ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Познание и переживание. 2024. Т. 5. № 7. С. 107–125. ISSN: 2782-2168 (Print)
doi: 10.51217/cogexp_2024_05_03_07 ISSN: 2782-2176 (Online)

«ВЫСТРАИВАНИЕ БЫТИЯ»: КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ В ПАРАДИГМЕ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Е.Е. САПОГОВА

Московский педагогический государственный университет,
Москва, Россия

Проблемное поле данной статьи образует анализ специфики и сущности психологического консультирования в экзистенциальной парадигме. Автор предлагает ответы на вопросы, можно ли считать экзистенциальное консультирование особой разновидностью консультирования, что образует специфику такого консультирования, каково его содержание, имеется ли инструментарий и алгоритмы для доступа к этому содержанию. В работе теоретически обоснована авторская модель экзистенциального консультирования, состоящая из трех уровней – уровня жизненных стратегий, уровня «заботы о себе» и уровня «выстраивания бытия». На первом уровне («как жить дальше») психолог помогает клиенту в совладании с текущим бытием и нахождении удовлетворяющих его способов эффективнее жить в привычной повседневности, не претендуя на ее изменение. Здесь осуществляется процесс замены установок и концептов «Я-наличного» клиента на установки и концепты «Я-иного/желаемого». Результатом этого процесса становится обретение клиентом «Я-иного», более соответствующего его бытию. На втором уровне («для чего жить») у клиента появляется возможность с помощью консультанта менять себя и собственный жизненный проект в сторону конструктивной коррекции его целей и использовать собственную волю в трансформации своего наличного бытия. Результатом становится смена жизненных ориентиров, определяющих способ бытия клиента. На третьем уровне («зачем вообще жить») осуществляется поиск соответствия, соразмерности собственных желаний, целей, представлений осознаваемым целям бытия в отношении клиента. Результатом оказывается выстраивание нового бытия клиента и мира вместе.

Ключевые слова: экзистенциальное консультирование, жизненный путь, смысл, «забота о себе», переживание, Я-бытие

Для цитаты: *Сапогова Е.Е.* «Выстраивание бытия»: консультирование в парадигме экзистенциальной психологии // Познание и переживание. 2024. – Т. 5., № 3. – С. 107-125. doi: 10.51217/cogexp_2024_05_03_07

Для контактов: Сапогова Елена Евгеньевна, esapogova@yandex.ru

«CONSTRUCTION OF BEING»: COUNSELING IN THE PARADIGM OF EXISTENTIAL PSYCHOLOGY

ELENA E. SAPOGOVA

Moscow State Pedagogical University, Moscow, Russia

The problem field of this article consists of the analysis of the specifics and essence of psychological counseling in the existential paradigm. The author offers some answers to the questions of whether existential counseling can be considered a special type of counseling, what forms the specifics of such counseling, what is its content, are there tools and algorithms for accessing this content. The work theoretically substantiates the author's model of existential counseling, which consists of three levels – the level of life strategies, the level of "self-care" and the level of the "design of being". At the first level ("how to live on"), the psychologist helps the client cope with the current existence and find ways that satisfy him to live more effeciently in his usual everyday life, without pretending to change it. Here the process of replacing the attitudes and concepts of the client's "I am as I am" with the attitudes and concepts of the "I am different/desired" is carried out. The result of this process is the client's acquisition of a "different Self" that is more consistent with his conditions of existence. At the second level ("what to live for"), the client has the opportunity, with the help of a consultant, to change his own life and self project towards a constructive correction of his goals and to use his own will for changing them. The result is a change in life guidelines and subjective ontology that determine the client's way of being. At the third level ("why live at all"), a search is made for compliance and proportionality of client's own desires, goals, and ideas with the perceivable goals of being in relation to him. The result is the construction of a new model of existence of the client and the world together.

***Keywords*:** existential counseling, life path, semantics, "self-care", experience, self-being

For citation: *Sapogova E.* «Construction of being»: counseling in the paradigm of existential psychology // Poznanie i perezhivanie [Cognition and Experience]. 2024. – V. 5, № 3. – P. 107–125. doi: 10.51217/cogexp_2024_05_03_07 (in Russ.).

Corresponding author: Sapogova Elena E, esapogova@yandex.ru

Профессиональные дискурсы экзистенциально ориентированных консультантов и психотерапевтов нередко обращаются к теоретико-методологическим вопросам, касающимся определения сути и специфики экзистенциального консультирования. Поводов для этого современность предоставляет немало, среди них: нарастающая во всех сферах жизнедеятельности людей неопределенность, рождающая переживание прекарности и выступающая в форме непредсказуемой проблематизации индивидуального будущего; снижение в социализации возможности планирования четких траекторий жизненного пути личности, что формирует специфическую экзистенциальную неуверенность, нередко маскирующуюся под эскапирующую свободу («свободу избегать», экзистенциальное

бродяжничество в многолетних «поисках себя»); постоянно усиливающийся разрыв между требованиями текущей ситуации и ресурсами прошлого опыта, что усиливает «тревожность бытия» и порождает современные феномены невзросления (Марквард, 2003; Сапогова, 2023); последствия тотальной цифровизации молодых поколений, одним из которых является передача «когнитивным гаджетам» функций контроля за окружающей человека действительностью (Лавлок, 2022; Floridi, 2010), а вместе с тем – пока частично – и функции управления самим собой посредством нейросетей, искусственного интеллекта и пр., что иногда снижает чувство реальности собственного «Я» (в формах отчуждения, деперсонализации и т.п.). Также сегодня можно говорить и об изменении общей культуры и потребностей клиентов, все больше готовых обращаться за психологической помощью не просто для решения конкретной проблемы, но и из-за стремления удовлетворить интерес к себе, проявить заботу о себе, своем жизненном мире в широкой временно́й перспективе.

В этих условиях люди, даже далекие от экзистенциальной рефлексии, чуть ли не императивно сталкиваются с экзистенциальными переживаниями – одиночеством и бессмысленностью существования, конечностью жизни, необходимостью распоряжаться собственной свободой и осознанием ее пределов, преодолением зависимости от окружения, принятием ответственности за последствия сделанных выборов и пр. Среди топовых запросов к консультантам 2022—2023 гг. все чаще звучат темы, связанные с депрессией и утратой смысла, совладанием с симптоматикой интегральных жизненных кризисов, необходимостью перемен в жизни и трудностью принятия значимых решений, поиском себя и собственного предназначения, понимания своих желаний, осознания имеющихся возможностей и потенциалов их воплощения в жизнь. В результате и самим психологам все чаще приходится иметь дело со смещением акцентов консультирования от помощи в решении распространенных проблем и содействия в совладании с беспокоящими клиентов симптомами к обращению к сложно объективированным и трудно вербализуемым глубинным человеческим вопрошаниям.

Все это свидетельствует о том, что консультирование в парадигме экзистенциальной психологии сегодня становится более востребованным, чем, возможно, это было раньше, и приводит к росту числа психологов, позиционирующих себя в качестве экзистенциальных консультантов и психотерапевтов или желающих стать таковыми. Необходимость подготовки таких специалистов требует не только разработки организационных форм и инструментальных способов экзистенциального консультирования, но и – в неменьшей степени – концептуализации его методологического ландшафта, поскольку то, чему и как учить, определяется тем, как понимаются содержание экзистенциального консультирования, цели, которые с его помощью могут быть достигнуты, и смыслы, определяющие его конкретные задачи, формы и процедуры.

До недавнего времени подготовка экзистенциально ориентированных консультантов и психотерапевтов осуществлялась достаточно фрагментарно и преимущественно с опорой на обобщающие работы и системы практик зару-

бежных специалистов (Ялом, 2019; Спинелли, 2022; Дорцен, 2019; Хольцхей-Кунц, 2016; Босс, 2009; Гуревич, 2020; Boss, 1979; Бьюдженталь, 2017, 2022; Лукас, 2020; Cooper, 2016, Lipman, 2017 и др.) и во многом опиралась на ассимиляцию их авторского опыта взаимодействия с клиентами. Постепенное становление отечественного экзистенциально ориентированного консультирования позволило формулировать и другие подходы, среди которых, например, понимающая психотерапия Ф.Е. Василюка (Василюк, 2023; Карягина, 2019), которая продолжает требовать своей содержательной экспликации. В данной работе мы предлагаем один из возможных вариантов построения концептуальных основ экзистенциального консультирования.

Первый вопрос, встающий на этом пути, – можно ли считать экзистенциальное консультирование и психотерапию особой разновидностью консультирования наряду с психоаналитическим, когнитивно-поведенческим и др.? Или же любое консультирование может превратиться в экзистенциальное, если клиент предложит для обсуждения соответствующее содержание – вопросы, касающиеся жизни и смерти, одиночества, любви, вины и др.? Или же и вовсе любое консультирование экзистенциально по своей внутренней сути, поскольку принципиально всегда может быть возведено к экзистенциальным феноменам, бэкграундом присутствующим в поле осознания клиентом своих проблем? Еще шире этот вопрос можно поставить так: может ли психологическое консультирование как таковое вообще не быть экзистенциальным, поскольку оно в той или иной мере представляет собой вмешательство психолога (Другого) в чужую жизнь и потенциально способно изменить траекторию жизненного пути клиента, даже если консультант специально не мотивировал его к этому?

Определение позиции практикующего консультанта по этому вопросу важно не только в теоретическом, но и в практическом плане, поскольку распознавание клиентского запроса именно как экзистенциального меняет направленность, уровень и рамки его обсуждения (Сапогова, 2023), в частности, сдвигает его фокус от превозмогания текущего неблагополучия к поиску сущностных изменений своей жизни. Этот сдвиг порой превращает консультирование в совместное философствование о жизни (проживаемой, возможной, иной, желаемой, как таковой и т.д.), что подтверждает современная практика философского консультирования (Борисов, 2018; Бренифье, 2018; Мусийчук, 2018), предполагающая, с одной стороны, «“наивность” удивления и вопрошания, а с другой стороны – метафизическую глубину поставленных вопросов и рефлексию над ними» (Борисов, 2018, с.103).

«Философский праксис» становится особой «формой помощи людям, ищущим ответы на сложные жизненные вопросы» (Мусийчук, 2018, с.8), поскольку актуализирует их «естественную мудрость» умелой постановкой вопросов, которые они часто не могут вербализовать самостоятельно, и помогающей навигацией в сложных гуманитарных пространствах. Его главная задача состоит в том, чтобы рассмотреть и примерить к себе разные «идеи о жизни», индивидуально «“завершить” их для более глубокого понимания жизни» (Борисов, 2018, с.105), помочь построить один из возможных для конкретного человека жизненных

миров. В этом случае клиент с поддержкой консультанта выходит на обобщенные философские категории, позволяющие ему вписывать собственную жизнь во все более широкие контексты и тем самым, обращаясь к своим основаниям, обогащать ее новыми проекциями и формировать на нее обобщенный взгляд со стороны, сохраняя при этом необходимую сосредоточенность на своем уникальном экзистенциальном опыте. Позицию участников экзистенциально ориентированного консультирования можно обозначить как «двойной экзистенциальный фокус», помогающий преодолеть единичный (эгоцентрический) взгляд на собственное существование и перейти к его множественному толкованию.

Осваивая практику консультирования в экзистенциальной парадигме, мы долгое время придерживались мнения, что если клиент сам затрагивает соответствующие темы (смысл жизни, смерть, долг, ответственность, вина и пр.) в связи с пережитым соприкосновением со стоящими за ними феноменами, это придает консультированию экзистенциальный характер, а до этого, если он сам не вышел на свои глубинные вопрошания, отягощать его сознание экзистенциальной проблематикой вряд ли стоит, даже если руководствоваться идеями обеспечения личностного роста через расширение горизонтов видения мира и себя в мире. Тем не менее, постепенное накопление консультативного опыта дало основания предполагать, что экзистенциальная парадигма в консультировании и психотерапии есть все же особый подход к психологической практике – возможно, нечто сродни *системному подходу в методологии*.

Отправной точкой здесь может быть субъективная онтология клиента. У любого клиента в силу того, что он есть «человек живущий» и стоящий в отношении к своему бытию, складывается более или менее осознанный и более или менее постоянный экзистенциальный (онтологический) бэкграунд, сопутствующий принятию решений по поводу актуальных аспектов своей жизни и личности. Он образован принятой человеком в процессе социализации *субъективной онтологией*, определяющей предельную психосемантическую доминанту (онтологему) размышлений о себе и своем жизненном пути (что ими движет? – собственная воля, судьба, случайность?) (Сапогова, 2023).

Любой вопрос персонального «вот-бытия», обсуждаемый с консультантом, может представать перед клиентом с разных ракурсов видения, на разных уровнях (стратах) – от повседневного до экзистенциального, на каждом из которых бытует свой в той или иной мере «особствованный» тезаурус, позволяющий «говорить о главном с самим собой и с другими» (Эпштейн, 2022, с.27) с помощью кажущимися клиенту понятными концептов. Экзистенциальный уровень запроса, как и любой другой, требует наличия своего семантического ландшафта и языка (микрокультурного кода) и, соответственно, на языке повседневности бытийные вопросы выражаются своеобразно и трудно, хотя иногда и «просвечивают» сквозь житейские дискурсы. Видимо, здесь и берет начало специфическая позиция экзистенциально ориентированного консультанта, предполагающая с*овместное исследование жизненного пути клиента* (Сапогова, 2014) в ходе *восхождения от уровня житейского дискурса на уровень смысложизненный* и освоения с клиентом нового «алфавита» (путем «пе-

ревода» содержания переживаемых им феноменов с индивидуального «языка» на язык экзистенциальных феноменов).

Суть этого восхождения состоит в совместном ретроспективном отыскании смыслового начала, определившего старт построения «концепции» самого себя, и смысловых развилок с их семантическими контекстами, на которых клиентом были приняты решения и сделаны выборы, не оправдавшие его надежд и не позволившие ему в дальнейшем достичь целей собственного жизненного проекта, необходимость в достижении которых видится ему из текущего момента как очевидная. В этом плане, как думается, экзистенциальное консультирование и терапия в качестве основного компонента всегда содержат ретроспективную реконструкцию жизненного пути, моделирование и переструктурирование персонального нарратива с его индивидуальными философскими установками.

Приняв указанную позицию за отправную точку в понимании специфики экзистенциального консультирования, далее нужно решать вопрос о возможностях и способах терапевтического присутствия консультанта (Геллер, 2020) на экзистенциальных ландшафтах клиента, о мере со-участия/сопровождения его саморефлексии/самовникания.

На наш взгляд, сегодня вполне можно говорить о том, что у экзистенциально ориентированного консультирования есть собственное содержание (предельные человеческие данности, метапатологии, личностные смыслы, онтологические установки и пр., соединяющие его индивидуальное бытие с универсумом), но для окончательного выделения его в самостоятельную сферу психологического консультирования более сложным и актуальным является решение вопроса о выходе на это содержание в непосредственной работе с клиентами, то есть вопроса о поиске инструментов (методик) и алгоритмов (устойчивых схем), которые можно было бы использовать в практической работе.

В качестве таковых в основном сегодня используются свободный многоступенчатый сократический диалог; интроспекция клиента, фиксируемая, например, в форме эссе на определенную тему («идею о жизни»), вовлекающая в работу и выносящая на поверхность осознания даже интуитивный, а порой и иррациональный опыт человека; хайдеггерианское «осмысляющее раздумье» (в противовес его же «вычисляющему» мышлению (Бахтиярова, 2018; Хайдеггер, 1991) побуждающее искать смыслы в жизненных происшествиях, смыслово амплифицировать факты биографии, превращая их в новые события жизни (и даже в «бытийные метаморфозы»); партнерский (совместно-разделенный) опыт переживания конкретного жизненного эпизода клиента (например, содержания сновидения или биографического факта, а также неких аспектов бытия, пережитых обоими участниками консультирования); юнгианский метод активного воображения, позволяющий «оживлять» и толковать невербализуемые установки клиента. Также к анализу можно привлечь и так называемое «детское философствование» (Lipman, 2017), берущее начало в наивных детских интерпретациях реальности, частично сохраняющихся и у взрослых в виде неосознаваемых аттитюдов, веры, надежды и т.п.

Тем не менее сам по себе факт обнаружения консультантом экзистенциального измерения в запросе человека, обратившегося за психологической помощью, вряд ли может считаться достаточным сигналом для того, чтобы начать обсуждать с ним экзистенциальные данности, сущностные человеческие дилеммы и т.п. Здесь важно иное, а именно тот факт, что *экзистенциальный статус придается (или не придается) обсуждаемым вопросам самим клиентом*. Никакого смысла навязывать его извне нет: даже если консультант и воспринимает клиентский запрос как экзистенциальный и видит потенциальную пользу в обсуждении именно его, сам клиент не обязательно готов делать это и, скорее всего, сведет все к поиску необходимых действий в конкретных житейских ситуациях.

Тем не менее, экзистенциальная тема как таковая может транспарентно возникнуть как в ходе совместного обсуждении с психологом, так и/или в ходе предварительного самостоятельного обдумывания отдаленных, укорененных в биографии причин возникших трудностей, или даже как случайный результат незапланированных встреч, чтения книг, созерцания какого-либо артефакта, открывших ему новое содержание, насыщенное личной значимостью. Они выступают в качестве катализаторов экзистенциальных переживаний и размышлений, и тогда они оказываются *процессуальной характеристикой консультирования*, его потенциальной, хотя и не обязательной, стадией. Происходящий здесь мерцательный процесс, на наш взгляд, аналогичен амплифицирующему превращению человеком фактов житейского опыта в события жизни, а жизненного опыта – в опыт экзистенциальный.

Кроме того, при попытках автоинтерпретации, объяснения возникших затруднений путем позиционирования их в биографию и личную жизненную философию клиент сам с необходимостью *поднимает уровень самообобщения от повседневного бытия с самим собой к предельным онтологемам субъективной онтологии*. Консультант может стимулировать это экзистенциальное восхождение, но не обязательно должен немедленно браться за его терапевтическую разработку, поскольку клиент может вербализовать даже имеющийся и в той или иной мере осознаваемый экзистенциальный запрос не как экзистенциальный, а как сугубо конкретный, объективируя его в далекой от собственной экзистенции форме и даже активно отрицать его экзистенциальный характер.

Мы видим специфику экзистенциального консультирования в том, чтобы помочь личности за повседневными борениями, конфликтами, сомнениями и т.д. усмотреть источник переживаемого неблагополучия, причину, затрудняющую возможность встать в отношение к своей жизни в целом, то есть обнаружить те предельные установки, которые мешают ей выстраивать собственное бытие желаемым способом, что препятствует осуществлению «заботы о себе» как способности строить себя и свою жизнь по собственному проекту (Иванченко, 2019; Фуко, 1998), и реализовать тенденцию к поиску и высвобождению личных (в том числе биографических) ресурсов для амплификации опыта через укрепление усилия жить. Выстраивание (перестраивание, достраивание) собственного бытия иным (желаемым) способом *на основе взаимообмена эк-*

зистенциальным опытом с консультантом как с другим и [обобщенным] Другим и есть его конечная цель.

Обратим внимание, что так обозначенная цель одновременно и отличается, и не отличается от традиционных формулировок консультативных целей, сосредоточивающихся либо на перестройке ситуации, в которой оказался клиент, либо на его потенциальной личностной самоперестройке. Базовым концептом, подлежащим «пробуждению» и обсуждению в экзистенциальном консультировании, мы полагаем «*заботу о себе*» (Иванченко, 2019; Фуко, 1998) с ее внутренним планом, проектом самого себя («какими я вижу собственную жизнь и самого себя [в целом и в конкретной временнóй точке]»), определяемыми вопросом «зачем я делаю то, что делаю?». Он сосредоточивает вокруг себя все процессы «*выстраивания бытия*», выбора, упорядочивающего неопределенность реальности «способа жить» (Адо, 2005).

В этом плане экзистенциальное консультирование может принимать форму совместного духовного упражнения, «волевой личностной практики, предназначенной для осуществления преобразования индивидуума, самотрансформации» (Адо, 2005, с. 148) – и эта практика может растягиваться на всю взрослую жизнь человека. Соответственно, цель выступает как снижение «тревожности бытия» за счет построения новых смысловых синтагм и обретения уверенности в истинности совершаемого жизненного пути – самоформулировок личных вопросов и ответов на эти вопросы: правильно ли понято собственное предназначение, действительно ли без определенной стратегии поведения и осознания (и даже коррекции) субъективной онтологии невозможно ожидание определенных жизненных событий, действительно ли клиент «по собственному хотению, по собственному велению» распорядился «авторскими правами» на собственную жизнь и т.д.

Попытки объективации переживаний «тревожности бытия», заглубленные в самобытные контексты, подтексты и затексты жалоб и нарративов клиента, обычно указывают консультанту на его субъективную онтологию, накопленный опыт и принципы его индивидуального упорядочения, персональные тезаурусы, личную мифологию, ресурсы социализации, образования и культуры, повлиявшие в прошлом и продолжающие сейчас влиять на его способы интерпретации себя и реальности, а также на переживания, связанные с созиданием собственной идентичности и итогами рефлексии различных проявлений своей экзистенции (любви, одиночества, страха смерти, творческих порывов и пр.).

Ставя вопрос о том, что клиент сам придает своим переживаниям статус экзистенциальных, формулирует собственный вопрос к жизни, самозадачи в ней и тем самым совершает самовосхождение к экзистенциальному уровню консультирования, отметим, что анализ переживаний трудностей, связанных с *операциональным аспектом* жизнедеятельности клиента (распространенное «не знаю, *как* жить дальше») (Заика, 2018) потенциально выводит на необходимость выстраивания совместно с клиентом новых жизненных стратегий («мы будем жить теперь по-новому»). Такие «стратегически ориентированные» запросы указывают на заинтересованность и потенциальную готовность клиента

менять способ (модус), инструментальные аспекты жизни, пересамоорганизовываться. Желание выстроить новую стратегию жизнеосуществления, на наш взгляд, есть движение от «Я-наличного» к «Я-иному» и одновременно первый (переходный от житейского) уровень экзистенциального консультирования – переход от решения конкретных вопросов повседневности к постановке экзистенциального запроса.

Если в консультировании поднимаются вопросы *мотивационно-целевого характера* («не знаю, *для чего* жить дальше») (Заика, 2018), работа с клиентом выходит на процессы целеполагания и текущей реализованности его жизни. Это осознание можно считать вторым уровнем экзистенциального консультирования, центральный концепт которого – «забота о себе» (Иванченко, 2019; Фуко, 1998). Он предполагает наличие следующего понятийного ряда в сознании клиента: «озабоченность [собой]», «уход [за собой]», «попечение [себя]», «беспокойство [за себя]», «управление [собой]», «внимание», «тревога», «концентрация», «поиск себя», «фиксация настоящего себя», «конструирование будущего для себя» и т.п. Этот ряд апеллируют, фактически, к *способу установления отношений с самим собой, с собственным «Я» и косвенно* указывает на разочарование клиента в имеющемся у него проекте самого себя и на стремление откорректировать его целиком или в отдельных аспектах.

Суть консультирования на этом уровне – в совместном прояснении самого факта наличия и содержания клиентского проекта, сопоставлении его с содержанием его текущей жизни и обнаружении расхождений со стратегиями его реализации или ключевыми смыслами. И если на первом уровне рассматривался путь к большей удовлетворенности жизнью («*как* идти [к желаемым и намеченным целям]»), то на втором исследуется сама поставленная клиентом цель, к которой этот путь ведет («*куда* идти [к каким возможным для меня целям]»).

Обращение же посредством глубинных вопрошаний к *смысловым аспектам жизни*, проблемам ее самодетерминации и самоорганизации («не знаю, *зачем вообще* жить» (Заика, 2018) выводит работу на третий, собственно экзистенциальный, уровень – обсуждение с клиентом характера выстраивания собственного бытия в целом, возможностей достижения полноты существования. Он связан с осознанием и перестраиванием его субъективной онтологии («*зачем* [ради чего] идти») и принятием определенного «способа жить», возможно, отличного от выбранного ранее.

Итак, мы обозначаем три уровня восхождения к экзистенциальному консультированию: уровень стратегии, уровень заботы о себе и уровень выстраивания бытия. Их выделение, на наш взгляд, может служить основанием для построения *системной модели экзистенциального консультирования,* расширяющей поле авторефлексии и обращающей внимание клиента к разному содержанию отношений в системе «Я-Мир» на каждом уровне. Она способна «обслуживать» как вре́менные смысловые деформации жизненного пути (болезнь, потеря социального статуса или ограничение социальных связей и т.п. в качестве причин, заставивших утратить уверенность в реализуемом жизненном проекте), так и случаи невозможности реализации основных тенденций лич-

ности (преодоления препятствий на пути к своей осознаваемой подлинности, заставивших потерять уверенность в себе и ценности собственного бытия).

На каждом уровне консультанту придется иметь дело с более или менее осознанной и цельной философией клиента, его самобытным взглядом на жизнь как таковую и на происходящее в ней с ним (Унамуно, 1997). Его работа будет состоять в *совместном с клиентом исследовании его жизненного пути* и последовательном «приведении к ясности» (Касавина, 2016; Касавина, 2013; Ясперс, 2021) его бытия на любом из обсуждаемых уровней. «Приведение к ясности» (прояснение, распутывание) – сквозной «многозадачный» процесс, пронизывающий все уровни: оно открывает клиенту разные возможности совладать с собственным бытием – например, смириться с ограниченностью своего существования или принять сложности выбранного жизненного пути с его повседневными проблемами и сущностными человеческими дилеммами; отчетливее осознать тенденции к усложнению или упрощению собственного бытия; реализовать попытки до- и/или переопределения собственных смыслов с целью открыть «то, что подлинно есть»; пережить и переосознать собственную данность, чтобы более зрело взглянуть на то, чем является его жизнь и жизнь вообще; увидеть несостоятельность каких-то аспектов своей системы «Я-Мир» и начать искать новые пути выстраивания бытия и пр.

Целостный консультативный цикл предполагает потенциальное ведéние клиента от уровня построения жизненной тактики или стратегии до уровня выстраивания целостного бытия, но может ограничиваться и работой на одном из них при условии, что предшествующие уже были пройдены самостоятельно или особствованы в иных формах консультирования, где решались проблемы повседневности, побудившие клиента к глобальному пересмотру своих отношений с реальностью и не соответствующих им способов жизнеосуществления.

Экзистенциальное консультирование на всех уровнях требует не просто инструментального, но сущностного, со-участвующего присутствия Другого (консультанта), а также совместного с ним анализа жизненного пути и пополнения рефлексивного тезуруса для «открываемой» им в самом себе феноменологии на каждом уровне. Углубляясь в процесс самопонимания и тем самым одновременно поднимаясь к большей целостности и масштабности самовидения, клиент нуждается в инструменте для «смыслового картографирования ситуаций» (Хорошилов, Машков, 2020, с. 21) собственной жизни. Поначалу роль такого инструмента выполняет смысловая система и тезаурус консультанта, который предлагает препарировать опыт клиента с помощью предлагаемых ему новых категорий и тем самым формирует у него чувствительность к конкретным жизненным эпизодам и составляющим их переживаниям (мобилизует его сензитивность (Бьюдженталь, 2022)). Впоследствии клиент сам нарабатывает собственный рефлексивный словарь.

Совместное исследование жизненного пути ставит вопрос о *единицах его анализа*. Таковыми выступают не просто сами события, произошедшие с клиентом на разных этапах его жизни, а отношение к ним, *переживание* образно-когнитивного (смыслового) содержания, которым он наполнил их, отбирая

их и конструируя причинно-следственные связи между ними, поскольку речь идет о субъективном нарративном преломлении и амплификации случившегося. В конечном счете, именно переживания и их последующая амплификации определяют то, как человек самоопределяется своими значениями, смыслами, метафорами и символами.

Углубляясь в процесс самопонимания и тем самым одновременно поднимаясь к большей целостности и масштабности самовидения, клиент нуждается в орудии для «смыслового картографирования ситуаций» (Хорошилов, Машков, 2020) собственной жизни. «Чтобы распутать чужой опыт, надо внести в него иную структуру смыслов» (М.К. Мамардашвили цит. по: Касавина, 2013, с.63). Поначалу роль такого орудия выполняют смысловая система и тезаурус консультанта, помогающие препарировать опыт клиента с помощью предлагаемых ему иных/новых для клиента, но уже особствованных консультантом категорий и тем самым формирует у него чувствительность к конкретным жизненным эпизодам и составляющим их переживаниям (мобилизует его сензитивность (Бьюдженталь, 2022)).

В процессе совместной реконструкции и анализа переживаний происшествий на жизненном пути клиента важное значение имеет стартовая точка, с которой он «отсчитывает» свой жизненный путь, и точка в настоящем (или обозримом прошлом), в которой течение жизни осмыслено как переставшее быть удовлетворяющим. Вместе они задают некий интервал «от и до» (или «до и после»), где можно искать событийный и смыслово амплифицированный источник неблагополучия, затруднивший жизнь клиента. Смысловое дробление внутри этого интервала также помогает структурировать переживания и анализировать их.

Пучки переживаний, сконцентрированные вокруг конкретных жизненных происшествий, являются исходными значащими элементами в экзистенциальном опыте клиента, отражающими его контакты с миром в многочисленных ситуациях жизни. Особенно отчетливо они обнаруживают себя в часто всплывающих воспоминаниях, не отпускающих от себя сновидениях, внезапно возникших чувствах радости или печали, в повторяющихся «философских» сентенциях и пр. Согласно М.К. Мамардашвили, функция переживаний как раз и состоит в том, что через них, поскольку они являются непосредственной жизненной данностью, личность пытается сама себе пояснить, усвоить, означить эти связи и встать в отношение к ним (Мамардашвили, 1997) (принять, бороться, отрицать, вытеснять и т.д.). Тем самым переживания инициируют процессы осмысления себя и принятия решений.

Для актуализации указанных М.К. Мамардашвили функций поток переживаний первоначально должен быть собран, структурирован, упорядочен, что и помогает сделать консультант, подводя набор переживаний под некое понятие или представление, в качестве которого могут выступить экзистенциальные феномены (ответственность, долг, любовь и т.д.). Консультант обозначает их и фиксирует вербально через адресацию к имеющимся у клиента культурным конструктам. Так опыт постепенно расшифровывается в пространстве

«консультант-клиент», «распутывается» (Касавина, 2013), проясняя, «что это значило для него», позволяя взглянуть на него «издали», принять или трансформировать соответствующее переживание. Далее он может быть амплифицирован новым содержанием.

«Распутывание» как способ выявления в сложной структуре опыта более простых составляющих элементов (переживаний), их функций и логики их соединения в целое, как инструмент исследования жизненного пути личности требует завершенного в смысловом плане материала, в качестве которого удобнее всего использовать *тексты завершенных личных историй*. Вспомним лотмановское: «То, что не имеет конца – не имеет и смысла. Осмысление связано с сегментацией недискретного пространства. В этом отношении приписывание реальности значений, в частности, в процессе художественного осмысления, неизбежно включает в себя сегментацию» (Лотман, 1994, с. 418) или блоковское: «Жизнь – без начала и конца... / Но ты, художник, твёрдо веруй / В начала и концы» (Блок, 1960, с. 301). Здесь открывается пространство смыкания экзистенциального и нарративного подходов в консультировании.

Создание клиентом завершенных историй (личная наррация) задает опыту определенную структуру, контур, фрейм для вкладывания в него накапливаемых жизненных происшествий, и они становятся контейнерами для фиксации впечатлений от собственной жизни. По этому поводу Н.А. Касавина пишет: «Конструирование знаковой структуры есть *способ понимания* таких сложных и многогранных феноменов, как опыт и жизненный мир, которые, как и всякие естественные, стихийно формирующиеся, эмерджентные явления, нелегко поддаются концептуализации» (Касавина, 2013, с. 63).

Вообще, совмещение тезаурусов, языков и культурных кодов клиента и консультанта само по себе является значимым источником «приведения к ясности».

Таким образом, консультант оказывается своеобразным психосемантическим медиатором в этом процессе, «отчуждая» переживание от индивидуальной семантики субъекта во имя его трансформации, уточнения и принятия, построения нового взгляда на систему «Я-Мир». В этом процессе пережитое событие предстает очищенным и ясным, и в таком виде оно становится более понятным в своих связях с другими событиями и прошлым опытом (Степанов, 2017, с.78). Там самым консультант помогает клиенту взглянуть на себя как на цельность, как на выполненную им самим «собранность себя» (Померанц, 2013), хотя по сути никто, конечно, подобной цельностью не обладает, будучи носителем живого текучего опыта. Но в такой форме ему будет легче «узревать», «прозревать» себя, сопоставлять «Я-наличное» и «Я-желаемое».

Концептуализация опыта непосредственных переживаний является сущностным компонентом экзистенциального консультирования еще и потому, что она помогает изменить масштаб восприятия клиентом своей жизни, подняться над ее непосредственными реалиями и ситуациями за счет расширения

контекстов. Введение нового тезауруса с помощью семантики консультанта необходимо для понимания феноменов жизненного мира клиента и проясняет известную метафору позиционирования консультанта как «инструмента» работы с клиентом.

Но проблемность «распутывания» состоит в том, что само по себе уяснение составных элементов опыта клиента мало что дает без одновременного движения в направлении от сущего к должному, от факта и феномена к ценности и понятию, поэтому анализ составляющих личных историй требует дополнения в форме *конструирования сферы конечных, предельных оснований бытия и сознания*, что позволяет концептуализировать знание о связанных с нею феноменах и формировать к ним оценочное отношение. Это требует обращения к *субъективной онтологии клиента*. В «зазоре» между переживаемыми клиентом затруднениями в организации собственной жизни и предельными онтологемами его субъективной онтологии лежит ресурс экзистенциально ориентированного консультирования, способного обеспечить движение к самопониманию и самотрансформации.

Возвращаясь к нашей модели экзистенциально ориентированного консультирования, отметим, что на первом уровне речь может идти о помощи клиенту в его совладании с текущим бытием и нахождении удовлетворяющих его способов эффективнее жить в привычной повседневности, не претендуя на ее изменение. Здесь осуществляется процесс замены установок и концептов «Я-наличного» клиента на установки и концепты «Я-иного/желаемого». Результатом такой работы становится обретение клиентом «Я-иного», более соответствующего, по его мнению, доставшемуся ему бытию. Преемственность между первым и вторым уровнем может обеспечиваться осознанием, что обновленное «Я» клиента позволяет ему умотреть свои новые потенциалы и новые жизненные ориентиры, расходящиеся с теми, что удовлетворяли его и казались осмысленными раньше.

При появлении новых смыслоцелевых ориентиров на втором уровне у клиента появляется возможность изменения жизненного проекта в сторону конструктивной коррекции его целей, то есть об использовании собственной воли в изменении наличного бытия (он может менять проект «Я-бытия»/своего наличного бытия», результатом чего становится смена жизненных ориентиров, определяющих способ бытия для клиента).

На третьем уровне речь идет о поиске соответствия, соразмерности собственных желаний, целей, представлений так или иначе осознанным целям бытия в отношении клиента (он может менять отношение «Я-наличное – наличное бытие-вместе», его результатом оказывается выстривание нового уровня «Я-иной – новое наличное бытие»).

Литература

Адо П. Философия как способ жить: Беседы с Жанни Карлие и Арнольдом И. Дэвидсоном. – М., СПб: Степной ветер, Коло, 2005. – 288с.

Бахтиярова Е.З. Проблема «осмысляющего мышления» как «заботы о себе» в техногенной цивилизации // «Забота о себе» как образовательная практика современного классического университета. Сб. статей и материалов международной научной конференции 24-25 ноября 2017 г. (г. Томск). – Томск: Изд-во Томского университета. 2018. – С. 165-170.

Блок А.А. Возмездие // А.А. Блок. Полн. собр. соч.: в 8-ми тт. – М.-Л.: 1960. – Т. 3. – 301с.

Борисов С.В. Теория и практика философского консультирования: компаративистский подход // Социум и власть. 2018.– № 2 (70). – С. 103-110.

Босс М. Недавние размышления о дизайн-анализе // Московский психотерапевтический журнал. 2009. – № 2 (61). – С. 147-167.

Бренифье О. Искусство философской практики: философские установки // Социум и власть. 2018. №1 (69). – 80-87с.

Бьюдженталь Дж. Наука быть живым. – Тверь: Корвет, 2017. – 332с.

Бьюдженталь Дж. Искусство психотерапевта. – СПб.: Питер, 2022. – 368с.

Василюк Ф.Е. Понимающая психотерапия как психотехническая система. – СПб.: Питер, 2023. – 448с.

Геллер Ш. Практическое руководство по развитию терапевтического присутствия. – М.: Институт общегуманитарных исследований, 2020. – 204с.

Гуревич П. «Высвечивание» человека: экзистенциальный психоанализ Медарда Босса // Философская антропология. 2020. – Т. 6, № 2. – С. 6-24. doi: 10.21146/2414-3715-2020-6-2-6-24.

Дорцен ван Э. Повседневные тайны. Экзистенциальные измерения психотерапии. – М.: ИОИ, 2019. – 446с.

Заика В.Н. Психология инициальных типов личности // Межвузовский сборник научных статей с международным участием. Вып. 7 / Ред. В.И. Кочурко и др. [Актуальные проблемы психологии: наука – практике] – Барановичи: *БарГУ, 2018. – С. 89-96.*

Иванченко Г.В. Забота о себе. История и современность. – М.: Смысл, 2019. – 304с.

Карягина Т.Д. Научное наследие Ф.Е. Василюка: от психологического консультирования к консультативной психологии // Культурно-историческая психология. 2019. – Т. 15, № 1. – С. 4-14. doi: 10.17759/chp. 2019150101

Касавина Н.А. Экзистенциальный опыт: переживание пути и становление структуры // Вопросы философии. 2013. – № 7. – С. 63-72.

Касавина Н.А. Экзистенциальный опыт: отчаяние и надежда // Философские науки. 2016. – № 10. – С. 54-67.

Лавлок Дж.Э. Новацен: Грядущая эпоха сверхразума. – СПб.: Европейский университет в Санкт-Петербурге, 2022. – 160с.

Лотман Ю.М. Смерть как проблема сюжета // Ю.М. Лотман и тартуско-московская семиотическая школа. – М.: Гнозис, 1994. – С. 417-430.

Лукас Э. Учебник логотерапии. Представление о человеке и методы. – М.: Когито-Центр, 2020. – 256с.

Мамардашвили М.К. Психологическая топология пути. – СПб.: Изд-во Русского Христианского гуманитарного института, Нева, 1997. – 568с.

Мусийчук М.В. Философское консультирование как направление психотерапии: от «человека привычки» к «человеку воли» // Медицинская психология в России. 2018. – Т. 10. № 6 (53). – С. 8-16. doi 10.24411/2219-8245-2018-16080

Марквард О. Эпоха чуждости миру? // Отечественные записки. 2003. – № 6. – URL: https://magazines.gorky.media/oz/2003/6/epoha-chuzhdosti-miru.html (дата обращения: 30.11.2023).

Померанц Г.С. Собирание себя. Курс лекций, прочитанный в Университете истории культур в 1990-1991 гг. – М., СПб.: Центр гуманитарных инициатив, 2013. – 143с.

Сапогова Е.Е. Жизненный и экзистенциальный опыт в автобиографических нарративах личности // Вопросы психологии. 2014. – № 1. – С. 68-79.

Сапогова Е.Е. Экзистенциальный бэкграунд консультирования взрослых // III Международная конференция по консультативной психологии и психотерапии, посвященная памяти Ф.Е. Василюка «Консультативная психология: традиции и инновации»: сборник материалов. – М.: ФГБОУ ВО «МГППУ», 2023. – С. 255-262.

Спинелли Э. Экзистенциальная терапия. Создание мира отношений. – Бирштонас: Институт гуманистической и экзистенциальной психотерапии, 2022. – 364с.

Степанов Ю.С. Протей. Очерки хаотической эволюции. – М.: Издательский Дом ЯСК, 2017. – 273с.

Унамуно М. О трагическом чувстве жизни. – Киев: Символ, 1997. – 416с.

Фуко М. Забота о себе. История сексуальности – III. – М.: Грунт, 1998. – 282с.

Хайдеггер М. Отрешенность / Пер. А.Г. Солодовникова, 1991. – URL: http://lib.ru/HEIDEGGER/gelassen.txt (дата обращения: 17.12.2023).

Хольцхей-Кунц А. Страдание из-за собственного бытия: дизайн-анализ и задача герменевтики психопатологических феноменов. – Вильнюс: Логвинов, 2016. – 310с.

Хорошилов Д.А., Машков Д.С. Метод обоснованной теории как инструмент психологического картографирования социальных ситуаций // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2020. – Т. 10, № 1. – 18-32с.

Эпштейн М.Н. Первопонятия: Ключи к культурному коду. – М.: КоЛибри, Азбука-Аттикус, 2022. – 720с.

Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. – М.: Класс, 2019. – 576с.

Ясперс К. Философия. Кн.2. Просветление экзистенции. – М.: Канон+, 2021. – 448с.

Boss M. Existential Foundations of Medicine and Psyhology. L.; N.Y.: Aronson, 1979. – 303p.

Cooper M. Existential Therapies. NY: Sage Publications Ltd., 2016. – 232p.

Floridi L. The philosophy of information: ten years later. In: L. Floridi // Metaphilosophy / A.T. Marsoobian (Ed.). Oxford, UK. – Vol. 41. № 3. April 2010. – P. 420–442. – URL: http://www.philosophyofinformation.net/publications/pdf/tpoi10yl.pdf (дата обращения: 30.11.2023).

Lipman M. Brave old subject, brave new world // Naji S., Hashim R. (eds.) History, Theory and Practices of Philosophy for Children: International Perspectives. – L.: Routledge, N.Y.: Taylor and Francis, 2017. – P.12-17.

Norcross J., Cooper M. Personalizing Psychotherapy: Assessing and Accommodating Patient Preferences. – NY: American Psychological Association, 2021. – 207p.

References

Ado P. Filosofiya kak sposob zhit': Besedy s Zhanni Karlie i Arnol'dom I. Devidsonom [Philosophy as a way to live: Conversations with Jeannie Carlier and Arnold I. Davidson] – M., SPb: Stepnoj veter, Kolo, 2005. – 288p.

Bakhtiyarova E.Z. Problema «osmyslyayushchego myshleniYA» kak «zaboty o sebE» v tekhnogennoj civilizacii [The problem of «comprehending thinking» as «taking care of oneself» in a technogenic civilization] // «Zabota o sebE» kak obrazovatel'naya praktika sovremennogo klassicheskogo universiteta [«Taking care of oneself» as an educational practice of a modern classical university] Collection of articles and materials of the international scientific conference on November 24-25, 2017 (Tomsk). – Tomsk: Publ. Tomskogo universiteta. 2018. – P. 165-170.

Blok A.A. Vozmezdie [Retribution] // *A.A. Blok* Polnoe sobranie sochinenij [Full composition of writings]: v 8-mi tt. – Moscow, Leningrad: Hudozhestvennaya literatura, 1960. – Vol. 3. – 301p.

Borisov S.V. Teoriya i praktika filosofskogo konsul'tirovaniya: komparativistskij podhod [Theory and practice of philosophical counseling: a comparative approach] // Socium i vlast' [Society and power]. 2018.– No 2 (70). – P. 103-110.

Boss M. Nedavnie razmyshleniya o dazajn-analize [Recent thoughts on dasein analysis] // Moskovskij psihoterapevticheskij zhurnal [Moscow Psychotherapeutic Journal]. 2009. – No 2 (61). – P. 147-167.

Brenifier O. Iskusstvo filosofskoj praktiki: filosofskie ustanovki [The art of philosophical practice: philosophical attitudes] // Socium i vlast' [Society and power]. 2018. No 1 (69). – P. 80-87.

Bugental Dzh. Nauka byt' zhivym [The Science of Being Alive]. – Tver': Korvet, 2017. – 332 p.

Bugental Dzh. Iskusstvo psihoterapevta [The art of the psychotherapist]. – SPb.: Piter, 2022. – 368p.

Vasilyuk F.E. Ponimayushchaya psihoterapiya kak psihotekhnicheskaya sistema [Understanding psychotherapy as a psychotechnical system]. – SPb.: Piter, 2023. – 448p.

Geller Sh. Prakticheskoe rukovodstvo po razvitiyu terapevticheskogo prisutstviya [A Practical Guide to Developing Therapeutic Presence]. – M.: Institut obshchegumanitarnyh issledovanij, 2020. – 204p.

Gurevich P. «Vysvechivanie» cheloveka: ekzistencial'nyj psihoanaliz Medarda Bossa ["Highlighting" a person: the existential psychoanalysis of Medard Boss] // Filosofskaya antropologiya [Philosophical anthropology]. 2020. – Vol. 6. No 2. – P. 6-24. doi: 10.21146/2414-3715-2020-6-2-6-24.

van Deurzen E. Povsednevnye tajny. Ekzistencial'nye izmereniya psihoterapii [Everyday secrets. Existential dimensions of psychotherapy]. – Moscow: IOI, 2019. – 446 p.

Zaika V.N. Psihologiya inicial'nyh tipov lichnosti [Psychology of initial personality types] // Aktual'nye problemy psihologii: nauka – praktike. Mezhvuzovskij sbornik nauchnyh statej s mezhdunarodnym uchastiem [Current problems of psychology: science - practice. Interuniversity collection of scientific articles with international participation.]. Vyp. 7 / Red. V.I. Kochurko i dr. – Baranovichi: Publ. Baranovicheskogo gosudarstvennogo unversiteta, 2018. – P. 89-96.

Ivanchenko G.V. Zabota o sebe. Istoriya i sovremennost' [Self-care. History and modernity]. – Moscow: Smysl, 2019. – 304p.

Karyagina T.D. Nauchnoe nasledie F.E. Vasilyuka: ot psihologicheskogo konsul'tirovaniya k konsul'tativnoj psihologii [Scientific heritage of F.E. Vasilyuk: from psychological counseling to advisory psychology] // Kul'turno-istoricheskaya psihologiya. 2019. – Vol. 15. No 1. – P. 4-14. doi: 10.17759/chp. 2019150101

Kasavina N.A. Ekzistencial'nyj opyt: perezhivanie puti i stanovlenie struktury [Existential experience: experiencing the path and the formation of structure] // Voprosy filosofii. 2013. – No 7. – P. 63-72.

Kasavina N.A. Ekzistencial'nyj opyt: otchayanie i nadezhda [Existential experience: despair and hope] // Filosofskie nauki. 2016. – No 10. – P. 54-67.

Lavlok Dzh.E. Novacen: Gryadushchaya epoha sverhrazuma [Novacen: The Coming Age of Superintelligence]. – SPb.: Evropejskij universitet v Sankt-Peterburge, 2022. – 160p.

Lotman Yu.M. Smert' kak problema syuzheta [] // Yu.M. Lotman i tartusko-moskovskaya semioticheskaya shkola [Yu.M. Lotman and the Tartu-Moscow Semiotic School]. – Moscow: Gnozis, 1994. – P. 417-430.

Lukas E. Uchebnik logoterapii. Predstavlenie o cheloveke i metody [Textbook of logotherapy. Concept of man and methods]. – Moscow: Kogito-Centr, 2020. – 256p.

Mamardashvili M.K. Psihologicheskaya topologiya puti [Psychological topology of the path]. – SPb.: Publ. Russkogo Hristianskogo gumanitarnogo instituta, Neva, 1997. – 568p.

Musijchuk M.V. Filosofskoe konsul'tirovanie kak napravlenie psihoterapii: ot «cheloveka privychki» k «cheloveku voli» [Philosophical counseling as a direction of psychotherapy: from a "man of habit" to a "man of will"] // Medicinskaya psihologiya v Rossii. 2018. – Vol. 10. No 6 (53). – P.8-16. doi 10.24411/2219-8245-2018-16080

Markvard O. Epoha chuzhdosti miru? [An era of alienation to the world?] // Otechestvennye zapiski. 2003. – No 6. – URL: https://magazines.gorky.media/oz/2003/6/epoha-chuzhdosti-miru.html (data obrashcheniya: 30.11.2023).

Pomeranc G.S. Sobiranie sebya. Kurs lekcij, prochitannyj v Universitete istorii kul'tur v 1990-1991 gg. [Collecting yourself. A course of lectures given at the University of Cultural History in 1990-1991]. – M., SPb.: Centr gumanitarnyh iniciativ, 2013. – 143p.

Sapogova E.E. Zhiznennyj i ekzistencial'nyj opyt v avtobiograficheskih narrativah lichnosti [Life and existential experience in autobiographical personal narratives] // Voprosy psihologii. 2014. – No 1. – P.68-79.

Sapogova E.E. Ekzistencial'nyj bekgraund konsul'tirovaniya vzroslyh [Existential background in adult counseling] // III Mezhdunarodnaya konferenciya po konsul'tativnoj psihologii i psihoterapii, posvyashchennaya pamyati F.E. Vasilyuka "Konsul'tativnaya psihologiya: tradicii i innovacii": sbornik materialov [III International Conference on Counseling Psychology and Psychotherapy, dedicated to the memory of F.E. Vasilyuk "Counseling psychology: traditions and innovations": collection of materials]. – M.: Publ. Moskovskogo gosudarstvennogo psihologo-pedagogicheskogo universiteta, 2023. – P. 255-262.

Spinelli E. Ekzistencial'naya terapiya. Sozdanie mira otnoshenij [Existential therapy. Creating a world of relationships]. – Birshtonas: Institut gumanisticheskoj i ekzistencial'noj psihoterapii, 2022. – 364p.

Stepanov Yu.S. Protej. Ocherki haoticheskoj evolyucii [Proteus. Essays on Chaotic Evolution]. – M.: Izdatel'skij Dom YaSK, 2017. – 273p.

Unamuno M. O tragicheskom chuvstve zhizni [About the tragic feeling of life]. – Kiev: Simvol, 1997. – 416p.

Fuko M. Zabota o sebe. Istoriya seksual'nosti – III [Self-care. History of sexuality – III]. – M.: Grunt, 1998. – 282p.

Hajdegger M. Otreshennost' [Detachment] / Per. A.G. Solodovnikova, 1991. – URL: http://lib.ru/HEIDEGGER/gelassen.txt (data obrashcheniya: 17.12.2023).

Holzhey-Kunz A. Stradanie iz-za sobstvennogo bytiya: dizajn-analiz i zadacha germenevtiki psihopatologicheskih fenomenov [Suffering because of one's own existence: design analysis and the task of hermeneutics of psychopathological phenomena]. – Vil'nyus: Logvinov, 2016. – 310p.

Horoshilov D.A., Mashkov D.S. Metod obosnovannoj teorii kak instrument psihologicheskogo kartografirovaniya social'nyh situacij [The grounded theory method as a tool for psychological mapping of social situations] // Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Psihologiya. 2020. – Vol. 10, № 1. – P. 18-32.

Epshtejn M.N. Pervoponyatiya: Klyuchi k kul'turnomu kodu [First Concepts: Keys to the Cultural Code]. – Moscow: KoLibri, Azbuka-Attikus, 2022. – 720 p.

Yalom I. Ekzistencial'naya psihoterapiya [Existential psychotherapy]. – Moscow: Klass, 2019. – 576 p.

Yaspers K. Filosofiya. Kn.2. Prosvetlenie ekzistencii [Philosophy. Book 2. Enlightenment of existence]. – Moscow: Kanon+, 2021. – 448 p.

Boss M. Existential Foundations of Medicine and Psyhology. L.; N.Y.: Aronson, 1979. – 303p.

Cooper M. Existential Therapies. NY: Sage Publications Ltd., 2016. – 232p.

Floridi L. The philosophy of information: ten years later. In: L. Floridi // Metaphilosophy / A.T. Marsoobian (Ed.). Oxford, UK. – Vol. 41. № 3. April 2010. – P. 420–442. – URL: http://www.philosophyofinformation.net/publications/pdf/tpoi10yl.pdf (data obrashcheniya: 30.11.2023).

Lipman M. Brave old subject, brave new world // Naji S., Hashim R. (eds.) History, Theory and Practices of Philosophy for Children: International Perspectives. – L.: Routledge, N.Y.: Taylor and Francis, 2017. – P. 12-17.

Norcross J., Cooper M. Personalizing Psychotherapy: Assessing and Accommodating Patient Preferences. – NY: American Psychological Association, 2021. – 207p.

Информация об авторе

Сапогова Елена Евгеньевна, доктор психологических наук, профессор, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Московский педагогический государственный университет»; Москва, Россия, e-mail: esapogova@yandex.ru

Information about the author

Sapogova Elena E. Doctor of Psychological Sciences, Professor, Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education «Moscow Pedagogical State University»; Moscow, Russia, e-mail: esapogova@yandex.ru

Получена: 12.04.2024
Принята в печать: 30.08.2024

Received: 12.04.2024
Accepted: 30.08.2024