

**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ВНУТРІШНІХ СПРАВ**

*Факультет № 6
Кафедра соціології та психології*

ТЕКСТ ЛЕКЦІЇ

з навчальної дисципліни «**Психологічні теорії особистості**»
вибіркових компонент освітньої програми
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

053 Психологія (практична психологія)

Тема № 7. *Теорії особистості в екзистенціальній психології.*

Харків 2023

ЗАТВЕРДЖЕНО

Науково-методичною радою
Харківського національного
університету внутрішніх справ
Протокол № 7 від 30.08.2023 р.

СХВАЛЕНО

Вченою радою факультету № 6
Протокол № 7 від 25.08.2023 р.

ПОГОДЖЕНО

Секцією Науково-методичної ради
ХНУВС з гуманітарних та
соціально-економічних дисциплін
Протокол № 7 від 29.08.2023 р.

Розглянуто на засіданні кафедри
соціології та психології
Протокол № 8 від 15.08.2023 р.

Розробник:

Доцент кафедри соціології та психології, кандидат біологічних наук, доцент
Шахова О.Г.

Рецензенти:

1. Доцент кафедри педагогіки та психології Харківської державної академії фізичної культури, кандидат психологічних наук, доцент Павлик О.М.
2. Доцент кафедри соціології та психології факультету № 6 ХНУВС, кандидат психологічних наук, доцент Жданова І.В.

План лекції.

1. Загальна характеристика екзистенціального напрямку у теорії особистості.
2. Особистість у логотерапії Віктора Франкла.
3. Екзистенційна психологія Ролло Мея.
4. Дазейн-аналіз Людвіга Бінсвангера.

Рекомендована література:

Основна:

1. Москалець В.П. Психологія особистості: курс лекцій. – Івано-Франківськ: ЗАТ «Надвірнянська друкарня», 2010. – 160 с.
2. Москалець В.П. Психологія особистості: навчальний посібник. – Центр учбової літератури (ЦУЛ), 2013. – 262 с.
3. Столяренко О.Б. Психологія особистості : навч. Посібник. – Київ: Центр учб. літ., 2018. – 279 с.

Допоміжна:

1. Кремень В.Г. Філософія людиноцентризму в освітньому просторі / В.Г. Кремень. – 2-е вид. – К.: Т-во «Знання» України, 2010. – 520 с.

Інформаційні ресурси в Інтернеті:

1. Пошукова система Google Scholar <http://scholar.google.com/>
2. Пошукова система Google books <https://books.google.com/>
3. Система пошуку наукової інформації у відкритих архівах України (SSM) <https://oai.org.ua/>

Текст лекції

Екзистенціальна психологія (від лат. *existentia* – існування; гр. *psyhē* – душа+ гр. *logos* – слово, поняття, вчення) – один із напрямів гуманістичної психології, що вивчає: 1) проблеми часу, життя і смерті; 2) проблеми свободи, відповідальності та вибору; 3) проблеми спілкування, любові і самотності; 4) проблеми смислу існування людини. Екзистенціальна психологія підкреслює унікальність особистого досвіду конкретної людини. Провідною її метою є вирішення проблеми відновлення автентичності особистості – відповідності її буття у світі її внутрішній природі. У практиці сучасної екзистенціальної психології використовуються досягнення психоаналізу. Відомі екзистенціальні психологи: Ірвін Ялом; Джеймс Бьюдженталь; Альфред Ленгле; Аліс Хольцхей-Кунц; Бос Медард; Людвіг Бінсвангер.

Особистість у логотерапії Віктора Франкла

Австрійський психолог і психіатр В. Франкл (1905-1997) вважав, що рушійною силою людської поведінки і розвитку особистості є пошук Логосу, сенсу життя, що має здійснюватися конкретною людиною за її власною

потребою. Екзистенційна теорія Франкла складається з трьох частин: вчення про прагнення до сенсу, про сенс життя і про свободу волі.

Основна теза вчення про *прагнення до сенсу* свідчить: людина прагне знайти сенс і відчуває екзистенційну фрустрацію або вакуум, якщо її спроби залишаються нереалізованими. Прагнення до сенсу Франкл розглядає як природжену мотиваційну тенденцію, властиву всім людям і основною рушійною силою поведінки і розвитку особистості. Відсутність сенсу породжує у людини стан екзистенційного вакууму, що є причиною неврозів.

Головна теза вчення про сенс *життя* - життя людини не може позбутися сенсу ні за яких обставин; сенс життя завжди може бути знайдений. Відповідно теорії Франкла, сенс не суб'єктивний, людина не вигадує його, а знаходить у навколишній дійсності, у тому, що є для неї цінністю. Вчений виділяє три групи *цінностей: творчості, почуття і ставлення до життя*. Сенс життя можна знайти в будь-якій із цих цінностей. Тобто, немає таких обставин і ситуацій, в яких людське життя втратило б свій сенс.

Основна теза вчення про *свободу волі* свідчить, що людина спроможна знайти і реалізувати сенс життя, навіть якщо її свобода обмежена об'єктивними обставинами. Свобода, за теорією Франкла, тісно пов'язана з відповідальністю людини за правильний вибір і реалізацію сенсу свого життя.

Франкл підкреслював, що відсутність сенсу життя або неможливість його реалізувати приводить до неврозу, породжує у людини стан екзистенційної фрустрації. Неврози нерідко виникають тоді, коли людина усвідомлює безмістовність свого життя, порожнечу існування. В основі таких поширених явищ, як депресія, правопорушення, алкоголізм, наркоманія, агресивність, моральні падіння, лежить відсутність смислу життя, що може бути частково компенсовано людиною потягом до влади, сексу, бажанням грошей.

Досліджуючи можливості корекції поведінки, важливо орієнтуватися на розвиток у людей усвідомлення своєї відповідальності за власну поведінку, яка базується на усвідомленні себе і свого місця в світі. Так, Роджерс вважає, що "потрібно допомогти людям упоратися зі щоденними вимогами, допомогти їм зрозуміти, що вони не безпорадні жертви, вони мають вибір і повинні бути відповідальними за свої вчинки навіть тоді, коли не здатні змінити ситуацію".

Екзистенційна психологія Ролло Мея

Ролло Мей (1909-1994) провідний представник екзистенційної психології.

Теорія Р. Мея базується на клінічних експериментах. Людина живе сьогоднішнім, для неї актуально насамперед те, що відбувається тут і тепер. У цій єдиній справжній реальності людина формує себе сама і відповідальна за те, ким вона врешті-решт стає. Прослідковуючи докорінні відмінності між психічно здоровою, повноцінною людиною і психічно хворою, Р. Мей дійшов до висновку, що багатьом людям бракує хоробрості зустрітися віч-на-віч зі своєю долею. Спроби уникнути подібного зіткнення призводять до того, що люди намагаються втекти від відповідальності, заявляючи про споконвічну несвободу своїх дій. Не бажаючи робити вибір, вони втрачають здатність

бачити себе такими, якими вони є насправді, і переймаються почуттям власної незначущості й відчуженості від світу. А здорові люди, навпаки, кидають виклик своїй долі, цінують, оберігають свою волю і живуть справжнім життям, чесно щодо себе та інших. Вони усвідомлюють неминучість смерті, але їм вистачає сміливості жити в сьогоденні. Мей вважав, що воля приходить до людини, коли вона протистоїть своїй долі і розуміє, що смерть або небуття можливе в будь-який момент. Людина може бути внутрішньо вільною, навіть якщо вона фізично перебуває у в'язниці.

У своїй **концепції особистості Р. Мей** особливо підкреслював унікальність особистості, вільний вибір і усвідомлений цільовий аспект поведінки. Як і інші екзистенціалісти, Мей вважає, що: 1) існування передуює сутності (важливіше, що люди роблять, а не хто вони є); 2) люди поєднують у собі риси як суб'єкта, так і об'єкта (люди є істотами, які і думають, і діють) 3) люди прагнуть знайти відповіді на найважливіші питання щодо сенсу життя; 4) воля і відповідальність завжди врівноважують одна одну, тому жодна з них не може бути присутня у людині окремо від іншої; 5) жорсткі теорії особистості схильні дегуманізувати людину і перетворювати її на об'єкт або предмет для дослідження.

Екзистенціалісти застосовували **феноменологічний підхід** до вивчення особистості, наполягаючи на тому, що людину найкраще можна зрозуміти в її власних координатах. Єдність людини та її феноменологічного світу виражено терміном **"буття-в-світі"**. Є три форми буття-в-світі: 1) наші відносини зі світом зовнішніх об'єктів або речей, 2) наші стосунки з іншими людьми; 3) стосунки з власною особистістю. Здорові люди живуть у всіх цих трьох світах одночасно. Якщо людина усвідомлює своє буття-в-світі, вона також усвідомлює можливість **небуття**, або неіснування. Життя стає для нас більш значним, коли ми стоїмо перед фактом неминучості смерті або небуття.

Визнання небуття сприяє розвитку почуття тривоги, що зростає, якщо людина розуміє, що її наділено волею вибору і навантажено відповідальністю за свої дії. Нормальну тривогу переживає кожен із нас. Вона пропорційна загрозі. Невротична тривога більша за загрозу, викликає придушення волі та реакцій самозахисту. Почуття провини, як і почуття тривоги, є нормальним для людини.

Досліджуючи таке складне людське почуття, як любов, Р. Мей зробив висновок, що любов також повинна викликати турботу і вимагає почуття відповідальності. Мей виокремлював чотири види любові:

- секс, що є фізіологічною функцією;
- ерос, що прагне до тривалого союзу з коханою людиною;
- філія - дружба, що не має вираженої сексуальної спрямованості;
- альтруїстична любов, що не вимагає нічого натомість.

Дазейн-аналіз Людвіга Бінсвангера

Єдиною чітко визначеною школою екзистенціальної психотерапії є дазейн-аналіз. Засновником цього підходу був швейцарський психіатр Людвіг Бінсвангер (1881-1966). Розуміючи життя як цілісний конкретний

феномен в єдності минулого, сьогодення і майбутнього, він описував досліджувані явища в їх унікальному і цілісному особистісному змісті і внутрішньому контексті. Припускаючи, що розум конститує об'єкти досвіду навіть у разі глибокого емоційного переживання, він намагався дослідити, як людина ставиться в цей момент до об'єктів, що конституються в такий спосіб. На його думку, відчуття є таким самим справжнім досвідом, як і все інше.

Бінсвангерівська модель терапії дуже своєрідна, вона розширює "смисловий горизонт" особистості, що унеможлиблює усвідомлення витісненого, "загубленого". Центральним при цьому є поняття "дазейн" - упорядкування дійсності і способів, завдяки якому буття (сущє) може стати доступним сутності. У цьому Істотна відмінність дазейн-аналізу від аналітичної парадигми, що ґрунтується на багатократних інтерпретаціях і їх опрацюванні. Інтерпретації аналітика супроводяться і доповнюються розширенням суб'єктивного смислового простору пацієнта, тому розуміння в дазейн-аналізі часто виявляється повнішим, а терапевтичний ефект - глибшим. Крім того, екзистенціально-аналітичне мислення (саме так Бінсвангер визначав свій підхід) має справу зі структурою існування - тим, що сама особистість вважає справжнім, важливим.

Дазейн-аналіз {нім, Da-sein - тут-буття, буття-у-світі) - психотерапевтичний напрям, оснований на аналізі індивідуального буття людини, яке терапевт розглядає як термінальну цінність.

Основні методи у дазейн-терапії - вчування (вникнення в почуття), емпатійна увага і зацікавлене ставлення як до здорових, так і до патологізованих індивідуальних проявів, далеке від оцінювання і нозологічних класифікацій.

Специфічною ознакою екзистенціального підходу є категоріальна схема аналізу та реконструкції психологічних феноменів. Представник цього напрямку Генрі

Еленбергер (1905-1993) поряд із класичною психологічною тріадою поділу психіки на афект, інтелект і волю виокремив також *категоріальну феноменологію* - систему вимірів індивідуального життєвого світу, у межах якої можлива реконструкція внутрішнього світу клієнтів. Основними категоріями феноменології є:

1) "темпоральність" - відчуття того, як відбувається життя, актуальне переживання "тепер", цілісності буття в єдності минулого, сьогодення і майбутнього;

2) "просторовість" - орієнтоване відповідно до бажань і уявлень людини поле подій, речей, умов або якостей. Облаштований простір, за Бінсвангером, відповідає певним модусам життєвої активності особистості: відпочинку, пізнанню, кохання, споживанню тощо. Це не просто територія, на якій живе і працює особистість, а й емоційно-ціннісний вимір основних зон її життєдіяльності (наприклад, улюблений диван відрізняється від будь-якого ліжка, і спати або кохатися на ньому приємніше, ніж деінде);

3) "причинність" - зумовленість одних явищ іншими. Сфера причинності у людській свідомості містить три основні принципи: детермінізм (зумовленість), випадковість та інтенціональність (спрямованість вчинків та дій), за якими суб'єкт пояснює власні вчинки;

4) "матеріальність" - предметність, конкретне втілення у певній думці. Бінсвангер наполягав, що на цей вимір орієнтована індивідуальна система класифікацій клієнта: він може поділяти світ і речі на бліді і яскраві, тверді і м'які, чіткі і аморфні, живі і неживі тощо. Терапевт має діяти в межах запропонованої пацієнтом класифікації, хоч би якою екзотичною вона здавалась йому.

За цими категоріями відбувається реконструювання внутрішнього світу пацієнта у процесі психотерапії. Успішна реконструкція не просто відтворює його буття, а й дає змогу терапевтові увійти в цей світ, зрозуміти його, тобто побачити площину життя клієнта як осмислену, сповнену сенсом - хай навіть дивним і дуже відмінним від звичайного. Саме в цьому і полягає основне завдання дазейн-аналітика.

Дазейн-аналіз призначений для дослідження особистості і її світу ще до розподілу його на хворобу і здоров'я. Те, чого прагне дазейн-аналітик, неможливе у психоаналізі: представити феномени людського життя без будь-яких пояснень чи класифікаційних схем, а просто як частини екзистенції, що вказують на ті сутнісні модуси, в яких дазейн сприймає, трансформує і конститує світ. З цього погляду психічний розлад виникає як модифікація фундаментальної або сутнісної структури, як одна з численних метаморфоз буття-у-світі.

Основні праці Л. Бінсвангера стосуються того, що психіатрія класифікує як патологічне. Бін використовував поняття "екзистенційне апріорі" (лат. *argiori* - з попереднього) - первинність, самоцінність індивідуального сприйняття світу. Те, що людина відчуває, - це передовсім і понад усе не враження смаку, звуку, запаху або дотику, не речі або об'єкти, а значення, сенси, які уможливлюють екзистенцію і досвід. У значенні-матриці, всередині якої феномени виникають і співвідносяться з дазейном та конституються Самість і світ, у крайніх випадках переважає тільки одна тема. У такому контексті психічне захворювання або розлад є всепроникною одноманітністю досвіду, гомогенністю символічного відгуку. Це означає, що весь досвід, усі сприйняття, знання збіднюються, а буття переходить у стан занедбаності.

Основним дазейн-аналітичним критерієм психічного порушення є ступінь підлеглості свободи дазейну владі чогось іншого. У невротика таке підпорядкування часткове: хоча його буття-у-світі підвладне одній або кільком категоріям, він постійно бореться за те, щоб дотримуватися власного самовизначення. Ця боротьба набуває форми дазейну, що відмовляється від деяких своїх можливостей для захисту від руйнування власного світу. Та оскільки вже сама така відмова означає початок розпаду (зменшення, звуження, спустошення) Самості, усі зусилля заперечують себе, і невротик

відчуває себе спійманим. Спроба розв'язати проблеми призводить до ще більшого поглиблення їх.

Психотик іде далі і повністю підпорядковує себе владі невідомого. Ціна, яку він платить за зменшення досвіду занепокоєння, - втрата власного самовизначення. У разі психозу дазейн повністю підкоряється одному принципу світобудови: він більше не поширюється в майбутнє, не випереджає себе, обертається по вузькому колу, в яке його "закинули", знову й знову безплідно повторюючи себе. Модифікація сутнісної структури - душевна хвороба - виникає через те, що дазейн перестає вільно ставитися до власної суті, тобто буття втрачає свою безпосередність, воно вимушене зіставляти себе з тим, як повинно бути, як нормально (або правильно), і відчуває себе не таким, як слід, - поганим, нікчемним, ненормальним тощо. Дазейн як розуміння стає підлеглим тому модусу занедбаності буття-у-світі, який Бінсвангер називав "самообраною несвободою".

Модель терапії Бінсвангера досить радикальна у психіатрії. Його найвідоміші описи клінічних випадків (Лола Фосс, Елен Вест) становлять золотий фонд екзистенціальної терапії. Однак у повсякденній практиці психотерапевтичної допомоги цей підхід використовують дуже рідко. Можливо, через те, що більшості сучасних людей не вистачає терпіння, необхідного для реконструкції життєвого світу та його повноцінного розуміння "з них самих, а не з будь-яких власних уявлень чи теорій".