

УДК 159.9: [316.454.5:111.6]-053.4:376.4

DOI 10.18372/2786-5487.1.16632

Кобильченко Вадим Володимирович 

доктор психологічних наук, старший науковий співробітник,
головний науковий співробітник,
Інститут спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка
НАПН України,
м. Київ, Україна

Омельченко Ірина Миколаївна 

доктор психологічних наук, старший науковий співробітник,
провідний науковий співробітник,
Інститут спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка
НАПН України,
м. Київ, Україна

РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ В ДИСКУРСІ ЕКЗИСТЕНЦІАЛЬНОГО ПІДХОДУ

***Анотація.** У статті розглядаються психологічні аспекти розвитку особистості з позицій екзистенціального підходу.*

***Ключові слова:** розвиток особистості, екзистенціальний підхід.*

***Annotation.** The article considers the psychological aspects of personality development from the standpoint of existential approach.*

***Key words:** personality development, existential approach.*

Екзистенціальна психологія – це напрямок у сучасній психології, в якому синтезовані різні теорії й концепції, присвячені психологічним проблемам людського існування, і який, по своїй суті, умовно можна віднести до гуманітарної парадигми. До складу сучасної екзистенціальної психології найчастіше включають екзистенціальний психоаналіз Л. Бінсвангера [6],

екзистенціальну персонологію S. Maddi та D. M. Khoshaba [1, с. 265–274], екзистенціально-аналітичну теорію Дж. Бьюдженталя [8], логотерапію В. Франкла [18] та ін. Головними ідейними джерелами екзистенціальної психології стали екзистенціалізм і феноменологія.

Виникнення екзистенціального напрямку в психології пов'язують з ім'ям С. К'єркегора [12], який запропонував поняття «екзистенція» (лат. *existentia* – існування) як глибинну сутність людського «Я». Відповідно до його бачення, екзистенція є фундаментом кожної конкретної людської особистості, що визначає її унікальність, неповторність і відмінність від інших людей. Причому, з позицій С. К'єркегора, екзистенція – це не певна й споконвічно задана людині сутність, а навпаки – «відкрита можливість». Людське існування передуює людській сутності – людина не народжується людиною, а стає нею.

Людина, на відміну від тварини, не має тієї «екологічної ніші», до якої її приготувала еволюція: людина повинна вибрати (створити) цю екзистенціальну нішу або вийти за межі даної йому обставинами [10].

У цьому ми бачимо головний позитив екзистенціального підходу: у ньому немає твердої прив'язки до біологічної основи людського існування, фатальної детермінації.

Як справедливо підкреслював Л. Бінсвангер [6], той факт, що наше життя детерміноване силами природи – це тільки частина правди; інша її частина полягає в тому, що ми самі детермінуємо ці сили, як і нашу власну долю.

Реалізація екзистенціального підходу в психології (теоретичній, а в ще більшій мірі – практичній) дозволяє отримати принципово новий, більш глибокий і сутнісний, більш «людяний» погляд на людину й умови її становлення [7].

Академічна психологія критикує екзистенціальну психологію за те, що вона відкидає причинність. Однак, екзистенціальна психологія заперечує проти механічного переносу із природничих наук у психологію принципу причинності, нею відкидається «груба» причинність: «це» викликано «цим». Взаємозв'язок не відкидається, відкидається спрощений погляд на причини [3].

Однієї із ключових категорій екзистенціальної філософії є воля. Воля – це головне, що відрізняє людину від усього нелюдського. Знаходячи себе, людина знаходить і волю, що є основним джерелом і рушійною силою її існування [17].

Відповідно до екзистенціалізму, зміст волі полягає в тому, що людина не є об'єктом, що формується під впливом соціуму, так само як і не є «продуктом» біологічного, а «шукає» саму себе, створює себе своїми діями й учинками в кожен момент свого життя. Таким чином, людина вільна у творенні власного життя, несе повну відповідальність за все в ньому й не може виправдувати себе, посиляючись на зовнішні обставини.

Основна концепція екзистенціальної психології полягає в тому, що людина існує, активно й вільно діючи у світі. Суть природи людини – бути в процесі становлення. Цей процес робить людину більш активною, автономною, орієнтованою на особистий вибір, здатною до творчої адаптації й до самозміни. Відмова ж від «процесу становлення» – це, по суті, відмова жити справді людським життям [7].

Психолого-педагогічна наука, заснована на екзистенціальному підході, виходить із положення, що у кожної людини існують фундаментальні проблеми, пов'язані з її особистісною сутністю – екзистенціальні проблеми [16].

Основні групи екзистенціальних проблем можна об'єднати в п'ять фундаментальних положень, висунутих Дж. Бьюдженталем:

- 1) за будь-якими приватними психологічними труднощами в житті людини лежать більш глибокі (і не завжди ясно усвідомлювані) екзистенціальні проблеми. Відповідно, завдання психолога (педагога) за зовнішніми особистісними, сімейними, соціальними й іншими ускладненнями побачити глибинні екзистенціальні причини, що породили їх;

- 2) екзистенціальний підхід ґрунтується на визнанні людського у кожній людині й споконвічній повазі до її унікальності й автономії. Глибинна сутність особистості до кінця непізнавана, тому ніякі психодіагностичні методики не можуть створити повного й достовірного психологічного портрета людини,

оскільки вона ніколи не буває статичною і завжди перебуває в процесі становлення;

3) екзистенціальний підхід базується на феноменологічному принципі, виходячи з якого у фокусі уваги психолога (педагога) повинне перебувати, насамперед, те, що існує в межах внутрішнього, суб'єктивного світу людини. Суб'єктивність – це переживання, прагнення, думки, тривоги й усе, що відбувається усередині людини й визначає те, що людина робить. Із цього погляду, поведінку людини не можна зрозуміти, не звернувшись до її суб'єктивності. Таким чином, екзистенціалізм протистоїть, у першу чергу, біхевіоризму, який стверджує, що поведінка – це реакція на зовнішні «стимульні» ситуації;

4) не заперечуючи значимості для індивіда минулого й майбутнього, екзистенціальний підхід віддає пріоритет сьогоденню, роботі з тим, що в цей момент є в суб'єктивності людини, що актуально «тут і тепер». Реальні зміни у бік особистісного росту можливі тільки в сьогоденні. Саме в процесі безпосереднього переживання, у тому числі й подій минулого або майбутнього, можуть бути почуті й повноцінно усвідомлені екзистенціальні проблеми;

5) екзистенціальний підхід задає скоріше певну спрямованість, локус осмислення терапевтом життєвих подій, ніж певний набір технік і приписів. Стосовно будь-якої ситуації можна зайняти (або не зайняти) екзистенціальну позицію. Тому екзистенціальний підхід орієнтований більшою мірою на конкретні життєві ситуації й міжособистісну взаємодію, ніж на стандартизовані психотерапевтичні або психолого-педагогічні технології [8].

У цілому, екзистенціальний підхід, виходячи з визнання унікальності буття окремої людини, проголошує людину головним творцем своєї особистості [14].

Безумовно, визнаючи волю життєвого вибору за людиною, екзистенціалісти проте уважають, що цей вибір не обов'язково буде спрямований у бік реалізації кращих здатностей. Якщо гуманістично-орієнтовані психологи й педагоги бачать своїм завданням надання допомоги дитині по розвитку всього її особистісного потенціалу, всіх здатностей і

схильностей, опираючись на віру в споконвічно позитивну сутність людини, то екзистенціалісти займають у цьому питанні більш обережну позицію [16].

В. Франкл [18], зокрема, називав доктрину абсолютної реалізації усіх можливостей індивіда «потенціалізмом» і вважав, що є ризик поряд з позитивною частиною людських потенцій розвинути й негативні її задатки. Людина, таким чином, несе відповідальність не тільки за волю зовнішніх виборів, але й за вибори внутрішні, дотичні як до здійснення своїх можливостей, так і до цілеспрямованої відмови від їхньої реалізації, у випадку їхнього протиріччя обраному життєвому шляху.

Незважаючи на деяке розходження в оцінці людської природи, гуманістичний й екзистенціальний підходи нерідко виступають у загальному просторі психолого-педагогічної науки як єдина методологія [16].

Як відзначав С. Братченко [7], екзистенціалізм і гуманізм далеко не те саме, хоча в них і багато загального: визнання за людиною волі побудови свого життя й здатності до цього.

Особистісний ріст, самоактуалізація, воля вибору – це важкий пошук, що вимагає максимальної концентрації особистісних ресурсів (волі, духовних сил, креативності, життєвих навичок і т.п.). Відхід від екзистенціальних проблем – найбільш легкий спосіб існування, але людина в остаточному підсумку розплачується за нього деперсоналізацією – втратою власного «Я». У кожному разі відмова від волі означає відмову від можливості жити щасливим, повноцінним, насиченим сенсом життям.

З екзистенціальною психологією тісно межують вікова психологія й психологія розвитку, точніше, мова йде про ту дисципліну, що називається «психологією розвитку життя». Вона оперує поняттями «час життя», «простір життя» і досліджує психічний розвиток індивіду від народження й до смерті. Головна причина зміни особистості, відповідно до цих поглядів, – вік і пов'язані із ним зміни соціального, соціально-психологічного, психологічного й психофізіологічного статусу особистості [10].

Як відзначалося вище, не заперечуючи великого значення минулого й майбутнього, екзистенціальний підхід провідну роль відводить роботі у сьогоденні з тим, що у цей момент дійсно живе у суб'єктивності людини, що актуально тут і тепер. Саме у процесі безпосереднього проживання, у тому числі, й подій минулого або майбутнього можуть бути почуті й повноцінно усвідомлені екзистенціальні проблеми [7].

Відсутність сенсу життя, неможливість його знаходження, безцільність і порожнеча існування, приводять людину в стан екзистенціального вакууму (екзистенціальної кризи), що є причиною різних психічних порушень, девіантних і делінквентних проявів у поведінці тощо.

Основоположники екзистенціального підходу орієнтувалися на повноцінно функціонуючу, здорову людину. А. Маслоу [13], вважав, що не можна зрозуміти, що таке психічна патологія, поки не визначено, що таке психічне здоров'я.

Коли ми говоримо про життя, складно однозначно говорити про «норму» й «патологію». Екзистенціальна психологія відмовляється від легких шляхів вирішення питань норми й патології, – вона займається можливостями людини. Фізичне здоров'я в екзистенціальній психології пов'язане з автентичним існуванням, з авторством у житті.

Л. Виготський роботи якого в наш час по-новому переосмислюються, відзначав, що будь-який біологічний дефект не обмежується тільки ізольованим випадінням функції, а неодмінно впливає на розвиток особистості дитини в цілому, деформує її уявлення про себе й про світ [9]. Проте, всі психологічні особливості «дефективної» дитини мають у своїй основі не стільки біологічне, скільки соціальне ядро.

Хочемо нагадати відзначені нами раніше деформації суб'єктивного образу світу у дітей з порушеннями зору:

– образ світу в цілому. Зоровий дефект (особливо придбана тотальна сліпота) руйнує саме уявлення дитини про життя і його цінності, про свою цінність і життєздатність у світі. Це має назву «онтологічної непевності»;

– образ «Я». Дитина відчуває себе «не такою, як всі інші», не гідною любові. Нерідко це поєднується з уявленням про себе, як про «слабку істоту», що не здатна змінити свою життєву ситуацію. Це супроводжується невпевненістю у своїх силах і можливостях, безсиллям і безпорадністю (позиція жертви). Можливий також інший варіант: дитина ззовні здається «сильною», проявляє агресію, але за цією «бронєю» – глибинний страх і те ж почуття безпорадності, ускладнене відчуженням від людей, але при цьому – прагненням любові й тепла. Такі діти мають труднощі самоповаги, самоприйняття й довіри до себе;

– образ іншої людини (близької й далекої). Інші люди уявляються небезпечними, ворожими. Виникають труднощі з довірою: такі діти нікому не довіряють (і, насамперед, – дорослим), часто відкидають саму можливість звернутися до кого-небудь по допомогу [11].

Розглядаючи людське життя як безперервне прагнення до досконалості, А. Адлер відзначав, що кожна людина має творчу силу й може розпоряджатися власним життям [5]. За А. Адлером, людина вільна й активна, однак у дитинстві усі переживають почуття неповноцінності – брак можливостей для повноцінної адаптації в соціальному світі дорослих. У деяких випадках почуття неповноцінності породжує невроз – комплекс неповноцінності. Прагнення перебороти почуття неповноцінності приводить дитину до спроб розвинути свої здатності в тій сфері, де вона була неуспішною (явище гіперкомпенсації), або ж вибрати сферу діяльності, де явні успіхи компенсують невдачі в адаптації (компенсація).

В екзистенціальному підході, що розглядає людину як активного творця свого життя у світі, життєздатність людини розуміється як здатність робити вибори у процесі буття (з безлічі можливостей) на користь самоздійснення [11], самоактуалізації [13], реалізації свого особистісного потенціалу [19].

Життєздатність людини – це не просто здатність виживати, детермінована задатками організму й умовами життєвого середовища, – це здатність керувати ресурсами свого здоров'я, повноцінно використовуючи для цього ті

можливості, які надає їй соціум, здатність підтримувати своє психологічне благополуччя [2], залишаючись включеним у потік життя [18]. Своїми екзистенціальними виборами людина створює себе, свій життєвий простір і свій спосіб жити – варіант життя [101], спосіб життя [4].

Саме реалізований людиною спосіб життя виступає результативним проявом розвитку її життєздатності. Однак такі прояви дозволяють науково пояснити реальність, класифікувати ті особливості життєздатності, які спостерігаються у різних людей, тоді як для психологічної практики необхідно орієнтуватися на процесуальні прояви розвитку життєздатності людини, на основі яких можна знайти шляхи оптимізації цього процесу [15].

У цьому й полягає зміст терапії Дж. Бюдженалія: спільними зусиллями терапевт і клієнт намагаються зрозуміти спосіб, яким клієнт відповідав на екзистенціальні питання свого життя, і переглянути деякі з відповідей таким чином, щоб зробити його життя більше автентичним й повноцінним [8].

Центральну позицію терапії Дж. Бюдженалія можна сформулювати в такий спосіб: за певних умов майже будь-яка дія може вести клієнта до посилення роботи із суб'єктивністю; мистецтво терапевта й складається саме в здатності адекватно застосовувати весь багатий арсенал, не переходячи при цьому до маніпулювання.

Ядром людських відносин, на думку представників даного напрямку, є емпатія й взаємна довіра [17]. Емпатія, у свою чергу, містить у собі: мотивацію (прагнення зрозуміти іншу людину), сприйняття (здатність сприймати вербальну й невербальну інформацію), емоції (можливість розуміти почуття іншого) і пізнання (здатність винести зі спілкування зміст).

Найважливішою особливістю екзистенціального підходу в психології є те, що він, по суті, відмовився від експериментальних досліджень як «аморальних». Рівноправність позицій психолога й клієнта, взаємний ризик і відповідальність при наділенні іншого правом вільного вибору – у цьому, безумовно, чітко проявляється новий рівень ставлення до людини, і до світу в цілому.

У цілому, екзистенціальний підхід виводить психолого-педагогічну науку на новий рівень уявлень про людину і її розвиток. Його вплив поширився на різноманітні науки, предметом вивчення яких є людська особистість; у тому числі екзистенціальний підхід представляє методологічну основу для популярних сьогодні (на жаль, здебільшого за кордоном) індириєктивних педагогічних систем [16].

Таким чином, розглянувши основні ідеї екзистенціального підходу в контексті сучасної психології, можна зробити висновок, що він займає певну, чітку позицію, пропонує свої, специфічні відповіді на найважливіші, ключові питання життя: «Що є Я?»; «Що є цей Світ?»; «Що є Я у цьому Світі?».

Відповіді на ці питання становлять певну альтернативу провідним психологічним парадигмам – і, відповідно, розширюють простір вибору для самих психологів, сприяючи росту їхньої власної волі й підсилюючи можливості їх професійного й особистісного самовизначення.

Список використаних джерел

1. Maddi S.R., Khoshaba D.M. Hardiness and Mental Health. *Journal of Personality Assessment*. 1994. Vol. 63. № 2. P. 265–274.
2. Ryff C.D. Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*. 1995. Vol. 4. P. 99-104.
3. Абросимова Е.А. Влияние социально-психологических характеристик личности на автобиографическую ретроспективу: дисс.... канд. психол. наук : 19.00.05, 19.00.01. Ярославль, 2012. 209 с.
4. Абульханова К.А. Психология и сознание личности. М. : Московский психолого-социальный институт; Воронеж: НПО «Модэк», 1999. 224 с.
5. Адлер А. Понять природу человека. СПб., 1997. 256 с.
6. Бинсвангер Л. Бытие-в-мире. Москва. «Рефл-Бук». 1999. 336 с.
7. Братченко С.Л. Экзистенциально-гуманистический подход в психологии и психотерапии. *Психол. газета “Иматон”*. 1997. № 1. С. 7.

8. Бьюдженталь Дж. Наука быть живым: Диалоги между терапевтом и пациентами в гуманистической терапии. М. : Независимая фирма «Класс», 1998. 336 с.
9. Выготский Л.С. Основы дефектологии. [под ред. Т. А. Власовой]. М. : Педагогика, 1983. 367 с. – (Собр. соч. в 6 томах. – Т. 5.).
10. Дружинин В.Н. Варианты жизни. Очерки экзистенциальной психологии. СПб. : Питер, 2010. 160 с.
11. Кобильченко В.В. Психологічний супровід дітей дошкільного віку з порушеннями зору: монографія. Полтава: ТОВ «Фірма «Техсервіс», 2015. 205 с.
12. Кьеркегор Серен . Наслаждение и долг Новосибирск. Ростов-на-Дону. Феникс. 1998. 416 с.
13. Маслоу А. Психология бытия. М. : “Рефл-бук”, 1997. 304 с.
14. Омельченко І.М. Методологічні орієнтири екзистенціально-суб’єктного підходу до дослідження комунікативної діяльності у дошкільників із затримкою психічного розвитку. Особлива дитина: навчання і виховання. 2018. № 4 (88). С. 40-53.
15. Осадько О.Ю. Технології психологічного консультування / О. Ю. Осадько. – К., 2005. 128 с.
16. Подлиняев О.Л. Экзистенциально-гуманистический подход в пространстве отечественной педагогіки. Байкал. психол. и пед. журн. 2005. № 1/2. С. 95–99.
17. Слотина Т.В. Психология личности: учебное пособие. СПб. : Питер, 2008. 304 с.
18. Франкл В. Основы логотерапии. Психотерапия и религия. Санкт-Петербург. «Речь», 2000. 286 с.
19. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. М. : Римис, 2008. 608 с.