

ОПЫТ ФЕНОМЕНОЛОГИИ В КОНТЕКСТЕ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОГО ПОДХОДА В ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ

Н.Ю. Куценко

Иркутский государственный университет путей сообщения, г. Иркутск, Российская Федерация

Информация о статье

Дата поступления
6 февраля 2019 г.

Дата принятия к печати
12 марта 2019 г.

Дата онлайн-размещения
4 апреля 2019 г.

Ключевые слова

Экзистенциализм;
экзистенциальный
подход; психологическое
консультирование;
феноменология;
феноменологическая редукция;
эйдетическая редукция

Аннотация

На основании анализа современной литературы автором обосновывается актуальность заявленной проблемы, делается акцент на повышении интереса со стороны исследователей и практических психологов к экзистенциальной традиции. Отмечается необходимость обращения к истокам становления экзистенциального подхода для более полного понимания методов и техник, выступающих сегодня основой психологического консультирования. Рассмотрено влияние феноменологии Э. Гуссерля на формирование экзистенциального подхода в психологии. Феноменология представлена как главный методологический принцип, на базе которого формируются основы экзистенциального подхода как инструмента, с помощью которого преодолевается дуализм между субъектом и объектом. Показана роль эйдетической редукции в становлении принципов экзистенциального подхода, обозначены истоки механизма рефлексии, занимающего ключевое место в практике экзистенциально ориентированного консультирования. Особое внимание уделено категориальной системе критериев, заимствованной экзистенциальным подходом у феноменологии.

PHENOMENOLOGY EXPERIENCE IN THE CONTEXT OF THE EXISTENTIAL APPROACH TO PSYCHOLOGICAL COUNSELING

Nadezhda Yu. Kutsenko

Irkutsk State Transport University, Irkutsk, the Russian Federation

Article info

Received
February 6, 2019

Accepted
March 12, 2019

Available online
April 4, 2019

Keywords

Existentialism; existential
approach; psychological
counseling; phenomenology;
phenomenological reduction;
eidetic reduction

Abstract

The author of the article substantiates relevance of the stated problem, taking into account the analysis of modern literature; the emphasis is made on growing interest from researchers and practical psychologists in the existential tradition. It is proved necessary to turn to the origins of the existential approach formation for a more complete understanding of the methods and techniques that are the basis of psychological counseling today. The influence of the phenomenology of E. Husserl on the existential approach formation in psychology is considered. Phenomenology is presented as the main methodological principle, on the basis of which the foundations of the existential approach are formed, as a tool with the help of which the dualism between subject and object is overcome. The role of eidetic reduction in the formation of the existential approach principles is shown; the origins of the reflection mechanism, which occupies a key place in the practice of existentially oriented counseling are defined. Special attention is paid to the categorial system of criteria borrowed by the existential approach from phenomenology.

В настоящее время термин «экзистенциальный» в теории и практике психологического консультирования применим к разного рода образованиям: экзистенциальный анализ, экзистенциальная психотерапия, экзистенциальное консультирование, экзистенциальная

традиция, экзистенциальная школа и т.д. При этом круг представителей указывается один и тот же: Л. Бинсвангер, М. Босс, В. Франкл, Дж. Бьюдженталь, К. Дюркхайм, А. Лэнгле, И. Ялом и др. Часто как синонимичные употребляются понятия «экзистенциальный анализ» и

«логотерапия», «экзистенциальная психология» и «гуманистическая психология» и т.д. Вследствие такого достаточно вольного употребления рассматриваемого термина в первую очередь представляется необходимым обозначить тот смысловой контекст, который будет определять слово «экзистенциальный» в настоящей работе. Для этого следует вспомнить, что никогда в истории экзистенциализм не имел четкой привязки к определенной философской и тем более психологической школе. Можно сказать так: экзистенциализм — это всегда определенный круг вопросов и определенный стиль мышления. Возможно, поэтому в своем кульминационном варианте, представленном творчеством К. Ясперса, М. Хайдеггера, Ж.-П. Сартра и А. Камю, экзистенциализм так прочно вошел в основание всей современной культуры, не только философии и психологии. Следовательно, будет вполне обоснованным использовать термин «экзистенциальный подход», тем самым снимая ответственность за «обезличивание» слова. В этой связи можно вспомнить Р. Мэя, который в некоторых своих работах также уходит от терминологической неопределенности, считая, что в строгом смысле слова школы или направления «экзистенциализм» нет. Есть, по мнению ученого, определенная установка или подход, который можно обозначить как «экзистенциальный» в силу того, что он имеет свою методологическую основу и может быть применим к разного рода направлениям: «Сомневаюсь, имеет ли смысл говорить об экзистенциальном психологе или психотерапевте в противовес другим школам; это не система терапии, а установка по отношению к терапии; не набор новых техник, а интерес к пониманию структуры человеческого бытия и его переживаний. Который должен лежать в основе любых техник» [1, с. 18].

Актуальность обращения к экзистенциальному подходу обусловлена рядом причин. Во-первых, это современные условия, являющиеся «благодатной почвой» для прорастания тех вопросов и проблем, которые в истории философской и психологической мысли принято обозначать термином «экзистенциальные». Сегодня человечество находится в той ситуации, которую К. Ясперс в свое время назвал «пограничной» и которая определяет рождение вопросов, поднимаемых психологами и психотерапевтами всего мира, — вопросов, связанных с проявлением человеческой экзистенции. И в их решении психология как наука не может «...низвести индивида до подобию машины, ограничить представление о человеке комплексом методик, с помо-

щью которых изучает его» [1, с. 7]. Говоря словами М. Бубера, современный человек находится в ситуации «экзистенциальной бездомности», когда он заброшен, одинок и испытывает чувство тревоги [2]. Именно в такие периоды истории наблюдается всплеск интереса к глубинным переживаниям человека со стороны мыслителей. Р. Мэй, размышляя об экзистенциализме, скажет в свое время: «Когда культура бьется в конвульсиях переходного периода, люди испытывают духовный и эмоциональный сдвиг и обнаруживают, что привычный образ мышления больше не обеспечивает им безопасность, и они либо уходят в догматизм и конформизм, переставая осознавать происходящее, либо стремятся к более высокому уровню самосознания, который позволит им принять их существование с опорой на новый фундамент» [3, с. 106]. Собственно, так экзистенциализм и зародился — в муках перипетий первой половины XX в., когда мир сотрясали небывалые по масштабам общечеловеческие катастрофы. Хотя сами попытки обозначить и осмыслить глубинные проблемы человеческого существования, конечно, уходят корнями в глубокое прошлое.

Развитие и распространение экзистенциального подхода объясняется не только историческими условиями, но и общей ситуацией в психологии, которая характеризуется «движением от естественнонаучной парадигмы к гуманитарной, от объясняющего подхода к понимающему, от изучения человека как изолированного объекта к рассмотрению неразрывной связи человека и мира» [4], что также говорит об актуальности поднимаемой проблемы. Анализ литературных источников подтверждает рост интереса исследователей к экзистенциализму в целом и его проявлению в теории и практике психологического консультирования в частности. Популяризации экзистенциального подхода в нашей стране способствуют работы В.В. Знакова [5], А.М. Руткевича [6], В.В. Летуновского [7], В.Б. Шумского [4] и др. Количество научных мероприятий, посвященных экзистенциальным вопросам, также увеличивается, в том числе и в нашей стране. Первая Всероссийская научно-практическая конференция по экзистенциальной психологии была проведена в марте 2001 г. в Подмосковье и теперь является ежегодной. В.В. Знаков в связи с этим пишет: «Сегодня экзистенциальные вопросы человеческого существования воспринимаются учеными как вызов, вследствие чего в фокусе внимания экзистенциально ориентированных психологов оказываются экзистенциальные проблемы человека» [5, с. 8].

Таким образом, экзистенциальный подход был порожден исторической ситуацией и теми проблемами, которые формировались внутри самой науки: «Экзистенциальная терапия возникла в результате образования белых пятен...» [3, с. 93]. По сути, проникновение экзистенциальных идей в психологию — это реакция на «взросление» науки, на формирование более глубокого подхода к анализу внутреннего мира человека. Причем, как отмечают исследователи, экзистенциальный подход не являлся «локальным образованием», он возник совершенно спонтанно, в разных странах, и его основателями были разные люди [8]. Практически одновременно психологи и психотерапевты, оставаясь в рамках психоанализа, как говорит Р. Мэй, задались вопросом, «...почему в одном случае лечение помогает, а в другом нет, и что на самом деле происходит в существовании клиента. Они пришли к убеждению, что обычные терапевтические методы не могут разрешить эти внутренние сомнения» [3, с. 90]. Так формируется и основная задача экзистенциального подхода в психологии, которую вслед за Р. Мэем можно обозначить следующим образом: «анализ структуры человеческого существования» [там же, с. 93].

Сказанное выше подтверждает масштабность и значимость экзистенциального подхода для психологии в целом и психологического консультирования в частности. Поэтому представляется необходимым обратиться к истокам становления подхода и посмотреть, что стало его методологическим основанием, какие концепции и теории сформировали методы и техники, выступающие сегодня основой экзистенциального подхода в психологическом консультировании. В настоящей работе ограничимся опытом феноменологии и посмотрим, как ее идеи способствовали развитию нового взгляда на человека и его внутренний мир. При этом сразу отметим, что речь будет идти о феноменологии Э. Гуссерля.

Итак, предтеча экзистенциального подхода — феноменология. В этой связи исследователи отмечают: «Феноменология Гуссерля — это в основном методологический принцип, целью которого является обеспечение твердой основы для образования новой психологии и универсальной философии» [9, с. 211]; «Корни экзистенциального анализа ясно локализируются в феноменологии Эдмунда Гуссерля, влияние которого на всех последующих авторов бесспорно. Именно феноменологию Гуссерля, а не психоанализ Фрейда следует признавать основным источником экзистенциального анализа как явления в психологии и

психиатрии» [7, с. 12]. Часто в литературных источниках указывается, что первой стадией экзистенциального подхода в психологии является «феноменологическая стадия» [1; 3; 9]. Возможно, такая оценка связана с тем, что у ранних представителей, а именно у Э. Минковского, Э. Штрауса и фон Гебзаттеля, идеи Э. Гуссерля впервые принимают достаточно отчетливые очертания.

Как философская система феноменология зародилась в начале XX в. Напомним себе, что Э. Гуссерль создавал ее как основу, фундамент для всех научных исследований. Для него феноменология — это своего рода «наука наук». Однако первое, с чем столкнулся мыслитель, — это дуализм между субъектом и объектом, на тот момент доминирующий как в философии, так и в науке (человек — мир; самость — другие и т.д.). Данный дуализм Л. Бинсвангер в свое время назовет «раковой опухолью всей психологии» [8]. В свою очередь, И. Ялом, говоря об экзистенциальном подходе и эмпирических исследованиях в психологии, напишет: «Главные посылки экзистенциальной терапии таковы, что применение к ней методов эмпирического исследования невозможно или неадекватно. Например, согласно этим методам исследователь должен изучать сложный организм путем расчленения его на составные части, каждая из которых достаточно проста, чтобы быть доступной эмпирическому изучению. Однако это фундаментальное требование противоречит базовому экзистенциальному принципу» [10, с. 28]. Речь, конечно же, идет о принципе «человек больше, чем сумма своих частей». Как бы тщательно мы ни анализировали «составные части» нашей психики: сознание, бессознательное и т.д., мы никогда, с точки зрения экзистенциального подхода, не увидим личность. Более того, мы не сможем постичь смыслы, которые переживает эта личность: «Изучение составных частей никогда не приводит к смыслу, поскольку он не является причинно обусловленным, а порожден личностью, превосходящей все свои компоненты» [там же, с. 29]. И именно феноменология попытается этот дуализм преодолеть, передав «эстафету» экзистенциальной философии: «...феноменология дала Хайдеггеру, Ясперсу и остальным тот инструмент, с помощью которого они могли показать необоснованность разрыва между объектом и субъектом и который долгое время был блокирующим звеном в науке, в том числе и в психологии» [3, с. 103].

Феноменология пытается описать предметы, действия и события мира такими, какими они являются человеку. В рамках

феноменологической установки мир в том виде, в котором он нам дается и в котором мы способны его воспринимать, есть не что иное, как опыт нашего сознания. Только в таком опыте, считает Гуссерль, все приобретает смысл [11].

Важное значение для психологии будет иметь метод эйдетической редукции, который успешно применяется авторами различных направлений (например, в концепции экзистенциально априорной структуры Л. Бинсвангера). Эйдетическую редукцию можно считать частью феноменологической редукции, которая представляет собой беспристрастное наблюдение феномена (внешнего предмета или внутреннего состояния). Феномен наблюдается так, как он проявляется: «Наблюдатель «ставит мир в скобки», то есть он исключает не только оценочные суждения о феноменах, но и любые утверждения об их причинах и об их прошлом» [9, с. 211]. Так рождается, по мысли Э. Гуссерля, «схваченное ощущение»: как мы можем увидеть или понять предмет.

Феноменологическая редукция начинается с эпохе (гр. *epoché* — воздержание от суждений), где мир — это коррелят сознания: «Принцип Гуссерля — это беспристрастное созерцание феномена без участия интеллектуальных суждений» [там же]. Эйдетическая редукция — это переход от факта к сущности, или от того, что есть, к тому, как я воспринимаю и переживаю факт. Только так, по мысли Гуссерля, возможно «адекватное восприятие», т.е. восприятие не внешних предметов, а актов нашего собственного сознания, которые, считает философ, даны человеку с абсолютно полной очевидностью. Мир, рассуждает Гуссерль, это не комплекс представлений (как, по его мнению, полагал А. Шопенгауэр); мир есть то, что мы переживаем, общаясь с ним [12]. Сами по себе предметы всегда трансцендентны, важны только наши переживания. Так рождается механизм рефлексии, занимающий ключевое место в экзистенциальном подходе. Мысль Гуссерля такова: в своих собственных переживаниях мы с вами заблуждаться не можем. Отсюда известный лозунг мыслителя: «Назад, к вещам!» Он имеет в виду не к реально существующим предметам, а к сущностям, к нашим переживаниям. При этом становится ясно, что с точки зрения феноменологии предметы не меняются — измениться может наше отношение к ним, наше переживание ситуации. Современный психотерапевт И. Ялом, рассматривая базисный конфликт, на котором акцентирует свое внимание экзистенциальный подход

(конфликт, порожденный конфронтацией человека с данностями существования), считает рефлексией главным методом экзистенциальной психодинамики: «Под «данностями существования» я подразумеваю определенные конечные факторы, являющиеся неотъемлемой, неизбежной составляющей бытия человека в мире. Как открывает человек для себя содержание этих данностей? В определенном смысле это нетрудно. Метод — глубокая личностная рефлексия» [10, с. 12].

Для психолога эйдетическая редукция будет являться условием, направленным на то, чтобы увидеть, что человек действительно переживает, а не действия механизмов, которые прослеживаются в его поведении. Можно сказать, что это своего рода попытка очистить собственное сознание, быть беспристрастным. Еще раз вспомним известное гуссерлевское «взять мир в скобки», т.е. постараться исключить на время все внешнее в попытке познать и пережить феномены так, как они предстают перед нами. Здесь рождается еще одна установка, или метод, без которого невозможно представить не только процесс психологического консультирования, но и психологию в целом, — эмпатия. Р. Мэй в своих размышлениях о современной ему психотерапии пишет: «Если, работая с пациентом, я буду думать только о том, почему и как возникла его проблема, то охвачу своим вниманием все, за исключением самого важного — находящегося передо мной живого человека. Действительно, мне будет открыто все, кроме единственного подлинного источника данных, который мне доступен, а именно — это чувствующее человеческое существо, эта личность, в данный момент проявляющая себя, становящаяся, «строящая мир», как говорят экзистенциальные психологи, непосредственно в этой комнате, передо мной» [1, с. 23]. Говоря об эмпатии, Мэй будет подчеркивать, что консультант (терапевт) должен не просто наблюдать, он должен переживать феномен. Психологу необходимо принимать участие в мире пациента, по возможности охватывая все уровни, на которых происходит процесс взаимодействия, и только тогда можно говорить об «эмпатийной, телепатической коммуникации» [там же, с. 24].

Здесь следует снова обратиться к феноменологии. Дело в том, что Гуссерль огромное значение придавал интуиции, считал, что благодаря ей мы созерцаем тот или иной предмет, наполняя получаемую информацию определенным содержанием (интуиция относится у философа к так называемым актам наполнения) [12]. Возможно, что даже смысло-

вая неустойчивость термина «экзистенциальный» в психологическом контексте связана с тем, что «экзистенциальная ориентация имеет глубоко интуитивный, а не эмпирический фундамент» [10, с. 8]. То, что Р. Мэй назовет «эмпатийной, телепатической коммуникацией», в рамках психологического консультирования получит и другие названия: «эмпатическое слушание» (К. Роджерс), «соучаствующий наблюдатель» (Г. Салливан), «присутствие» (Л. Бинсвангер) и др. Но в любом случае речь идет о том, чему нельзя научить. Возможно, поэтому Р. Мэй назовет психологическое консультирование «искусством» [13], и для него «любой психотерапевт является экзистенциальным в той мере, в какой он является хорошим терапевтом» [1, с. 18].

Именно здесь и преодолевается дуализм. Не только сам человек выступает «беспристрастным наблюдателем» своих переживаний в процессе рефлексии, но и психолог, который, по словам Г. Эленбергера, «...старается исключить различие объекта и субъекта, любое утверждение о существовании объекта и наблюдающего субъекта. Таким образом, наблюдение становится гораздо более сильным методом: менее явные элементы феноменов проявляются в более красочных и разнообразных формах, улучшается их градация по степени ясности, в конечном итоге те структуры феноменов, которые прежде были незаметны, могут стать явными» [9, с. 211].

Таким образом, предварительный анализ проблемы позволяет нам утверждать, что феноменология Э. Гуссерля была прямым источником формирования совершенно нового подхода в психологическом консультировании. Новизна эта в первую очередь заключалась в отказе рассматривать человека через некий «шаблон», через призму существующего разрыва между субъектом и объектом: «...если ко всем людям приложен один шаблон, то игнорируется уникальный опыт индивидуальной личности» [10, с. 22]. Именно феноменологическая редукция Гуссерля явилась тем методологическим основанием, которое позволило психологу быть «беспристрастным наблюдателем», «присутствовать» в мире клиента, в то время как последний так же беспристрастно, в «чистом виде» наблюдает собственные переживания. Эти основанные на интуитивных актах процессы называются в психологии «рефлексия» и «эмпатия».

Однако влияние феноменологии на теорию и практику психологического консультирования не ограничивается знаниями

о феномене и его переживании, равно как и формированием представлений о глубокой эмпатии и рефлексии, о целостности личности. Хотя, как отмечает Г. Эленбергер, «даже если влияние феноменологии было бы ограничено стимулированием усилий по достижению глубокого понимания пациентов, то одно это было бы уже значительным прогрессом» [9, с. 215]. Дело в том, что экзистенциальный подход черпает из феноменологии также и «категориальную систему критериев» [там же, с. 218]. При этом в качестве основных исследователи выделяют категории «время» и «пространство». То есть консультанту, ориентированному на экзистенциальный подход, крайне важно не просто наблюдать феномен и быть участником ситуации, а попытаться реконструировать внутренний мир клиента путем анализа того, как он переживает пространство и время.

Бесспорно, что в работе психолога категория времени очень важна. Другой разговор, что, например, для психоаналитика и экзистенциально ориентированного психолога время имеет совершенно разную смысловую направленность. Как известно, в психоанализе большое значение придается причинно-следственным связям и прошлому. В рамках экзистенциального подхода прошлое рассматривается как динамический процесс, отношение к которому и интерпретация которого постоянно меняются. Поэтому здесь прошлое, настоящее и будущее связаны неразрывно. В рамках феноменологической редукции главное — это переживание времени, «течение жизни» [9, с. 22]. Для психоаналитика — анализ прошлого. «С экзистенциальной точки зрения, глубоко исследовать не значит исследовать прошлое; это значит отодвинуть повседневные заботы и глубоко размышлять о своей экзистенциальной ситуации. Это значит размышлять о том, что вне времени — об отношениях своего сознания и пространства вокруг, своих ног и почвы под ними. Это значит размышлять не о том, каким образом мы стали такими, каковы мы есть, а о том, что мы есть. Прошлое, точнее, память о прошлом, важно постольку, поскольку является частью нашего теперешнего существования, повлиявшей на наше текущее отношение к конечным данностям жизни... В экзистенциальной терапии главное время — «будущее-становящееся-настоящим» [10, с. 15].

Одна из первых работ, посвященных феноменологии времени, была опубликована Э. Минковским в 1923 г. [14]. Автор

предлагает нам довольно интересный анализ временных зон и утверждает, что «в норме» у человека прошлое, настоящее и будущее образуют единое структурное целое. При этом данное целое, конечно, переживается людьми по-разному. Эту мысль позже озвучит в своей работе Л. Бинсвангер: «Нет единственного пространства и единственного времени, а есть столько времен и пространств, сколько существует субъектов» [8, с. 196]. При этом автор (впрочем, как и другие экзистенциально ориентированные психологи) в рамках данной целостности будет акцентировать свое внимание на будущем, поскольку, по его мнению, именно с будущим связано подлинное существование человека (здесь видно также влияние экзистенциальной философии М. Хайдеггера). Тогда, когда будущее «закрыто», образуется некий «экзистенциальный вакуум» и человек начинает все происходящее объяснять прошлым. По мнению Эленбергера, подобные ситуации возможны в случае мании и в психопатических состояниях: «В случае мании, так же как и в психопатических состояниях, в будущее ничего не проецируется, оно остается пустым» [9, с. 224]. Для людей, страдающих депрессией, «будущее недоступно, оно заблокировано, что причиняет таким пациентам ужасные страдания» [там же]. Также интересно описание Эленбергером переживания времени в рассмотренных выше ситуациях: «Один из главных симптомов депрессии с феноменологической точки зрения — субъективное переживание потока времени как чрезвычайно медленного, застывающего или даже остановившегося... Противоположное переживание — ускоренное течение времени — типично для мании» [там же, с. 222]. Большую значимость категория времени будет иметь и в анализе М. Босса. Для него время важно тем, что представляет собой возможность что-то изменить, понять и переоценить. При этом для Босса, как и для других представителей экзистенциального подхода, время тесно связано со смыслом жизни. Вспомним про будущее: только там человек видит свои реализованные идеи, оправданные надежды, в каком-то смысле «рассчитывает на него». И если «будущее становится пустым... жизнь превращается в бесконечное пари, превосходство в котором всегда на стороне текущего момента. Когда будущее становится недостижимым или закрытым для восприятия... то надежда исчезает, и жизнь теряет всякий смысл» [там же, с. 226]. Таким образом, если искажено переживание времени, то искажен будет и

смысл жизни человека. А для экзистенциальной практики смысл и его переживание — одна из главных установок. Поэтому работа с экзистенциальными смыслами всегда будет предполагать работу консультанта с переживанием пациентом времени, которое в идеале должно быть «встроено в социальное, историческое и космическое» [14].

Кроме переживания клиентом чувства времени, практика психолога подразумевает и анализ переживания пространства. Среди исследований, посвященных восприятию пространства, необходимо отметить труды Эленбергера, Бинсвангера и Минковского. Эленбергер, например, говорит об ориентированном пространстве: «Одни стремятся его завоевать, покорить или исследовать, другие пытаются сохранить и защитить его, третьи — организовать и использовать, четвертые — описать и измерить» [9, с. 229]. Л. Бинсвангер выделяет в своем анализе «созвучное настроению пространство» [8]. Для него восприятие пространства определено в первую очередь чувственным настроением и эмоциональным состоянием, в зависимости от которых человек может «внутренне воспринимать ориентированное пространство как наполненным, так и опустошенным, расширяющимся или сужающимся... Любовь, например, «связывает пространство»... Счастье расширяет созвучное пространство... Печаль сжимает пространство, а отчаяние опустошает его» [9, с. 231]. Э. Минковский в своих работах выделяет ясное и темное пространство. Ясное всегда обладает свободой, полнотой, прозрачностью и перспективой. Также у исследователя ясность выступает как характеристика воспринимаемого расстояния: «...люди чувствуют существующее между ними «свободное пространство», в котором возможны случайности, неожиданности, эмоционально нейтральные события и которое образует радиус жизни» (цит. по: [там же, с. 232]). Психолог, определяя пространственное расстояние, всегда анализирует эту зону «свободы» клиента, чувствует эмоциональную дистанцию и видит защитные механизмы. Например, сокращение дистанции может привести к уходу клиента в себя или агрессивной реакции. Темное пространство, соответственно, представляет собой отсутствие свободы, полноты жизни, прозрачности и перспективы: «Темное пространство, которое мы воспринимаем как неясное или туманное, это больше чем просто отсутствие света, горизонта и перспективы. С феноменологической точки

зрения темнота — это черная, плотная, мрачная субстанция. Так как воспринимаемое расстояние исчезает, то перестает существовать радиус жизни, жизненное пространство сужается, становится десоциализованным, оно сгущается вокруг индивида и даже охватывает его тело». По мнению Минковского, такой тип восприятия пространства «является почвой для развития бреда преследования» (цит. по: [9, с. 232]).

В рамках психологической науки исследователи занимаются изучением нарушений субъективного восприятия пространства, аномалий зрительного восприятия, искажений созвучного пространства и т.д. При этом в рамках экзистенциального подхода акцент всегда делается на том, что, не обладая знанием о способах переживания клиентом пространства, понять личность невозможно. И здесь на помощь снова приходит феноменологический анализ, поскольку именно он ориентирован на элементы, составляющие пространство: границы, протяженность, направления и вертикальная ось [там же, с. 235]. Вертикальная ось — это основные ценности человека, главные жизненные цели. Мы переживаем «движение вверх» по этой оси, если переживаем подъем, и «движение вниз», если подавлены, унижены и т.д. По мнению Л. Бинсвангера, вертикальная ось — основная ось человеческого существования [8]. Поэтому психологу так важно эту ось «прочувствовать», будучи нацеленным только на одно — на помощь человеку.

Таким образом, одним из главных источников формирования экзистенциального подхода в психологическом консультировании стала феноменология Э. Гуссерля. Проведенный анализ позволяет утверждать, что именно в рамках феноменологической редукции, принципы которой и были заимствованы пионерами экзистенциального подхода, в психологии оформляется один из основных методов современного консультирования — эмпатия. В своей сути метод имеет четкую отсылку к пониманию Гуссерлем идеала адекватного восприятия. Гуссерлевское «заключить мир в скобки» будет означать абсолютно беспристрастное наблюдение феномена со стороны психолога, полное «присутствие» в мире клиента и безоценочное принятие его. Интерес в данном случае будут представлять те переживания, которые есть у человека в отношении той или иной ситуации, «раскрытие» внутреннего мира, рождение нового отношения к своему опыту. Можно сказать, что феноменологическая редукция явилась для экзистенциаль-

но ориентированных психологов альтернативой эмпирическим методам изучения, что как раз и позволило воспринимать личность в ее целостности: «В общих чертах экзистенциализм можно определить как стремление понять человека, не разделяя его на субъект и объект» [3, с. 98]. Феноменология Э. Гуссерля дала психологии своего рода основу, благодаря которой появилась возможность смотреть на человека не как на субъект, в определенной ситуации реагирующий на внешнюю реальность, а как на «сознание, участвующее в построении реальности». А сознание, по Гуссерлю, есть не что иное, как поток переживаний. Поэтому в центре экзистенциального подхода будет не мир, не внешняя реальность. В центре всегда будет то, что человек переживает, общаясь с миром. И здесь на первый план выходит механизм рефлексии, позволяющий человеку познавать эти переживания. Механизм этот также играет ключевую роль в рамках экзистенциального подхода.

Р. Мэй, рассуждая о деятельности психолога-консультанта, писал: «Нам неизбежно приходится иметь дело с человеческим существом, которое страдает, заблуждается и испытывает самые разнообразные конфликты» [1, с. 15]. Поэтому, конечно, «беспристрастным» и безоценочным наблюдением, «эмпатическим слушанием» деятельность экзистенциально ориентированного психолога ограничиться не может. В период формирования экзистенциального подхода психология черпает из феноменологии и категориальную систему критериев; ключевыми категориями в данном случае станут пространство и время. Поэтому одной из задач консультанта будет реконструкция внутреннего мира клиента путем анализа того, как он переживает пространство и время. Эти вопросы также были рассмотрены в настоящей работе.

Экзистенциализм всегда подразумевает, что в центре внимания окажутся проблемы человеческого существования: смысл жизни, свобода, выбор, тревога, одиночество и т.д. При этом никогда не иссякнет философская и психологическая мысль в попытке осознать эти проблемы, окунуться в самую суть переживаний человека, в глубины внутреннего мира. Актуальность экзистенциального подхода в данном случае очевидна, поскольку именно он помогает в конкретных понятиях описать переживания человека. Можно сказать так: как вечны вопросы человеческого существования, так вечна и экзистенциальная традиция.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Мэй Р. Возникновение экзистенциальной психологии / Р. Мэй // Теория и практика экзистенциальной психологии. — М. : Ин-т общегуманитар. исслед., 2017. — С. 5–48.
2. Бубер М. Я и Ты / М. Бубер. — М. : Высш. шк., 1993. — 176 с.
3. Мэй Р. Истоки экзистенциального направления в психологии и его значение / Р. Мэй // Теория и практика экзистенциальной психологии. — М. : Ин-т общегуманитар. исслед., 2017. — С. 88–132.
4. Шумский В.Б. Онтологическое и персоналистическое направления в экзистенциальной психологии : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / В.Б. Шумский. — М., 2008. — 173 с.
5. Знаков В.В. Постигание как проблема психологии человеческого бытия / В.В. Знаков // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология и педагогика. — 2015. — № 4. — С. 8–20.
6. Руткевич А.М. От Фрейда к Хайдеггеру: критический очерк экзистенциального психоанализа / А.М. Руткевич. — М. : Политиздат, 1985. — 175 с.
7. Летуновский В.В. Экзистенциальный анализ в психологии : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / В.В. Летуновский. — М., 2003. — 222 с.
8. Бинсвангер Л. Экзистенциальный анализ / Л. Бинсвангер. — М. : Ин-т общегуманитар. исслед., 2014. — 272 с.
9. Эленбергер Г. Клиническое введение в психиатрическую феноменологию и экзистенциальный анализ / Г. Эленбергер // Теория и практика экзистенциальной психологии. — М. : Ин-т общегуманитар. исслед., 2017. — С. 206–250.
10. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия / И. Ялом. — М. : Класс, 2017. — 576 с.
11. Гуссерль Э. Идеи к чистой феноменологии и феноменологической философии. Книга первая. Общее введение в чистую феноменологию / Э. Гуссерль. — М. : Акад. проект, 2009. — 489 с.
12. Гуссерль Э. Логические исследования. Т. 2. Ч. 1. Исследования по феноменологии и теории познания / Э. Гуссерль. — М. : Акад. проект, 2011. — 565 с.
13. Мэй Р. Искусство психологического консультирования / Р. Мэй. — М. : Класс, 2001. — 144 с.
14. Минковский Э. Проживаемое время. Феноменологические и психопатологические исследования / Э. Минковский. — М. : Городец, 2018. — 496 с.

REFERENCES

1. May R. Emergence of Existential Psychology. *Teoriya i praktika ekzistentsial'noi psikhologii* [The Psychology of Existence]. Moscow, Humanities Studies Institute Publ., 2017, pp. 5–48. (In Russian).
2. Buber M. *Ich und Du*. Heidelberg, Lambert Schneider, 1983. (Russ. ed.: Buber M. *Ya i Ty*. Moscow, Vysshaya Shkola Publ., 1993. 176 p.).
3. May R. Origins of Existential Approach in Psychology and its Importance. *Teoriya i praktika ekzistentsial'noi psikhologii* [The Psychology of Existence]. Moscow, Humanities Studies Institute Publ., 2017, pp. 88–132. (In Russian).
4. Shumskii V.B. *Ontologicheskoe i personalisticheskoe napravleniya v ekzistentsial'noi psikhologii*. *Kand. Diss.* [Ontological and Personalistic Approaches in Existential Psychology. Cand. Diss.]. Moscow, 2008. 173 p.
5. Znakov V.V. Comprehension as a Problem of Psychology of Human Being. *Vestnik Sankt-Petersburgskogo universiteta. Psikhologiya. Pedagogika = Vestnik of Saint Petersburg University Psychology and Education*, 2015, no. 4, pp. 8–20. (In Russian).
6. Rutkevich A.M. *Of Freida k Khaideggeru: kriticheskii ocherk ekzistentsial'nogo psikhoanaliza* [From Freud to Heidegger: A Critical Essay of Existential Psychoanalysis]. Moscow, Politizdat Publ., 1985. 175 p.
7. Letunovskii V.V. *Ekzistentsial'nyi analiz v psikhologii*. *Kand. Diss.* [Existential Analysis in Psychology. Cand. Diss.]. Moscow, 2003. 222 p.
8. Binswanger L. *Ekzistentsial'nyi analiz* [Existential Analysis]. Moscow, Humanities Studies Institute Publ., 2014. 272 p.
9. Ellenberger H. Clinical Introduction to Psychiatric Phenomenology and Existential Analysis. *Teoriya i praktika ekzistentsial'noi psikhologii* [The Psychology of Existence]. Moscow, Humanities Studies Institute Publ., 2017, pp. 206–250. (In Russian).
10. Yalom Irvin D. *Existential Psychotherapy*. New York, BasicBooks, 1980. 513 p. (Russ. ed.: Yalom I. *Ekzistentsial'naya psikhoterapiya*. Moscow, Klass Publ., 2017. 576 p.).
11. Husserl E. *Ideen zu Einer Reinen Phänomenologie und Phänomenologischen Philosophie*. Den Haag, Martinus Nijhoff, 1976. 708 p. (Russ. ed.: Husserl E. *Idei k chistoi fenomenologii i fenomenologicheskoi filosofii*. *Kniga pervaya. Obshchee vvedenie v chistuyu fenomenologiyu*. Moscow, Akademicheskii Proekt Publ., 2009. 489 p.).
12. Husserl E. *Logische Untersuchungen. Band 2. Teil 1. Untersuchungen Zur Phaenomenologie und Theorie der Erkenntnis*. Leiden, Martinus Nijhoff, 1984. (Russ. ed.: Husserl E. *Logicheskie issledovaniya. Tom 2. Chast' 1. Issledovaniya po fenomenologii i teorii poznaniya*. Moscow, Akademicheskii Proekt Publ., 2011. 565 p.).
13. May R. *The Art of Counseling*. Gardner Press, 1965. 191 p. (Russ. ed.: May R. *Iskusstvo psikhologicheskogo konsul'tirovaniya*. Moscow, Klass Publ., 2001. 144 p.).
14. Minkovskii E. *Prozhivaemoe vremya. Fenomenologicheskie i psikhopatologicheskie issledovaniya* [Lived Out Time. Phenomenological and Psychopathological Studies]. Moscow, Gorodets Publ., 2018. 496 p.

Информация об авторе

Кутценко Надежда Юрьевна — кандидат философских наук, доцент, кафедра философии и социально-гуманитарных наук, Иркутский го-

Author

Nadezhda Yu. Kutsenko — Ph.D. in Philosophy, Associate Professor, Department of Philosophy, Social Sciences and Humanities, Irkutsk State Transport Univer-

сударственный университет путей сообщения, 664074, г. Иркутск, ул. Чернышевского, 15, e-mail: ny.kutsenko@yandex.ru.

Для цитирования

Куценко Н.Ю. Опыт феноменологии в контексте экзистенциального подхода в психологическом консультировании / Н.Ю. Куценко // Известия Байкальского государственного университета. — 2019. — Т. 29, № 1. — С. 39–47. — DOI: 10.17150/2500-2759.2019.29(1).39-47.

sity, 15 Chernyshevsky St., 664074, Irkutsk, the Russian Federation, e-mail: ny.kutsenko@yandex.ru.

For Citation

Kutsenko N.Yu. Phenomenology Experience in the Context of the Existential Approach to Psychological Counseling. *Izvestiya Baikal'skogo gosudarstvennogo universiteta = Bulletin of Baikal State University*, 2019, vol. 29, no. 1, pp. 39–47. DOI: 10.17150/2500-2759.2019.29(1).39-47. (In Russian).