

DOI: 10.12731/2218-7405-2013-5-29

УДК 159.923 (075.8)

ФЕНОМЕНОЛОГИЯ И МЕХАНИЗМЫ РАЗРЕШЕНИЯ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫХ ВНУТРИЛИЧНОСТНЫХ КОНФЛИКТОВ

Красильников И. А.

В статье рассматриваются взгляды основоположников экзистенциальной психологии на феноменологию и психологические механизмы внутриличностных конфликтов. Указывается, что основной внутренний конфликт связан с экзистенциальной тревогой, жизни-смерти человека. Переживание своего существования в современном социальном мире часто имеет для человека трагический характер. Разрешение экзистенциальных внутриличностных конфликтов определяется тем, как человек смог осознать в себе глубинное «Я», связанное с чувством обретения внутренней и внешней свободы, креативности и спонтанности. Подчеркивается, что свобода есть главное качество социальной жизни человека, но путь к ней требует от личности ответственности, мужества и честности. Авторство собственной судьбы, личностная идентичность являются источником разрешения экзистенциальных внутриличностных конфликтов. Не каждый человек способен сохранять подлинность в своей жизни. Целостность «Я» невозможно восстановить, игнорируя духовно-нравственные ценности.

Цель. Изучить феноменологию и психологические механизмы разрешения экзистенциальных внутриличностных конфликтов.

Метод. Качественный теоретический анализ и синтез литературных данных.

Результаты. В статье представлены и обобщены представления ведущих ученых-психологов экзистенциальной ориентации на феноменологию и

механизмы разрешения внутриличностных конфликтов. Значительное внимание уделено взглядам Р. Мэя, как одного из главных представителей экзистенциальной психотерапии.

Область применения результатов. Подготовка психологов в области психотерапевтического консультирования.

Ключевые слова: внутриличностные конфликты, экзистенциальная тревога, свобода, спонтанность, ответственность.

PHENOMENOLOGY AND MECHANISMS OF THE SOLUTION OF EXISTENTIAL INTRAPERSONAL CONFLICTS

Krasilnikov I.A.

In the article sights of founders of existential psychology at phenomenology and psychological mechanisms of intrapersonal conflicts are considered. It is underlined, that the basic internal conflict is connected with existential anxiety, human life-death. Experience of the existence in the modern social world often has tragical character for the person. The solution of existential intrapersonal conflicts is defined by how the person could realize in itself deep «Me» connected with feeling of finding of internal and external freedom, creative and spontaneity. It is emphasized, that freedom is the main quality of social human life, but the way to it demands from the person of the responsibility, courage and honesty. The authorship of own destiny, personal identity are a source of the solution of existential intrapersonal conflicts. Not each person is capable to keep authenticity in the life. Integrity «Me» cannot be restored, ignoring cultural mental-moral values.

Purpose. To study phenomenology and psychological mechanisms of the solution of existential intrapersonal conflicts.

Methodology. The qualitative theoretical analysis and synthesis of literary data.

Results. In the article general concepts of leading scientists-psychologists of existential orientation to phenomenology and mechanisms of the solution of intrapersonal conflicts are presented. The significant attention is given R. Meya's to sights, as one of the main representatives of existential psychotherapy.

Practical implications. Preparation of psychologists in the field of psychotherapeutic consultation.

Keywords: intrapersonal conflicts, existential anxiety, freedom, spontaneity, the responsibility.

Современный социальный мир в силу высокой динамичности и неустойчивости ставит перед каждым человеком одновременно две жизненные задачи – социально-психологической адаптации и развития своей личности. Любые социальные изменения неизбежно приводят к внутриличностным конфликтам, которые могут разрешаться как конструктивно, так и деструктивно. В психологии выделены различные теоретические модели внутриличностных конфликтов, однако актуальность исследований в настоящее время все больше связывается с экзистенциальной психологией личности. В данной статье мы остановимся на взглядах основных (далеко не всех) экзистенциальных психотерапевтов, внесших значительный вклад в психологическую науку, и постараемся теоретически обобщить имеющиеся разрозненные положения.

Экзистенциальная психология считает, что человек «приговорен» испытывать экзистенциальную тревогу. Тревожное чувство является личностной реакцией на угрозу существования фундаментальным ценностям бытия, которые осмысливаются человеком со всей жизнью в целом. Понимание невозможности, с одной стороны отказаться от этих ценностей, а с другой - вернуть их себе рассматривается как экзистенциальный внутренний конфликт. Феноменологически он переживается как трагизм собственной жизни, который объективно невозможно преодолеть. Этот конфликт невыносим для человека, и

пытки всячески вытеснить его из сознания приводят к формированию чувства иллюзорной безопасности.

Один из основоположников экзистенциальной психологии и психотерапии, Р. Мэй считает принципиальным признавать единство субъекта и среды, ситуации, которое фиксируется понятием Dasein. Если человек в этом мире становится объектом, а не субъектом воздействия, то он испытывает отчуждение от своего подлинного «Я» (ядерный внутренний конфликт), как изоляция и недостаток значимых человеческих отношений. По Р. Мэю, для человека прошлое и будущее сконцентрировано в настоящем. Внутренние конфликты реализуются «здесь и сейчас». Для их разрешения необходимо пребывать в подлинной настоящей субъективной реальности, важна смелость «лицом к лицу» встретиться со своей судьбой, смелость прожить настоящее. Быть честным, в первую очередь, по отношению к себе означает пройти через испытание тревоги, но только на этом пути человек может обрести чувство свободы. Противостояние тревоге связывается Р. Мэйем с переосмыслением, переоценкой ценностей, после чего начинается личностный рост. Любое развитие как формирование себя, имеет этапы кризисов, внутренних конфликтов, когда важен отказ от прежних ценностей и формирование новых. Любое развитие состоит в отказе от прежних ценностей и способности выдержать тревогу [5].

Р. Мэй считает, что ценность свободы образует главный жизненный смысл человека. Необходимо утверждать свою свободу, даже, если судьба этому противостоит. Свобода личности заключается в способности знать о своей некоторой предопределенности, судьбе, своих возможностях; свобода - это готовность к переменам, даже если эти перемены непредсказуемы, имеют неопределенный характер. Реализация свободы предполагает также наличие в сознании человека нескольких различных возможностей существования, даже если в данный момент не ясно как нужно действовать и это сопровождается

тревогой. Нормальная тревога может перейти в невротичную, ценой отказа от свободного познания, понимания себя в ситуации и нового развития [6].

По Р. Мэю для гармоничного развития субъект должен активно вмешиваться в свою судьбу, быть субъектом своей жизни. Ученый придает важное значение процессу самопознания как условию разрешения внутреннего конфликта. Расширение своего самосознания сопряжено с обретением свободы действия, ответственности и усилением тревоги. Свобода и судьба неразрывно связаны. Судьба без свободы теряет всякое значение. Стремясь к свободе, человек выбирает свой жизненный путь, а значит и свою судьбу. Свобода рождается из осознания неизбежности своей судьбы. Не смотря на то, что судьба может ограничивать развитие личности, игнорировать свою судьбу человек не в силах, но человек как-то может к ней относиться. Ценность свободы перекликается с идеей Р. Мэя о том, что существование человека - это динамика, а изменение он считает более важным процессом, чем устойчивость и неподвижность; процесс имеет преимущество перед результатом [4].

Интересна точка зрения Р. Мэя на роль культуры в возникновении внутренних конфликтов. Так он говорит, что трудно быть включенным в культурные традиции и при этом оставаться самим собой. Общество становится источником множества угроз для личности. Психологическая проблема жизни современного человека – это неопределенность и связанные с ней переживания угрозы, тревоги, опустошенности, одиночества. Когда люди ощущают угрозу и тревогу, они становятся по характеру более ригидными [8].

Тревога порождает наркоманию, суициды, психосоматические заболевания. Тревога означает внутренний конфликт, связанный с пониманием невозможности избежать угроз наиболее важным ценностям. Тревога указывает на то, что имеется внутренняя духовная борьба, конфликт. Неопределенность ситуации порождает неопределенность в выборе поведения, что вызывает экзистенциальную тревогу. Чем больше субъект осознает себя, тем более он

способен занять определенную позицию и преодолеть тревогу и соответствующий ей внутренний конфликт.

Р. Мэй делает акцент на важности самоосознавания в разрешении внутренних конфликтов, особенно через приобретения опыта действующего «Я». Если человек становится лишь рефлексивным наблюдателем своего Я, относится к своему Я, как к объекту, т.е. является в какой-то степени посторонним для своего Я, то внутренний конфликт только усиливается. Расширения самосознания и собственных возможностей в плане контроля за обстоятельствами жизни, требует быть более спонтанным в чувствах и креативным [9, 10].

Ученый выделяет этапы самосознания: 1) этап «невинность младенца»; 2) этап намерения протестовать ради обретения свободы, самостоятельно обрести некую внутреннюю силу; 3) этап самоосознавания, когда человек обнаруживает свои ошибки, предрассудки; 4) этап «инсайта», собственно понимание и решение какой-то проблемы. Обретение же свободы – это не попытка жить в одиночестве и изоляции. Напротив, это непрерывное взаимодействие с другими, значимыми людьми в мире. Однако внутренний конфликт на основе чувства одиночества, может разрешаться и путем зрелого, смелого принятия своего одиночества, когда ситуацию изменить невозможно [7].

С одной стороны, внутренний конфликт и тревога приводят к усилению самоосознавания, а с другой могут мотивировать человека избежать ответственности, избежать встречи один на один с собственными проблемами. Р. Мэй дает психотерапевтический совет: вместо того, чтобы «спорить» с самим собой, лучше с самого начала «посмотреть правде в глаза» и задать вопрос себе, в чем смысл моей тревоги? Когда человек находит в себе мужество встретиться со своим подлинным «Я», то он может более зрело противостоять угрозам внешней ситуации. Все человеческие поступки, замечает Р. Мэй, в какой-то степени всегда амбивалентны. Мужество важно в переходные этапы, когда тревога достигает своего пика. Мужество быть подлинным требует

определенной зрелости и честности человека для решения главных вопросов жизни. Способность узнать правду зависит от способности человека осознавать самого себя. Очень важное замечание делает ученый, что «посмотреть правде в глаза», вскрыть свой самообман – это функция не интеллекта, здесь необходима эмоциональная и нравственная зрелость личности. Нравственное осознание достигается ценой тревоги и усиления внутреннего конфликта, связанного с чувством вины.

Апеллируя к психоанализу, Р. Мэй считает, что один из самых распространенных способов избежать встречи с правдой – это защитные механизмы: сопротивление, рационализация, интеллектуализация, которые не решают человеческие проблемы, а только их отодвигают. В реальной жизни подлинная ценность переживается человеком, как связанная с реальностью поступков и любое вербальное подсознательное самопереубеждение является вторичным.

Р. Мэй полагает, что в современном мире человек чрезмерно разрушает свою личность, отождествляя себя с другими. В результате он отчуждается от своей природы, от самого себя и от социального мира. Происходит экзистенциальное расщепление человека на субъект и объект; ему становится трудно понять и прожить реальность. Фактически он утрачивает центр «Я», самосознания становится трагической проблемой для самого человека. Р. Мэй считает, что человек должен здесь и сейчас онтологически осознать свою проблему и себя, что неизбежно приведет к конфронтации с собой. Жизненный кризис побуждает узнать правду о себе, о подлинности и заброшенности. Важно вернуться к своим подлинным чувствам. Но тревога стоит на пути к внешней и внутренней свободе. В сознании разворачивается конфликт между бытием и небытием, между идеей о собственной жизни и идеей о собственной смерти. Тревога заставляет людей создавать догмы, за которыми прячутся люди (фашизм, авторитаризм). Человеческое существование интенционально, ориентировано на ведущие жизненные смыслы и ценности и это позволяет

личности противостоять неудержимым факторам судьбы, пережить свое бытие как реальное. При этом свобода и ответственность являются высшими человеческими ценностями [11].

Как и С. Кьеркегор, Р. Мэй говорит, что ужас может привести к переживанию отчаяния, пассивной позиции беспомощности, однако для преодоления кризисных ситуаций необходима внешняя активность личности [3]. Невротические же формы поведения являются результатом самообмана через подавление, рационализацию и другие эго-самозащиты. Личность начинает придерживаться, по выражению Р. Мэя, ложных мотивов. Человек начинает испытывать страдания, мало того, он предпочитает стойко терпеть их. Ученый считает, что страдания, с одной стороны источник развития, а с другой - это способ к которому прибегает природа, жизнь, чтобы указать человеку на ошибочность установок. Важно осознать человеку связь страданий с ложностью своего превосходства. Интересно замечание экзистенциального психолога в духе гуманизма и христианской этики о то, что высокомерие и гордость – это корни человеческой безнравственности. Принимая чужую роль, человек подавляет свое «Я» и обрекает себя на внутренний конфликт.

Человек может увеличить степень своей свободы через творчество, спонтанность. Спонтанность (не импульсивность), по мнению Р. Мэя, основа самоутверждения. В этом случае человек интегрирует в себе сознательные цели и бессознательные инстинкты, он приходит к внутреннему согласию с самим собой. Спонтанный человек вовлекается в действие большей частью своей личности. Спонтанность предполагает отказ подавлять инстинкты. Р. Мэй высказывает интересную парадоксальную мысль, что самоконтроль – это форма самоподавления, и люди склонные к высокому самоконтролю могут совершать асоциальные поступки.

Р. Мэй говорит, что значительная часть жизни человека определяется конфликтом между желанием иметь силу (способность эффективно влиять на других, обретать чувство собственной значимости) и бессилием,

беспомощностью. Современный человек понимает, что в этом мире он значим мало, его ценность мала и тревожность как раз и связана с осознанием собственного бессилия. Бессилие порождает стремлением человека утвердить собственную значимость. Соглашаясь с Г. Салливаном, Р. Мэй считает, что поддерживание чувства значимости, ценности делает самооценку более устойчивой и развивает зрелость. Утрата же чувства значимости трансформируется в невротические формы власти, насилия. Мотивация к насилию, решать большинство вопросов силой приводит также к бессилию. Акты агрессии совершаются теми, кто стремится укрепить свою самооценку, защитить свой образ Я, свою значимость. Насилие, полагает Р. Мэй, это амбивалентная мотивация - вытесненная злоба, сочетающаяся со страхом и бессилием. Насилие есть крайняя форма самозащиты. Насилие порождает страх у других людей, и они вынуждены в целях своей безопасности, повышать ценность властвующего над ними человека [7].

Р. Мэй различает две виды силы – конструктивную и деструктивную, связанную с эксплуатацией, манипуляцией, хитростью. Конструктивная же сила определяется жизненным опытом и есть у каждого человека. Это сила жить, это качество жизнеспособности и жизнестойкости. В этом смысле конструктивная сила, означает способность воздействовать, оказывать влияние и изменять других людей. В какой-то мере здесь агрессия, утверждает Р. Мэй, помогает утверждать свою значимость, свое бытие. Надо отстоять свое сознание, свое «Я», благодаря своим возможностям. Здесь мы находим некоторой противоречие во взглядах Р. Мэй на роль феномена самоутверждения.

Жизнь человека, утверждает Р. Мэй, носит в каком-то смысле трагический характер. Природа человеческого самосознания и существования включает потенциальную возможность «убить себя». Однако трагедия жизни вовсе не означает пессимизм. Наоборот, заявляет ученый, переживание и

подлинная встреча с трагической ситуацией неразрывно связана с величием и прозрением человека. [9, 12]

Внутренние конфликты, по мнению другого экзистенциального психотерапевта, И. Ялома, возникают благодаря неизбежной конфронтации человека с феноменами бытия: смерть, ответственность, изоляция, отчуждение, совесть, бессмысленность, свобода. Он полагает, что эти данности бытия вызывают экзистенциальную тревогу, страх, которые существенно подрывают веру человека в себя, в свои личностные возможности по преодолению жизненных трудностей. Осознание идеи о невозможности, неустранимости этих данностей из своей жизни собственно и составляет ядро экзистенциального внутреннего конфликта. Перманентная экзистенциальная фрустрация сопровождается «плавающей», трудно управляемой тревогой [16].

Так И. Ялом говорит о том, что мысль о собственной смерти, перспективой потерять себя и стать ничем приводит человека в ужас. Метафорично личность может оказаться «сломанной»; появляется чувство заброшенности и одиночества. Осознание идеи смерти как неустранимого препятствия для жизни, существования в мире людей означает наличие угрозы ценностям бытия. Подавление же мыслей, связанных с угрозой, подавление тревоги приводит к отчуждению от себя и чувству одиночества.

И. Ялом различает три вида одиночества, свойственных человеку:

- социальное одиночество;
- внутриличностное, когда у индивида заблокированы некоторые субличности и они не осознаются;
- экзистенциальное одиночество, когда человек испытывает отчужденность от мира, независимо от наличия у него каких-либо социальных контактов.

Исследователь предлагает следующие стратегии разрешения жизненных проблем и связанных с ними внутренних конфликтов [15]:

- развитие ответственности за свой выбор, свой жизненный путь, судьбу; только через ответственность лежит путь к внутренней свободе;

- принятие конечности своего существования, примирение с неизбежностью своей смерти;

- реальная «встреча» с экзистенциальной и личностной изоляцией и выработка адекватных способов проживания своей изоляции.

Правда И. Ялом не уточняет, в чем заключается смысл адекватных способов проживания кризисных ситуаций. Исследователь также не анализирует, каким образом формируется ответственность, на основе которой разрешаются внутренние конфликты, но это не снижает глубины его идей на проблему внутренних конфликтов.

Разрабатывая экзистенциальный психоанализ, Л. Бинсвангер выделяет три модуса существования человека: отношение к биологическому и физическому миру; отношение к социальному миру (бытие-в-мире людей); отношение к собственному миру (как человек осмысливает, переживает самого себя). На каждом из этих уровней бытия возможен внутренний конфликт. В процессе активных действий человек разрешает внутренние конфликты, пытается выбрать оптимальный способ бытия-в-мире. Люди часто неосознанно определяют свой уникальный способ существования. Л. Бинсвангер предполагает, что человеку недостает быть аутентичным, подлинным. При решении жизненных задач, человек может не поддерживать самого себя в своей подлинности. Тогда человек начинает осознавать себя заброшенным, отчужденным, запутанным в собственном мире [1].

Аутентичные же личности способны интегрировать эти три уровня бытия, т.е. способны разрешать внутренние конфликты. Это качество связано с открытостью для мира, природе, людям и самому себе. Открытость означает сознательность, ответственность, доверие, честность перед собой и другими, спонтанность, стремление к свободе. Аутентичность предполагает сознательность, необходимость-к-действию, принятию решения, но принятие ответственности за судьбоносный выбор сопряжена с экзистенциальной тревогой. Преодоление страдания, тревоги сопровождается, как утверждает Л.

Бинсвангер, процессами самораскрытия, саморазоблачения, вскрытия самообмана. Это достаточно трудный путь разрешения внутренних конфликтов, но он жизненно необходим. Человек понимает, что уйти от этого сложного мира он не в состоянии и остается «посмотреть в лицо» своей судьбе, выбирая эту позицию. Существование не существует в изоляции от этого мира. Дазайн в экзистенциальном психоанализе означает «позволить миру быть», позволить своей судьбе быть-в-мире [2].

В концепции конфликтного развития личности Э. Эриксон различает внутреннюю и внешнюю идентичность. Внутренняя идентичности (Эго-идентичность), в отличие от внешней представляет чувство тождественности самому себе, переживание постоянства и устойчивости образа «Я». Это постоянство, по мнению ученого, позволяет личности «оставаться самим собой» при различных изменениях жизненных условий. Внутренняя идентичность обеспечивает внутреннюю согласованность. Однако Э. Эриксон не уточняет, между какими структурами личности возникает рассогласование. Внутренняя стабильность лежит в основе ответственности, преемственности целей и способов действий. По его мнению, чрезмерная ориентация на мир внешних ценностей, может прервать взаимодействие «Я» с внутренним миром. Э. Эриксон говорит в этом случае о внешней идентичности как о ложной идентичности, которая делает личность дисгармоничной [13, 14]. В теории Э. Эриксона личностная идентичность согласована с понятиями самость, сильное «Я». При слабом «Я» личность больше опасается за себя в психологическом плане, появляется неконтролируемая экзистенциальная неуверенность в себе и даже кризис идентичности.

Выводы.

1. Разрешение экзистенциальных внутренних конфликтов осуществляется через действие и полученное знание как условие открытие правды о себе и о мире; необходима включенность человека в мир, бытие-в-мире, существование

в мире. Так Р. Мэй считает, что экзистенциальный подход предполагает достижение целостности своей индивидуальности не благодаря тому, что можно обойти конфликтные реалии мира, а потому, что человек активно идет навстречу этим конфликтным ситуациям и благодаря этому обретает глубинное чувство «Я».

2. Заслуживает интереса точка зрения Р. Мэя, что никогда человек не добьется нравственного развития, пока есть самообман. Каждая личностная проблема, считает Р. Мэй это, в конечном счете, нравственная проблема как ответ на главный вопрос «Как нужно жить?». Поэтому надо учиться принимать свою индивидуальность, но человек из-за страха убегает от себя в новые роли. Для обретения своего подлинного «Я» необходимо преодоление самообмана, запретов, тревог, внутренних и внешних блокировок. Мужество быть этим «Я» требует от личности духовного напряжения. Р. Мэй рассматривает искренность, честность личности как проявление подлинности, спонтанной аутентичности, нравственности. Аутентичность – есть свободное самовыражение своей уникальной индивидуальности. Свободный, гармоничный человек находится в согласии со своими природными инстинктами. Разрешения внутренних конфликтов связано с освобождением себя от само-сдерживаний и само-подавлений.

3. Большинство экзистенциальных психологов и психотерапевтов едины в том, что свобода связана с осознанием своих возможностей, но их реализация может вести к потере безопасности. Личность необходимо рассматривать с учетом отношения к своим потенциальным возможностям. Социальный мир, не смотря на огромное число угроз, является одновременно источником разворачивания личностных возможностей. Важно жить чувствами и действовать, находиться внутри Бытия, преобразовывать жизненный мир. Осознание конечности жизненного пути в силу переживания ужаса смерти, тревоги приводит к экзистенциальному внутреннему конфликту. Ключ к

разрешению этого типа конфликта сосредоточен в ответственности перед самим собой и реализации ценности свободы.

4. Экзистенциализм говорит, что человеку важно в жизни придерживаться идеи ненасилия и невинности как источнике духовной силы. Установка на ненасилие при разрешении трудных жизненных ситуаций не приводит к блокировкам сознания, к уходу от действительности, ответственности. Ненасилие, когда оно подлинное имеет духовно-религиозное измерение.

5. Идентичность является важным концептом в разработке модели внутриличностной конфликтности. Э. Эриксон вводит также понятие «диффузная идентичность Я», которую можно на наш взгляд, рассматривать как конфликт между внешней и внутренней (личностной) идентичностью. При конфликте между внешней и внутренней идентичностью возможна утрата онтологической экзистенциальной связи Я-субъекта со своим глубинным «Я», человек забывает о себе, своем «Я». Внутренний конфликт – это в первую очередь нарушение личностной идентичности.

6. При разработке проблемы внутренней конфликтности необходимо исследовать такие процессы, которые расширяют сферу сознания и обогащают личность при сохранении ее идентичности. Мы считаем, что «сверхцепкая» социальная идентичность порождает ригидные формы поведения, что приводит к социально-психологической дезадаптации. Очевидно, что личностная идентичность хоть и динамическое свойство, но ее устойчивость позволяет человеку разрешать жизненные противоречия только на определенных этапах социализации, но это положение требует эмпирической проверки.

Список литературы

1. Бинсвангер Л. Бытие-в-мире. СПб.: «Ленато», 1999. 300 с.
2. Бинсвангер Л. Экзистенциальная психология. Экзистенция. М.: Апрель Пресс, 2001. с. 308 – 332.

3. Леонтьев Д. Случай Ролло Мэя // Экзистенциальные традиции: Философия, Психология, Психотерапия. 2009. № 1. с. 38 – 49.
4. Мэй Р. Искусство психологического консультирования. М.: Апрель Пресс, 2008. 224 с.
5. Мэй Р. Любовь и воля. М.: «Рефл-бук», 1997. 376 с.
6. Мэй Р. Проблема тревоги. М.: ЭКСМО-Пресс, 2001. 432 с.
7. Мэй Р. Сила и невинность. М.: Смысл, 2001. 319 с.
8. Мэй Р. Человек в поисках себя. М.: Апрель Пресс, 2012. 224 с.
9. Мэй Р. Экзистенциальная психология. Львов: Инициатива, 2005. с. 89-101.
10. Мэя Р. Мужество творить: Очерк психологии творчества. Львов: Инициатива, 2001. 128 с.
11. Мэя Р. Открытие Бытия. М.: Апрель Пресс, 2004. 224 с.
12. Фрейджер Р. Гуманистическая, трансперсональная и экзистенциальная психология. К. Роджерс, А. Маслоу и Р. Мэй. СПб.: Прайм-Еврознак, 2007. 221 с.
13. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. М.: Издательская группа «Прогресс», 1996. 344 с.
14. Эриксон Э. Трагедия личности. М.: Алгоритм, Эксмо, 2008. 256 с.
15. Ялом И. Дар психотерапии. М.: Эксмо, 2005. 352 с.
16. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. М.: Независимая фирма «Класс», 1999. 576 с.

References

1. Binswanger L. *Bytie-v-mire* [Being -in-world]. SPb.: «Lenato», 1999. 300 p.
2. Binswanger L. *Jekzistencialnaja psihologija. Jekzistencija* [Existential psychology. Existential]. Moscow: April Press, 2001. pp. 308 - 332.

3. Leontyev D. *Ekzistentsialnyye traditsii: Filosofiya, Psikhologiya, Psikhoterapiya* [Existential traditions: Philosophy, Psychology, Psychotherapy], no. 1 (2009): 38 - 49.
4. May R. *Iskusstvo of psychological consultation* [Art of psychological consultation]. Moscow: April Press, 2008. 224 p.
5. May R. *Ljubov i volja* [Love and will]. Moscow: «Refl-buk», 1997. 376 p.
6. May R. *Problema trevogi* [Problem of anxiety]. Moscow: EKSMO-Press, 2001. 432 p.
7. May R. *Sila i nevinnost* [Force and innocence]. Moscow.: Smysl, 2001. 319 p.
8. May R. *Chelovek v poiskah sebja* [The person in searches of]. Moscow.: April Press, 2012. 224 p.
9. May R. *Jekzistencialnaja psihologija* [Existential psychology]. Lvov: Iniativa, 2005. pp. 89 - 101.
10. May R. *Muzhestvo tvorit: Oчерk psihologii tvorchestva* [Courage to create: the Sketch of psychology of creativity]. Lvov: Iniativa, 2001. 128 p.
11. May R. *Otkrytie Bytija* [Opening of Life]. Moscow.: April Press, 2004. 224 p.
12. Frejdzher R. *Gumanisticheskaja, transpersonalnaja i jekzistencialnaja psihologija. K. Rodzhers, A. Maslou i R. May* [Humanistic, transepson and existential psychology. K. Rogers, A. Maslou and R.May]. SPb.: Prajm-Evroznak, 2007. 221 p.
13. Jerikson E. *Identichnost': junost i krizis* [Identity: a youth and crisis]. Moscow: Izdatelskaja gruppa «Progress», 1996. 344 p.
14. Jerikson E. *Tragedija lichnosti* [Tragedy of the person]. Moscow: Algoritm, Jeksmo, 2008. 256 p.
15. Jalom I. *Dar psihoterapii* [Gift of psychotherapy] Moscow: Jeksmo, 2005. 352 p.
16. Jalom I. *Jekzistencial'naja psihoterapija* [Existential psychotherapy]. Moscow: Nezavisimaja firma «Klass», 1999. 576 p.

ДАнные ОБ АВТОРЕ

Красильников Игорь Александрович, доцент кафедры общей и социальной психологии, доцент, кандидат психологических наук

Саратовский государственный университет им. Н.Г. Чернышевского, Россия

ул. Астраханская 83, г. Саратов 83, 410012, Россия

e-mail: igor.krasilnikov@mail.ru

SPIN-код: 2724-2710

DATA ABOUT THE AUTHOR

Krasilnikov Igor Aleksandrovich, the docent of department of the general and social psychology, docent, candidate of psychological sciences

Chernyshevskij Saratov State University,

83, Astrakhan street, Saratov, 410012, Russia

e-mail: igor.krasilnikov@mail.ru

Рецензент:

Константинов Всеволод Валентинович, кандидат психологических наук, доцент, заведующий кафедрой общей психологии ППИ имени В.Г. Белинского