Но гораздо раньше в рамках экзистенциализма была сформулирована принципиально противоположная личностно-центрической диалогическая позиция, суть которой заключается в том, что, наоборот, условием самореализации является некий конструктивный диалог, общение, контакт с другим человеком, воспринимаемым во всей его целостности. Из западных авторов эта позиция наиболее четко представлена у Мартина Бубера (1993), а также у Франкла(1990), для которого это, правда, не единственный путь развития, но один из принципиально важных путей. Из отечественных авторов аналогичный подход мы находим у М.М.Бахтина, который во многом очень близок по сути своих взглядов М.Буберу.

"Онтология жизненного мира" исходит из посылки, что только во взаимодействии с миром человек обретает свои сущностные характеристики, или, как хорошо было сказано В.Франклом(1990): "Если человек хочет прийти к самому себе, его путь лежит через мир"(с.120). Эта посылка, позиция предельно четко присутствует во всех вариантах экзистенциальной психологии. Человек с момента рождения находится в постоянном взаимодействии со своим жизненным миром, с миром, в котором находятся потенциальные смыслы его существования, которые он должен открыть, найти для себя. Мир несет в себе как определенную угрозу и опасность, так и позитивные возможности и альтернативы, из которых человек должен делать выбор, и в процессе этих выборов он себя самого "строит". Предметом практической работы экзистенциально ориентированного терапевта или консультанта является не столько личность клиента, сколько экзистенциальные проблемы, порожденные ее взаимодействием с миром. Здесь в качестве единицы или узлового момента анализа выступает именно взаимодействие с миром, и вне этого взаимодействия никакой экзистенциальный анализ невозможен.

Наконец, третье расхождение, касается сферы этики, проблемы добра и зла. Оно нашло отражение в дискуссии на страницах того же журнала между Ролло Мэем и Карлом Роджерсом. Суть этой дискуссии заключается в следующем. Роджерс настаивает, что природе человека присуще изначальное добро, а источник зла лежит вне природы человека, где-то во внешней реальности (Rogers, 1982). Роджерс не всегда логичен в своем обосновании добра в природе человека. Мэй достаточно убедительно возразил ему, что зло вообще нельзя объяснить, если считать, что в природе человека заложено только добро. С точки зрения экзистенциалистского подхода человек не предрасположен априори ни к добру, ни к злу. Он выбирает или то, или другое, а тем самым и творит и то и другое. Он открыт тому и другому (May, 1982). И, в частности, Франкл, когда критиковал концепцию самоактуализации Маслоу, основанную на идее врожденных потенций, говорил о том, что в нас заложены возможности как для хорошего, так и для плохого, приводя в пример Сократа, который говорил, что у него были все задатки, чтобы стать талантливым преступником, но он этот путь отверг. Хорошо или плохо, что он не реализовал эту свою возможность? Наверное, хорошо, потому что не каждую возможность стоит реализовывать, и на человеке лежит ответственность за решение, за выбор, какие из возможностей реализовывать, а какие оставить нереализованными (Frankl, 1979).

Я думаю, что нам с нашей историей, с нашей социальной реальностью легче согласиться с экзистенциалистской позицией, легче признать, что в человеке заложены потенции и возможности, ведущие в такой же степени как к злу, как и к добру. Замечательный остроумец Станислав Ежи Лец, автор многих глубоких афоризмов, как-то сказал, что у человека, нет иного выбора, кроме как быть человеком. Увы, согласиться с этим нельзя. К сожалению, оказывается, что у человека есть такой выбор - не быть человеком. И слишком часто мы сталкиваемся с ситуацией, когда человек делает такой выбор. Человек может выбрать не быть человеком, может отказаться от собственной возможности быть им, от своей человеческой сущности. Грубо говоря, человек может стать людоедом. Например, по Э.Фромму (1995), человека характеризует стремление к самотрансценденции, стремление как-то утвердиться среди людей, подняться над ними, и позитивная специфически человеческая форма реализации этого стремления - это творчество. Через творчество человек доказывает свою власть над реальностью, свое влияние на нее. Но если человек по той или иной причине оказывается неспособным самореализоваться позитивно, через творчество, то сохраняющаяся базовая потребность реализуется другим образом - через разрушение. Путем разрушения он также доказывает свою власть над окружающим миром, свое присутствие в мире. И здесь содержится момент выбора: пойдет ли человек человеческим путем или нет. Выбор, к сожалению, есть.

**\*\*\***

Вышесказанное в достаточной степени обосновывает правомерность различения в рамках гуманистической психологии двух основных, хотя и внутренне разнородных, подходов: личностно-центрированного и экзистенциального. Теперь стоит очертить проблемное поле экзистенциального подхода. Один из наиболее авторитетных авторов этого направления, знаменитый и тем, что его книги, посвященные анализу клинических случаев, стали бестселлерами, Ирвин Ялом (Yalom, 1980; 1989), выделяет четыре основных узла экзистенциальных проблем, пути решения которых изучает экзистенциальная психология. Это 1) проблемы времени, жизни и смерти; 2) проблемы свободы, ответственности и выбора; 3) проблемы общения, любви и одиночества; 4) проблемы смысла и бессмысленности существования. Уже из перечня этих проблем видна связь экзистенциальной психологии с философской проблематикой и с "вечными" вопросами. Это во многом объясняет то, почему экзистенциальная психология никогда не была и никогда не будет такой распространенной, как стали психоанализ, транзактный анализ, бихевиоральная терапия. Экзистенциальная психология сложна, а сложное никогда не сможет стать популярным. Чтобы сделать идею популярной, ее надо упростить, а с экзистенциальной психологией это не очень получается. Поэтому сообщество экзистенциальных психологов и психотерапевтов небольшое, стабильное. Если традиционный личностно-центрический подход сейчас теряет свою популярность, популярность трансперсонального подхода, напротив, растет, а экзистенциальная психология держится на стабильном уровне популярности и затрагивает достаточно стабильное число людей. Причем в Европе экзистенциальные взгляды более разработаны, более развернуты и более популярны, чем в США, что объясняется тем, что европейский менталитет легче воспринимает философские идеи. И большинство из идей, разработанных в американской экзистенциальной психологии, также попали туда из Европы. Можно вспомнить аналогию, проводимую Франклом. Он говорил о том, что психоанализ Фрейда - это по сути дела, психология ребенка: Фрейд никогда не рассматривает взрослого человека как действительно взрослого человека. Психология Адлера - это во многом психология подростка с центральной идеей самоутверждения и проблемой социализации. Личностно-центрический подход Маслоу, Роджерса - это тоже психология ребенка, но счастливого ребенка, у которого нет никаких особых проблем, кроме как развиваться, развиваться и развиваться. А экзистенциальная психология - это психология взрослого.

Уже упоминавшийся Томас Грининг описывает проблематику экзистенциальной психологии схоже с Яломом, причем более подробно раскрывает различные варианты интерпретации проблемных областей человеческой жизни, которые называет "вызовами". (Greening, 1992). Первое - это проблема жизни и смерти. Cуть ее заключается в том, что мы живы, но мы умрем. И мы живем в мире, который одновременно и поддерживает и отрицает жизнь. Вторая проблема - это проблема смысла и абсурда. У нас есть некая осознанная способность и желание обрести смысл, но мы живем в таком странном, иногда хаотичном мире, который предлагает много разных систем осмысления, а иногда и вообще отрицает смысл. Третья проблема - это проблема свободы и детерминизма. Мы свободны и мы детерминированы, и мы живем в мире, который дает нам возможность свободы и одновременно ограничивает ее. Четвертая - это проблема общения и одиночества. Мы испытываем нормальное желание общаться и мы способны к аутентичным межличностным отношениям, но этим аутентичным отношениям противостоит засилье отчуждения и одиночества. Каждый из этих вызовов, как пишет Грининг,- это одновременно и благословение, и проклятие, и возможность бытия, и возможность небытия, открытость, которая ограничена конечностью. Здесь возникает сложная диалектика: то, что жизненно важно для нас, у нас есть, но этого недостаточно, и мы должны решить, как быть с тем, что есть и одновременно с его недостаточностью. Для каждого из четырех "вызовов" Грининг описывает по три возможных "реакции": 1) упрощенно оптимистическая с акцентом на позитивном аспекте - триумф, ложная победа над трудностями; 2) упрощенно пессимистическая - фаталистическое отношение к негативным сторонам вызовов; 3) экзистенциалистская - диалектическая конфронтация негативного и позитивного аспектов проблем, творческая реакция и трансценденция, преодоление оппозиции.

Первый вызов - проблема жизни и смерти. Первая возможная реакция на эту проблему - это оптимистический акцент на жизни, поиск бессмертия, отрицание смерти, утверждение жизненности, витальности или тела или духа, отказ признавать конечность человеческого существования, культ юности, культ красоты, культ здоровья, культ знаний (не мудрости, а именно знания), культ чувственности. Второй, противоположный вариант, - это пессимистическая одержимость смертью, фатализм, капитуляция, даже движение к смерти, суицидальные тенденции, подверженность несчастным случаям, отрицание и игнорирование здоровья. Здесь Грининг цитирует Уильяма Блейка: "полувлюбленность в легкую смерть". И третий, собственно экзистенциалистский вариант - это радость принятия жизни со всеми ее фазами и стадиями, зная при этом, что они образуют собой некоторую историю, у которой есть свой конец, (во всяком случае, у той жизни, о которой мы знаем). Это осознание и принятие жизненного цикла, признание и принятие факта смерти и эфемерности телесного существования. Это значит жить "со смертью за левым плечом", то есть не бояться, не впадать в депрессию, но осознавать и выбирать жизнь перед лицом смерти.

Второй вызов, вторая проблема - проблема смысла и абсурда. Оптимистическая реакция - это истинная вера, экзальтация, триумф рациональной мысли, или эмпирической науки, или слепой веры, или интуитивного осознавания как некоторые пути, которые позволяют дать ответ вызову. Обожествление разума, "человек есть мера всех вещей", отстаивание утверждения, что жизнь имеет смысл, что мы определяем его, что он неизменный, приверженность всяким культам и гуру. Второй, негативный, пессимистический ответ: антиинтеллектуализм, отрицание любого смысла и поиска смысла, презрение к обучению, мышлению, к системе веры, воинствующий атеизм и нигилизм, насмешка над верующими, отчаяние и бессмысленность, уход в действие, приобретение, наркотики, догмы или в смерть, чтобы избежать осознания и желания смысла, постоянная декларация, что существование не имеет смысла, что жизнь абсурдна и что Вселенная хаотична. Третий выход: наслаждение и эффективное использование сознания без фиксации на любой конкретной форме осознания или понимания как решения какой-то проблемы, гибкая способность смещаться с одного уровня сознания на другой, переходить от одной формы сознания к другой, даже иногда терять сознание в зависимости от обстоятельств и целей, открытость к разным смыслам и системам верований, любопытство, способность воспринимать одновременно противоречивые идеи, способность выбирать их, утверждать их и действовать в соответствии с определенными данными и теориями, но при этом оставляя эти данные и теории способными к изменению, обратной связи, пересмотру.

Третья проблема: проблема свободы и детерминизма. Первая, оптимистическая реакция - это утверждение свободы без границ, требование самовыражения и неограничения моего самовыражения другими людьми, социальными и прочими системами, "ничто не может ограничивать самовыражение личности". Сюда вписывается миф об Икаре, идея естественного человека Руссо. Здесь налицо как бы смешение свободы со вседозволенностью. Этот подход - это индивидуалистская идея самоактуализации, превращенная в некую религию, в культ без учета интересов других. Второй, пессимистический вариант - бегство от свободы и выбора. Разные варианты этого описывал, в частности, Фромм (1990). Самопорабощение, подчинение тирану, фатальность, зависимость, уход в наркотики, акцент на том, что сама жизнь или другие люди или экономические, физические или другие какие-то ограничения делают нашу жизнь тюрьмой, предопределяют нас, экономический детерминизм. Третий вариант, третья реакция - это исследование и расширение свободы через осознание межличностного и физического контекста и условий свободы, самоутверждение с одновременным признанием собственной конечности, уважение к другим людям и к их возможностям, пусть даже ограниченным.

Четвертая проблема: общение и одиночество. Оптимистический вариант - это отрицание изоляции, акцент на отношениях, гиперобщительность, сверхвовлеченность в массовые организации и движения, самоотверженное мазохистическое служение другим. Вторая реакция - уход в одиночество, мизантропическое отвержение людей, снобизм как способ дистанцироваться от других, чтобы избежать риска разочарования в контактах. Одиночество идеологизируется как добродетель, то есть строится теоретическая система, обосновывающая то, что одиночество есть добродетель. Образ Степного волка Гессе - пример этого. Защитные барьеры против какой-то непредсказуемой, но возможной интимности. Третий вариант - это готовность рискнуть, вступив в отношение "Я-Ты" в этом мире, (хотя этот мир в большей мере сплетен из отношений "Я-Оно" в терминах Бубера), готовность аутентично общаться с другими людьми, несмотря на осознание всех возможных препятствий и рисков интимности. Это выборы, которые достаточно содержательно обрисовывают на психологическом уровне позицию и суть позиции, которую занимает экзистенциальная психология (Greening, 1992).

**\*\*\***

Ключевое понятие экзистенциальной психологии - понятие существования, "экзистенции". Процитирую дословно определение экзистенции М.К.Мамардашвили: "Экзистенция - это то, что сейчас здесь ты должен сделать. Она исключает откладывание на завтра или перекладывание на плечи другого, на плечи ближнего, нации, государства, общества. Ты должен сам. А человек не склонен это делать" (Мамардашвили, 1993). Вопрос "кому должен?" - вопрос достаточно закономерный. Ответ здесь может быть такой: "себе, потому что больше некому". У меня всегда есть разные варианты того, как вести себя в данной ситуации в данный момент времени. Я выбираю то, что я выбираю. Например, я читаю лекцию, и из аудитории меня спрашивают, почему я не прерву речь на середине и не уйду. Неэкзистенциалистская позиция выглядела бы так: Я не могу, потому что я еще не закончил, или потому что я обещал кому-то прочесть эту лекцию, или потому что я получаю за это зарплату и т.д. С точки зрения экзистенциалиста, главное в том, что я выбрал это - быть здесь и читать лекцию и принял за это ответственность перед самим собой. более того, каждый момент времени я подтверждаю этот выбор, отвергая возможность прервать лекцию и уйти. Точно так же каждый из слушающих эту лекцию сделал свой выбор. Кто-то выбрал прийти попозже, кто-то выбрал прийти вовремя, кто-то выбрал прийти заблаговременно, кто-то может выбрать уйти раньше, кто-то записывает, кто-то просто слушает, кто-то одновременно занимается другими делами - каждый сам решает. Говорить о долженствовании правомерно применительно лишь к долженствованию перед самим собой, ради сохранения собственной аутентичности. Понятие аутентичности, означающее верность человека самому себе, его внутреннюю цельность и определенность, наиболее глубоко разработано в экзистенциальной психологии в работах Дж.Бьюдженталя (Bugental, 1981).

Главное в понятии "экзистенции", - это идея отсутствия предзаданности, отсутствия детерминированности того, что происходит сейчас, здесь-и-теперь, в данный настоящий момент. Я уже говорил о некоторых параллелях и тесных связях, в частности, между экзистенциальными идеями и идеями гештальттерапии. Достаточно очевидно, например, что сама идея "здесь-и-теперь", популярная в психотерапии - это идея чисто экзистенциалистская. Суть в том, что вне этой ситуации "здесь-и-теперь" нет никаких детерминант, которые бы заставили меня "здесь-и-теперь" поступить таким образом, а не иным. Очень существенным моментом этой идеи является такая характеристика экзистенции как ее открытость. Эта характеристика противостоит идее о том, что человек как некий завершенный процесс как бы вгрызается в какое-то Бытие и начинает его только "бурить". Здесь сложным образом переплетаются несколько моментов. Ключевой момент - отсутствие предзаданности. Реальные взаимодействия человека с миром всегда первичны по отношению к каким-то конкретным характеристикам человека. Отдельные моменты противопоставления реальных взаимодействий человека с миром и предзаданных характеристик человека уже присутствовали в других подходах, которые нельзя назвать экзистенциалистскими, но они содержали некоторые экзистенциалистские идеи, предпосылки этого подхода. Одна из предпосылок экзистенциалистского подхода заложена в том, что было сформулировано наиболее четко применительно к психологии Куртом Левином - это идея противоположности аристотелевского и галилеевского способов мышления (Левин, 1990). Аристотелевский подход - это подход, при котором атрибуты, свойства, черты в данном случае человека, личности, а вообще чего угодно, считаются внутренне присущими ему самому. Галилеевский подход исходил из того, что эти свойства не есть некоторые внутренние атрибуты самого рассматриваемого - в данном случае - человека, хотя это можно отнести и к любому явлению. Галилей в рамках физики пришел к пониманию того, что многие физические свойства тел, например, вес, не являются внутренне присущими телу, а раскрываются при взаимодействии тела с другими телами. Если до Галилея вес рассматривался исключительно как внутренний атрибут самого тела, то точно так же до Левина многие психологические явления рассматривались тоже как внутренние, связанные с определенной личностью, определенной организацией сознания или чего-либо еще. В психологии галилеевский способ мышления означает, что свойства, которые мы приписываем другому человеку - это только те свойства, которые раскрываются при взаимодействии с другими людьми. Это как бы первый шаг по пути к конструированию экзистенциального образа человека, один элемент этого образа - отказ от аристотелевского взгляда, выход в "онтологию жизненного мира".

Второй элемент - это идея о том, что какие-то сущностные характеристики не заложены в человеке изначально, они формируются в процессе реального взаимодействия человека с миром, в процессе жизни. Это положение экзистенциализма близко некоторым другим подходам. Например, основная идея деятельностного подхода заключается в том, что реальная практика определяет формирование конкретных психологических структур, процесс взаимодействия с миром первичен по отношению к структуре (Леонтьев, 1983). Отличие же деятельностного подхода в том, что в традиционном его варианте взаимодействие человека с миром все же завершается некой структурой, то есть структура выступает как результат генетического процесса, и хотя процесс взаимодействия с миром является первичным, его цикл конечен. Во-вторых, экзистенциальная психология делает больший акцент на то, что Выготский(1982) и Франкл (1990) называли "вершинной" психологией личности, то есть на сущностные специфически человеческие свойства, на их развитие, на их проявление в отношениях с миром. А в традиционном варианте деятельностного подхода в рамках генетического анализа акцент больше делался на те психологические и личностные характеристики, которые больше связаны с инструментальным уровнем. Очень близкие взгляды на сущность человека, мнение, что у человека вообще нет никакой предзаданной сущности и сущность человека проявляется в открытости самым различным возможностям, излагал Э.Фромм (Фромм, Хирау, 1990), у которого вообще можно встретить много идей и положений, близких экзистенциалистской позиции. При этом он в гораздо большей мере учитывает и прорабатывает проблему психологических механизмов связей человека с социальной реальностью, социальной данностью его жизни и не только социальной. Это автор, чрезвычайно близкий экзистенциалистской позиции, хотя о приверженности ей он нигде явно не говорит. Еще один момент, принципиально важный для понимания специфики экзистенциалистского подхода - это понятие жизненного мира. Понятие жизненного мира занимает существенное место во многих вариантах экзистенциалистского подхода. Самое главное содержание, которое заключается в данном понятии, состоит в том, что в каждый данный момент времени, в каждой данной ситуации человек противостоит не данной конкретной ситуации и не среде, его окружающей, а миру в целом. Взаимодействие человека с каким-то фрагментом мира в конкретной ситуации - это некоторая "голограмма", в которой отражается мир в целом. И этим отличается человек от животных. Франкл писал о том, почему животное не может быть личностью - потому что у животного нет "мира", которому "противостоит" человек, для животного существует только "Среда" (Frankl, 1982, p. 116). У человека есть мир, для животного существует только среда. Об этом же писал и Р.Мэй (May, 1983). Немножко особая ситуация с теми животными, которые живут в человеческом мире - с кошками и собаками. Они во многом очеловечены и их уже нельзя считать чистыми животными. И если говорить о попытках найти какие-то черты личности у животных, то их надо искать не у приматов, а у тех, кто живет рядом с человеком, у тех, кто живет по законам, во многом установленным человеком, то есть прежде всего у собак. Очевидно, что психика домашних животных сдвинута, потому что они созданы, чтобы жить по одним законам, а реально живут по другим законам. Конечно, частично законы биологического существования в их жизни сохраняются, но в очень значительной мере их реальное существование структурировано человеком, то есть совершенно другими принципами жизни. Я не знаю, насколько верно говорить о том, что домашние животные - немножко люди, но явно, что они уже не совсем животные. Кошки и собаки - это маргинальный случай, который трудно сразу полностью осмыслить. Главное в том, что у человека действия в каждой ситуации регулируются не непосредственными импульсами, а переживанием смысла различных альтернатив, существующих в данной ситуации. А в смысле каждого конкретного действия для человека сходятся все его жизненные отношения, самые разные жизненные контексты и то, к чему данный выбор, данное конкретное действие приведет, не только с точки зрения удовлетворения здесь-и-теперь насущной потребности, а одновременно и с точки зрения всех на первый взгляд и не связанных жизненных контекстов. Для человека в каждый данный момент присутствует, отражается весь мир.

**\*\*\***

Таким образом, экзистенциальная психология представляет собой оригинальное направление в теоретической и прикладной психологии, обладающее четко очерченной спецификой, своей теорией и методологией и отличающееся философской глубиной и ориентированностью на анализ ключевых проблем и ситуаций человеческой жизни. Экзистенциальная психология не противопоставляет себя другим подходам в психологии, а стремится конструктивно взаимодействовать с ними, и хотя приверженцев у нее не слишком много в силу ее глубины и сложности, положение ее как научной школы представляется весьма устойчивым, а влияние, оказываемое ею не только на профессионалов, но и на непсихологов, многократно превышает круг собственно экзистенциальных психологов - недаром В.Франкл, Р.Мэй, И.Ялом относятся к популярным далеко за пределами профессиональной среды авторам. Экзистенциальная психология - это сегодняшний день психологии, ее живой нерв. И она в состоянии дать очень много любым направлениям академической и прикладной психологии, которые не закрывают глаза на сложные и болезненные вопросы человеческого существования.

**Список литературы**

Бубер М. Я и Ты. М.: Высшая школа, 1993.

Бубер М. Два образа веры. М.: Республика, 1995.

Василюк Ф.Е. Психология переживания. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984.

Выготский Л.С. Собр.соч. в 6 тт. М.: Педагогика, 1982, т.1.

Левин К. Конфликт между аристотелевским и галилеевским способами мышления в современной психологии // Психологический журнал, т.11, N 5, с.135-158.

Леонтьев А.Н. Избранные психологические произведения в 2 тт. М.: Педагогика, 1983.

Мамардашвили М.К. Психологическая топология пути // Мир человека: хрестоматия для учащихся. Часть 1. М.: Интерпракс, 1993, с.297-302.

Мэй Р. Искусство психологического консультирования. М.: НФ "Класс", 1994.

Сартр Ж.-П. Экзистенциализм - это гуманизм // Сумерки богов. М.: Политиздат, 1989, с.319-344.

Тиллих П. Мужество быть // Символ, 1992, N 28, с. 7-119.

Франкл В. Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990.

Фромм Э. Бегство от свободы. М.: Прогресс, 1990.

Фромм Э. Человеческая ситуация. М.: Смысл, 1995.

Фромм Э., Хирау Р. Предисловие к антологии "Природа человека" // Глобальные проблемы и общечеловеческие ценности. М.: Прогресс, 1990, с.146-168.

Bugental J.F.T. The Search for Authenticity. 2 enl. ed. N.Y.: Irvingstone Publishers, 1981.

Frankl V. Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. Muenchen: Piper, 1979.

Frankl V. Der Wille zum Sinn. 2 Aufl. Bern: Huber, 1982.

Greening T. Introduction // T.Greening (ed.) Existential Humanistic Psychology. Belmont: Brooks/Cole, 1971, pp.1-12.

Greening T. Existential challenges and responces // The Humanistic Psychologist, 1992, vol. 20, N 1, pp.111-115.

Mahrer A. The case for fundamentally different existential-humanistic psychologies // J. of Humanistic Psychology, 1989, v.29, N 2, pp.249-262.

Maslow A.H. Toward a Psychology of Being. 2nd.ed. N.Y.: Van Nostrand, 1968.

Maslow A.H. The Farther Reaches of Human Nature. Harmondsworth: Penguin, 1976.

May R. The Problem of Evil: an open letter to Carl Rogers // J. of Humanistic Psychology, 1982, v.22, N 3, pp.10-21.

May R. Answers to Ken Wilber and John Rowan // J. of Humanistic Psychology, 1989, v.29, N 2, pp.244-248.

May R. The Discovery of Being: Writings in Existential Psychology. N.Y.: Norton, 1983.

Rogers C. The actualizing tendency in relation to "Motives" and to consciousness // M.R.Jones (ed.) Nebraska symposium on motivation, vol. 11. Lincoln, NB: University of Nebraska Press, 1963, pp.1-24.

Rogers C. Notes on Rollo May // J. of Humanistic Psychology, 1982, v.22, N 3, pp.8-9.

Rowan J. Two humanistic psychologies or one? // J. of Humanistic Psychology, 1989, v.29, N 2, pp.224-229.

Yalom I.D. Existential Psychotherapy. N.Y.: Basic Books, 1980.

Yalom I.D. Love's Executioner and Other Tales of Psychotherapy. N.Y.: Harper Collins, 1989.