

УДК: 159.923.2

© Жижилева Л.И., 2012

ПРОБЛЕМА ИДЕНТИЧНОСТИ ЧЕЛОВЕКА В ПСИХОЛОГИИ И ПСИХОТЕРАПИИ

Аннотация. Созданная человеком в XX в. культура поставила на грань выживания само существование человечества, актуализировав такие направления общественной мысли, как философия жизни, экзистенциальная философия и литература, выдвинувшие на первый план проблему подлинного Я человека. В исследование данной проблемы включаются гуманитарные науки, такие, как история, социология, психология. В данной статье нам хотелось проследить, как меняется динамика исследований в психологии с изучения абстрактного человека до осмысления проблемы человека в современном обществе, какие выдвигаются аспекты психически здоровой, цельной личности, какие методы лечения невроза существуют в современной психотерапии. Не претендуя на полноту, наше исследование обозначает ключевые разработки в области идентичности, используемые в современной психологии и психотерапии.

Ключевые слова: психология, психотерапия, идентичность, подлинность, целостность, здоровье, гибкое Я, невроз.

© L. Zhizhileva, 2012

THE PROBLEM OF A PERSON'S IDENTITY IN PSYCHOLOGY AND PSYCHOTHERAPY

Abstract. The culture created by a person in the XX century put at stake the existence of mankind, bringing into the forefront such schools of thought as philosophy of life, existential philosophy and literature, which made the problem of the authentic "I" of a person the most topical one. The research of this problem involves such humanities as history, sociology and psychology. The author would like to trace the change of the dynamics of researches in psychology, beginning with the study of an abstract person and to the comprehension of the problem of a person in modern society. Besides, the author is interested in the exact aspects of a mentally healthy and integral personality, and in the methods of treatment of neurosis existing in modern psychotherapy. Though the study does not claim to be exhaustive, still the research brings out the key developments in the field of studying the identity, being used in modern psychology and psychotherapy.

Key words: psychology, psychotherapy, identity, authenticity, integrity, health, flexible "I", neurosis.

Человеку, включенному в орбиту современного информационного общества высоких скоростей и быстрых изменений, довольно сложно приспособиться к этим процессам. Вынужденный меняться, он с трудом может найти состояние, в котором бы чувствовал удовлетворение от своей жизни, а для некоторых людей подобное состояние вообще незнакомо. Состояние бытия современного человека, таким образом, выдвигает на первый план проблему идентичности и оказания ему помощи с целью достижения ощущение

ния цельности, удовлетворенности собой и своей жизнью.

Как проблема, тема идентичности стала актуальной при переходе общества от традиционного к современному. Мир традиционного общества не ставил эту проблему в силу того, что жизнь человека изначально была вписана в определенные рамки социума и природы и лишь сильный духом и телом, приспособленный к среде обитания и коллективным условиям индивид мог выжить. Эффективность жизни такого индивида определялась осуществлением процесса индивидуализации в раннем детстве (самостоятельное под контролем взрослых развитие ребенка) и постепенным включением его в социальный мир, что создавало гармонию внутренней свободы и социальной необходимости. Именно это и формировало подлинную идентичность – осознанное человеком гибкое Я, способное измениться, приспособиться к реальному миру, границы с которым оно чувствует.

Процесс формирования капиталистического общества не только разрушил социальные связи традиционного мира, но вместо индивидуализации выдвинул на первый план процесс социализации в целях ускоренного «создания» рабочей силы, эффективного работника на рынке труда, человека молодого с хорошими навыками и умениями в определенной профессии. Это изменение воспитательного процесса так или иначе нарушило этап формирования внутренней свободы человека (он свободен только внешне), и он, подчиненный социальной необходимости, зачастую не знает, кто он есть, кто он подлинный без потребностей общества в нем. Таким образом, проблема идентичности приобретает актуальное значение для человека именно в тот период времени, когда для него она является непонятной, ускользающей, а потому потребовалось, чтобы на уровень осознания себя человеком вышла наука.

Психология – одна из тех базовых наук, предмет которой напрямую связан с изучением внутренних аспектов личности, а потому именно здесь решение проблемы идентичности приобретает наиболее значимый характер. Как нам представляется, интерес к данному феномену в психологии проходит достаточно долгий путь развития, начиная от представлений об идентичности, таких, как категории сознания самотождественной личности, через развитие взглядов о человеческом Эго в различных культурах, до актуальных к настоящему времени проблем неустойчивой идентичности, множественности идентичностей, отчужденному Я и др. Современная психология не только констатирует факт проблематичности бытия человека в мире, но и разрабатывает пути осознания и разрешения проблемы через новые интересные психотерапевтические практики. Именно психология и психотерапия сегодня предлагает наиболее адекватные способы установления оптимальных отношений человека с миром, человека с самим собой, таким образом, наряду с некоторыми философскими и религиозными практиками, оказывает ему помощь в обретении реального смысла жизни.

Нам бы хотелось в этой статье проследить динамику развития представлений о человеке и его идентичности на примере наиболее ярких психологических исследований.

Психологические исследования, наряду с философскими, являются важнейшей современной базой разработок, связанных с отходом науки от эго-центрированного, самотождественного Я, являющегося в новоевропейский период мерилom знания о мире. В этом смысле мощный толчок к развитию проблемы Я, идентичности был сделан Д. Юмом, который отрицал идею тождественности личности. Он писал: «Страдание и наслаждение, печаль и радость, страсти и ощущения сменяют друг друга и никогда не существуют все одновременно. Итак, идея нашего я не может происходить ни от этих, ни от каких-либо других впечатлений, а следовательно, такой идеи совсем нет» [21, с. 297]. Но в то же время Д. Юм остается человеком своей эпохи, эпохи Просвещения, когда связывает формирование личности с общественными ценностями, – воспитанием человека,

«созданием» его с помощью внешних факторов. Однако, пока не было сколь-нибудь значимых работ в области психологии, при явном недостатке исследований, касающихся сознания, влияние общества, его образовательных канонов рассматривалось как наиболее значимое в решении вопроса об идентичности.

И хотя наиболее значимые исследования личности и ее идентичности осуществляются в XX–XXI вв., о чем пойдет речь ниже, проблемное поле таких исследований было заложено ранее, в том числе в работах У. Джеймса, З. Фрейда.

У. Джеймс выделяет две стороны личности – эмпирическое Я или познаваемый элемент и чистое Я» или познающий элемент. В познаваемый элемент личности психолог включает физическую, социальную, духовную стороны; чувства и эмоции; поступки человека. Однако У. Джеймс говорит о том, что в этот элемент личности в самом широком смысле слова может быть включено человеком то, что он считает своим (вещи, люди, особенности статуса и т. д.), то, от чего он испытывает какие-то чувства (радуется или огорчается). Психолог призывает к сохранению своего ближайшего эмпирического Я (что он называет минимальной формой эгоизма), служащего основой человеческого поведения. Очевидно, здесь как раз и просматриваются некоторые границы личности, ее идентичность, позволяющая человеку идти от собственных интересов в общении с внешним миром. Сам У. Джеймс выступает за расширение содержательной части границ человеческой личности: «... строгость и определенность границ личности могут вознаграждать за скудость ее содержания. Экспансивные люди действуют наоборот: путем расширения своей личности и приобщения к ней других. Границы их личности часто бывают довольно неопределенны, но зато богатство ее содержания с избытком вознаграждает их за это» [4, с. 93]. В связи с этим хотелось бы заметить, что размытость границ может вести и к другому процессу, воспринимаемому человеком как давление внешней среды, а потому мы считаем, что личность хотя и должна быть открыта всему богатству содержания извне, но при этом необходимо учитывать и свои возможности справиться с ним, а потому границы все же необходимы.

Рассматривая познающий элемент личности или Я, У. Джеймс пишет: «Нечто постоянно выходящее из своих пределов настоящего, сознательно присваивающее себе личность прошедшего и исключаяющее из себя то, что не принадлежит последней как чуждое, разве это нечто не представляет собой некоторого постоянного неизменного принципа духовной деятельности, который всегда и везде тождественен с самим собой» [4, с. 106]. Большинство философов, как считает У. Джеймс, именно эту сторону личности и рассматривает в качестве неизменной, в отличие от текучей познаваемой стороны личности. Однако и познающей стороне Я психолог приписывает характер относительности – это сами мысли, которые имеют текучий характер, но при этом личность меняется медленно, сохраняя тождество, благодаря самому однообразному элементу в ней – памяти.

Таким образом, обсуждая познающий и познаваемый элементы в личности, вопросы ее тождества, У. Джеймс находится на пороге рассмотрения современных проблем идентичности, стоящих перед современной наукой – насколько она неизменна либо текуча, возможны ли множество идентичностей у одного человека, или идентичность одна, но у человека множество ролей.

Невозможно не упомянуть о некоторых разработках З. Фрейда, коснувшихся проблем идентичности. В отличие от У. Джеймса, для которого идентичность скорее категория текучая, З. Фрейд использует ее как показатель самотождественности и целостности личности. Причем она получает развитие в связи с часто обсуждаемыми в его работах психическими структурами – Супер-эго, Эго, Ид. Формирование Я определяется как влиянием моральных ценностей, окружающей среды, так и сферы бессознательного в человеке. Всецело находясь в условиях жизни периода формирования массового обще-

ства, З. Фрейд осознавал мощное влияние его культуры на человека. Стереотипы массовой культуры в процессе воспитания нередко становятся мощным Сверх-Я, определяющим поведение человека, вызывая невротические реакции. Об этой негативной стороне культуры он пишет, например, в своей работе «Неудобства культуры» [15]. Сохранение психологического образа «Я» или идентичности возможно в условиях эффективности действия защитных механизмов, сохраняющих «Я» в конфликте между Супер-эго и Ид. Одним из важнейших механизмов в этом смысле является идентификация, позволяющая человеку преодолеть жесткое давление среды через отождествление себя с кем-то или чем-то. Однако, как показывает современный опыт психотерапии, наличие защит еще и мешает человеку преодолеть свое невротическое состояние, достичь психически здорового образа жизни [5].

Таким образом, в работах У. Джеймса, З. Фрейда были намечены проблемы дальнейших исследований идентичности. Потребовались психологические исследования детства, жизни знаменитых людей и представителей отдельных культур, чтобы проблема идентичности была не просто обозначена, но и стала важнейшей категорией современной психологической науки. Такие исследования были проведены Э. Эриксонем, который и ввел в научный оборот рассматриваемый нами термин. Уже в первых своих работах 50-х гг. XX в. психолог обозначил наиболее существенные моменты, ставшие впоследствии основой теории идентичности.

Прежде всего, одной из важнейших заслуг Э. Эриксона является исследование периода детства с точки зрения становления цельной и устойчивой личности. Он обращает внимание на необходимость формирования базового доверия ребенка окружающему миру, без которого складывается его неспособность справиться с внутренними процессами, что в конечном итоге может вести его к регрессу. В ином случае, прошлый опыт, позволяющий ребенку чувствовать свою тождественность и непрерывность наряду с тождественностью и непрерывностью индивида для других, говорит о формировании чувства идентичности [19, с. 250].

Исследуя проблемы формирования базового доверия у ребенка, Э. Эриксон обращается к биографиям известных личностей, а также сравнивает культуры народов различных стадий развития. Одним из интереснейших исследований Э. Эриксона является его работа, посвященная осмыслению биографии Мартина Лютера [20]. Психолог обращает внимание на период становления Мартина, исторические события, в которые оно происходит, взаимоотношения между авторитетным отцом Мартина и сыном, исследует, каким образом воспитательный процесс повлиял на представления Лютера, отразившиеся в его учении о церкви и Боге. Э. Эриксон говорит о том, что детство Мартина приходилось на период маргинализации общества, что было связано с утратой типичных сословных ценностей и переходом к новым представлениям о роли человека в обществе. Отец Мартина не хотел видеть своего сына крестьянином или рабочим угольной шахты, но скорее юристом, т. е. человеком, который мог выгодно устроиться в обществе. Психолог обращает внимание, что в условиях конкуренции рыночное общество использует метод дрессуры своих детей, что не способствует формированию базового доверия ребенка к окружающему миру, а скорее устраняет необходимость того, чтобы взрослый становился взрослым. Э. Эриксон указывает, что при таком воспитании психологическим давлением и битьем розгами у Мартина формируются черты характера, свойственные его отцу, – непоследовательность, подозрительность, самовольство, моральный садизм и т. д. Таким образом у Лютера складывается мировоззренческий образ человека как безнадежно порочного существа, душа которого неспособна обрести истинную идентичность. Истинной идентичностью обладает лишь Бог, который, по образу и подобию грозного отца, является гневным и строгим судьей. Указанные идеи нашли свое воплощение в принципах лютеранства.

Очень удачными в плане исследования идентичности были предложенные Э. Эриксонем сравнения воспитательного процесса, используемого в традиционном обществе (в частности, он приводит примеры из жизни индейских племен) и современного психологу индустриального общества (на примере белых американцев протестантского вероисповедания). Здесь мы наглядно видим, какие приемы используются в традиционных обществах для формирования базового доверия ребенка окружающему миру. Безусловный вклад в развитие проблематики идентичности был внесен Э. Фроммом, который, как и З. Фрейд и Э. Эриксон, активно занимался исследованием как общественных, так и психических процессов в этом контексте. Общественные переломы (революции), мировые войны, экономические кризисы, унификация человека массовым обществом, фашизм XX века тоже стали для него отправной точкой в осмыслении положения человека в капиталистическом мире. Аналогично Э. Эриксону, Э. Фромм [16] рассматривает процессы перехода к новому мировоззрению, происходившие в период становления капитализма, исследует тот слом, что произошел в сознании людей, отказавшихся от свободы воли человека во имя спасения (лютеранство, кальвинизм). Э. Фромм обращает внимание на то, что протестантизм, преваляровавший в общественном сознании такого общества, предрешил подчинение человека чему-то большему, будь то Бог, государство или вождь, сделав человека послушным инструментом в чужих руках. Дав человеку свободу труда, выбора профессии, новый общественный строй разрушил имевшиеся у него связи, которые названы были первичными. Как и Э. Эриксон, Э. Фромм использует в исследовании социальных связей период детства человека, указывая, что индивидуализация ребенка при переходе его в отрочество и при замене средневекового общества капиталистическим сопровождается кризисами и разрушением былых связей. Адекватный переход возможен, если человек или общество способны установить новые устойчивые связи (вторичные). Если такого не происходит, то человек или общество не воспринимает эту свободу, осуществляются попытки уйти от свободы, вернуться в былое состояние (Э. Фромм использует термин «бегство от свободы».) И нам хорошо известны случаи, когда человек, не справившись со своим самостоятельным положением, пытался возвратиться к прежнему образу жизни, а в обществе после бурных событий революции происходила контрреволюция.

Одинокие и несчастные, не способные справиться с нахлынувшей на них свободой, люди становились послушными инструментами капиталистического мира, который Э. Фромм назвал «невротическим обществом». В этом обществе отдается приоритет социальной личности в ущерб подлинной. При всей развитости интеллекта и силы воли, человек в таком обществе остается в плену принуждений, страхов, собственного эгоизма, недовольства собой, сопровождаемого желанием что-нибудь схватить, завистью к положению другого, зависимостью от чужого мнения, огромным влиянием власти. Власть, как считает психолог, имеет значение там, где человек не способен опираться на свои собственные силы, и одному требуется подчинение (мазохист), другому влияние (садист), хотя роли могут меняться. Ведя себя в соответствии с ожиданиями других и выработанными в обществе ролями, человек невротического общества обречен не быть подлинным, не обрести своей идентичности, все время расширять систему материального потребления (т. е. «иметь», а не «быть» в известной дилемме психолога).

Э. Фромм указывает на необходимость развития внутреннего личностного потенциала – фактически идентичности, совместимой с позитивной свободой, дающей человеку его спонтанной активностью, преодолением страха одиночества, соединением с миром новыми прочными связями.

Огромный вклад в исследование проблемы личности и ее самочувствия в современном обществе внесли работы К. Хорни. Ее разработки в области теории неврозов дают яркое представление о причинах поведения современного человека, легкости, с ка-

кой он меняет социальные роли, не обладая при этом подлинной идентичностью. Как и предыдущие исследователи, К. Хорни обращается к периоду детства как важнейшему этапу развития человека, в ходе которого закладываются будущие структуры личности. Она указывает, что родительские методы воспитания, сопряженные с гиперопекой или самопожертвованием, в конечном итоге способствуют формированию неполноценного, одинокого человека, которого постоянно преследует чувство незащищенности. К. Хорни для обозначения такого состояния человека вводит термин «базальная тревожность», который как раз и указывает на причину невротического поведения [17]. Невротическое поведение и является способом, каким невротик защищает себя от мира, снимает напряженность. Такое поведение носит навязчивый характер, не меняется при изменении ситуации, поэтому оно еще и ригидно. Так, беспомощность человека приобретает характер привязчивости и зависимости от других, чувство собственной незначительности ведет к желанию власти и славы, потребность обладать чем-либо спасает от лишений, необходимость престижа утешает от унижения. Самооценка невротика зависит от чужого мнения и колеблется от самовозвышения до самоуничтожения. К. Хорни выделяет три типа невротического характера: высокомерно-мстительный (агрессивно-властный), замкнутый (поведение связано с уходом от мира), смиренный (привязчивый, уступчивый). В любом из типов имеет место отчуждение от себя – управление поведением осуществляется через рассудок, который отчужден от тела (не понимает истинных потребностей), своих истинных чувств. В отличие от подлинного Я, невротик создает модель идеальной идентичности – заведомо недостижимого образа, когда человек должен вытерпеть все, понять все, нравиться всем, всегда быть продуктивным. Несовпадения реального Я с идеалом превращают жизнь невротика в катастрофу.

К. Хорни говорит о необходимости самоанализа – человек должен быть честен прежде всего перед собой. Тогда формирование подлинной идентичности и цельности – это результат понимания, что человек является самим собой, имеет спонтанные чувства, принимает собственные решения и несет за них ответственность.

Мощнейшими направлениями психологии и психотерапии XX в., в которых напрямую нашла воплощение проблема идентичности, стали гуманистическая и экзистенциальная психология.

Современными А. Маслоу [8] направлениями психологической науки были три: бихевиоризм, психоанализ и гуманистическая психология. Последнее направление, к которому принадлежал и сам психолог, напрямую связано с исследованием человека в высших специфических его проявлениях, – самоактуализации, смысле жизни, любви, творчестве, свободе, ответственности, автономии, психическом здоровье, трансценденции. В таком случае гуманистическое направление положило начало развитию экзистенциальной психологии. Однако есть суждения о том, что исследования человека и его сущностных черт является всего лишь одним из направлений развития экзистенциальной психологии, а именно персоналистическим направлением. Так, В.Б. Шумский [18], анализируя и систематизируя достижения экзистенциальной психологии и психотерапии к настоящему времени, указывает два направления.

1. Онтологическое – исходит из философской позиции экзистенциализма о предопределенности сущности существованием. Исследователи этого направления сосредоточены на изучении бытия человека в мире, возможности изменения его сущности, прежде всего в ситуации психической болезни (Л. Бинсвангер, Р. Мэй, Дж. Бьюдженталь).

2. Персоналистическое – исходит из первичности сущности человека над существованием, причем за сущность берется духовная индивидуальность человека, развитие которой в личности и будет направлять ее бытие (Р. Лэнг, В. Франкл, А. Лэнгле).

А. Маслоу рассматривает два основных способа существования человека – дефици-

то-мотивированный, когда жизнь направлена на поиск и удовлетворение потребностей, и самоактуализированный – жизнь как яркое переживание, посвящена реализации потенциала личностного развития. Как и коллеги-психологи, А. Маслоу наблюдал в своем окружении явления невротичности человека, указывая, что эта болезнь сопровождается затуханием или исчезновением внутриличностных сигналов. Однако важнейший вклад его в науку связан как раз с поиском признаков здоровой, самоактуализирующейся личности, обладающей подлинной идентичностью. Среди таких признаков он указывает, например, способность человека наслаждаться жизнью в реальности при довольно высоких показателях развитости перцептивных и когнитивных способностей, принятие себя и мира, спонтанность, стремление к автономии, высокую концентрацию на проблеме, развитые творческие способности, яркие прорывы к пику переживаний, отождествление себя с человеком мира, демократичное межличностное общение, способность совмещать в себе противоположные ценности [9]. Исследуя возможность достижения состояния самоактуализации, А. Маслоу [8, с. 81] говорит о необходимости творческого дела, которое позволяет человеку избавиться от дробности, дает почувствовать себя цельным, уйти от тревог и страхов, проявить спонтанность в жизни.

Еще один представитель гуманистической психологии, К. Роджерс [11], формируя свою методику, названную клиентоцентрированной терапией, также обращал пристальное внимание на проблему идентичности (у К. Роджерса – самость). Он полагал, что становление здоровой личности ребенка обусловлено ощущением того, что он не испытывает угрозы потери любви, а его родители одобряют его чувства. Опыт, который несовместим с имеющейся структурой самости и может восприниматься человеком в качестве угрозы, и чем более этих угроз, тем больше человек переходит к защитным функциям, что и говорит о формировании у него невроза. В связи с этим и строится роджерсовская терапия. Психотерапевт, прежде всего, сам должен быть психически здоровым человеком, не терять связь с реальностью, только в таком случае у него может возникнуть эффективная эмпатия с клиентом. Кроме того, психотерапевт должен понять то, что воспринимается клиентом, реакцией на что является защитное поведение человека. Важным компонентом работы с защитами становится уменьшение угроз – чем меньше угрожающего будет испытывать клиент, тем больше он проявит сотрудничества, и таким образом открывается для психотерапевта и окружающей реальности, сможет эффективно строить подлинную идентичность.

Р. Лэнг, активно занимавшийся психиатрической практикой, обращает внимание на то, что в отношениях с клиентом последний может восприниматься не иначе как больной, на представления о котором наложены определенные социальные рамки восприятия его заболевания. Он может рассматриваться и с точки зрения его экзистенции – феноменологического опыта его поведения, который может больше рассказать об этом человеке. Р. Лэнг, таким образом, исследует не шизофреника, которого общество стремится изолировать ради безопасности последнего, а личность, чувствующую себя более незащищенной, уязвимой, изолированной, а потому опасается общества [6, с. 31]. Эта личность ощущает настолько большое отчаяние, что, не имея никаких надежд на спасение, изобретает так называемое «невоплощенное Я» – фантазм, отличный от окружающего мира, даже от собственного тела. Раскол психики человека не облегчает его жизнь, хотя создание этого Я и рассматривается как попытка сохранить себя. Однако это скорее ведет к усложнению его отношений с другими, препятствует любой возможности иметь автономию и целостность, т. е. быть идентичным.

Несколько обособленно от гуманистической психологии находится логотерапия, хотя и для нее проблема человека, его самочувствия, смысла его жизни является наиболее актуальной. Основатель логотерапии В. Франкл считал, что гуманистическая психология

строится на базе устаревшей психологии, поскольку рекомендует человеку гармоничные отношения с миром через самовыражение, которое не обязательно будет нацелено на взаимный диалог и на практике зачастую строится человеком в связи с дефицитом внимания, потребностью в заботе при остром ощущении одиночества. Сам психолог предлагает общение через самотрансценденцию, предполагающую взаимное движение партнеров к смыслу, к человеку, которого можно полюбить [13]. В это же время логотерапия отрицает всяческие попытки рассматривать личность расколотой, расщепленной, как это происходит, например, в психоанализе (на сознательное и бессознательное) у Р. Лэнга. Даже шизофреника В. Франкл исследует не как личность с «двойным» сознанием, а скорее меняющимся, но в любом случае личность цельна, едина, неделима. Основу идентичности составляет человеческая духовность, которую невозможно, как органическое вещество, передать по наследству. Идентичность постоянно становится через выход человека из себя, своих границ, к познанию своей духовности, движение к сверхсмыслу мира, который непонятен человеку (как животному непонятны человеческие смыслы), но вера в него трансцендентально заложена в человеке, а правильность выбора корректируется через совесть [12]. В. Франкл отмечает, что психически здоровый человек сосредоточен как раз на процессе движения к смыслу, а не на своей идентичности, власти, успехе, богатстве, счастье, формирование которых должно стать побочным продуктом его усилий [14].

В настоящее время одним из активных проводников логотерапии является ученик В. Франкла А. Лэнгле. Он обращает пристальное внимание на необходимость осмысленной жизни, человек, по его мнению, должен перестать пассивно терпеть обстоятельства своего существования и использовать их для собственного личностного роста. Выживание, требование результата – это незрелая человеческая позиция, которая сопряжена часто с личностными неудачами, но более того – с пустотой, которая, по меткому выражению В. Франкла, названа «экзистенциальным вакуумом». Жить осмысленно, по мнению А. Лэнгле, – это понять все возможности, которые предоставляются личности на ее пути, оценить свои собственные навыки и умения, ту деятельность, что предстоит человеку. Независимость от результата, использование трудностей для личностного роста, творческое, увлеченное включение в процесс достижения смысла – именно это и называется «быть» в той дилемме «иметь – быть», которую А. Лэнгле повторяет за Э. Фроммом [7].

Для Л. Бинсвангера [1; 2] бытие человека в мире обусловлено априорной смысловой схемой или миропроектom. Здоровый человек хорошо осознает ограниченность этого миропрокта и меняет его в течение жизни. Психически больной человек не только не осознает ограниченность своей идентичности, но и активно противится условиям, в которых оказывается (своей «заброшенности»), что ведет его к еще большему погружению в свои психические трудности. По мнению Л. Бинсвангера, основная задача психотерапевта – стать феноменологом, т. е. открыть в словесных представлениях душевно больного весь его внутренний мир, его переживания.

Р. Мэй [10] говорит о проблематичности сущности невротика – его мир настолько ограничен, что любая угроза миру вызывает тревогу и блокирует рост и развитие личности. Такой человек подвержен сильнейшим страхам, враждебности, агрессии, выходом для невротика является зачастую зависимость, проявляющаяся в различных идентификациях, ведущих к растрате своего бытия. Здоровая личность, по мнению Р. Мэя, способна не только осознавать тревогу, страхи, враждебность, агрессию, но и принимать их. Здоровый человек может противостоять своей сущности, развивая свою идентичность. Поскольку у невротика зачастую расщеплено сознательное и бессознательное, заблокировано осознание, то психотерапевт должен так включиться в работу с клиентом, понять его, чтоб пациент пришел к проживаемой им жизни как к реальности.

Пристальное внимание обращает на субъективную реальность человека Дж. Бьюдженталь [3], применявший ряд приемов ее активизации в терапевтической практике. Как и предыдущие психологи, он таким способом пытается изменить сущность невротика – человека с размытым Я, со стремлением к зависимости, чувством собственной ничтожности и изоляции. Чтоб сделать реальность присутствием, необходимо мобилизовать сензитивность человека по отношению к себе, людям, к ситуации. Психотерапевт называет два, на его взгляд, важнейших критерия присутствия: доступность как открытость себя чужому влиянию и экспрессивность – степень, до которой человек позволяет узнавать себя. Одним из важнейших методов Дж. Бьюдженталю был метод постепенного переноса работы с информацией о клиенте на текущее актуальное переживание, которое позволяет клиенту приблизиться к осознанию себя, поскольку то, что происходит в данный момент, менее определяется привычками, социальными ожиданиями, стереотипами. Истинное переживание себя, своей идентичности — это переход от формального рассказа клиента о себе к новому осмыслению себя, при котором он говорит от первого лица, в настоящем времени, привносит в разговор свои чувства, содержание разговора и переживание совпадают, информация человека менее абстрактна и более конкретна.

Таким образом, способность психотерапевта повлиять на субъективную реальность, бытие личности может изменить ее невротическую сущность, в конечном итоге способствовать формированию подлинной идентичности.

Современная психология и психотерапия о человеке и его идентичности, получившая признание и распространение в российских реалиях, как раз строится на основе рассмотренных направлений, в том числе роджерсовской клиентоцентрированной психотерапии, на том или ином направлении экзистенциальной психотерапии, логотерапии. Однако большей популярностью пользуются те из них, в которых содержится эклектичная мозаика зарубежного и российского опыта психологии и психотерапии, эзотерики как западной, так и восточной культур (например, работы М. Литвака, Н. Грэйс, М. Норбекова и др.). Их работы нацеливают читателей на формирование здоровой, полноценной идентичности, дабы человек смог приспособиться к быстро меняющемуся глобализирующемуся миру без большого ущерба для его психики.

На основании изложенного необходимо отметить, что проблематика Я, а именно человек и его идентичность, является в настоящее время актуальной. К осознанию этой проблемной области, помимо философии проявляют интерес ряд областей науки, в том числе и психология. Психология в силу особенностей объекта исследования ближе всего находится к внутреннему миру человека, а потому именно здесь и поднимается рассматриваемая нами тема. Причем прежде всего в условиях развития пристального интереса к реальной жизни человека, в контексте изменений, происходящих с ним при переходе от одного общества к другому (от традиционного общества к современному, развития массового общества).

Мощный импульс к исследованию темы идентичности был дан этнопсихологом Э. Эриксоном, который не только ввел в научный оборот данный термин, но и заложил основы исследования этой категории в дальнейшем, используя материалы биографий отдельных личностей, этнографические данные, сравнительные характеристики бытия современных ему цивилизованных людей и представителей традиционных народов. Изучая периоды развития человека в разных культурах, и особенно детство, Э. Эриксон пришел к важному выводу, имеющему огромное значение и в современных теориях идентичности. Основа подлинной идентичности (т. е. идентичности не в контексте социальной роли, а в аспекте внутренней свободы, личной ответственности, гибкого поведения) закладывается еще в раннем возрасте, если у ребенка формируется базовое доверие к миру, что было заложено в воспитательный процесс традиционного общества и утрачено современным.

Проблему неидентичности человека капиталистического общества поддерживает и Э. Фромм, обративший внимание на то, что с ростом индивидуализации и одиночества человека в таком обществе сложно завязать экзистенциально близкие (коэкзистенциальные) вторичные узы. Предоставляемая человеку этим обществом свобода рассматривается как обуза, от которой люди стремятся избавиться, вступая в психологически неприемлемые для здоровой личности садо-мазохистские отношения, тем самым образуя невротические связи.

Тему невротозов активно развивает и К. Хорни, указавшая на проблематичность становления идентичности личности в условиях «базальной тревожности». Это психическая проблема, складывающаяся у человека современного общества при применении в воспитательном процессе гиперопеки или самопожертвования родителей по отношению к своему ребенку.

Важнейшими направлениями психологии XX – начала XXI вв. стали гуманистическая, экзистенциальная психология, логотерапия, которые не только в теории, но и в активной психотерапевтической практике нацелены на становление здоровой, психологически зрелой личности. Представители гуманистической психологии и логотерапии (А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл) поднимают темы самоактуализации, личной ответственности, любви, свободы, смысла жизни. Представители экзистенциальной психотерапии (Л. Бинсвангер, Р. Мэй, Дж. Бьюдженталь) рассматривают сущность невротика как ушибленную, разрабатывают пути становления идентичности здоровой зрелой личности.

Современная психология и психотерапия, получившие развитие в российских реалиях (М. Литвак, Н. Грэйс, М. Норбеков и др.), на наш взгляд, являются комбинацией приемов, способов и методик, используемых для активизации психического состояния человека как в западных, так и в восточных культурах.

В целом хотелось бы отметить, что современная наука, объектом которой является человек и значимые для него сферы жизни, все больше приближается к его субъективности, таким образом сближаясь как с философией, так и религией.

ЛИТЕРАТУРА:

1. *Бинсвангер Л.* Феноменология и психопатология // Электрон. документ // Режим доступа: <http://anthropology.rinet.ru/old/3/binsvanger.htm> (дата обращения: 15.07.2012).
2. *Бинсвангер Л.* Экзистенциально-аналитическая школа. Из кн.: Экзистенциальная психология. Экзистенция. – М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001.
3. *Бьюдженталь Дж.* Искусство психотерапевта. – СПб.: Питер, 2001.
4. *Джеймс У.* Психология / Под ред. Л.А. Петровской. – М.: Педагогика, 1991.
5. *Литвак М.Е.* Психологический вампиризм: учебное пособие по конфликтологии. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2010.
6. *Лэнг Р.* Расколотое «Я». – СПб.: Белый кролик, 1995.
7. *Лэнгле А.* Жизнь, наполненная смыслом. Прикладная логотерапия. – М.: Генезис, 2004.
8. *Маслоу А.* Дальние пределы человеческой психики. – СПб.: Евразия, 1999.
9. *Маслоу А.* Психология бытия. – М.-Киев: Рефл-бук, Ваклер, 1997.
10. *Мэй Р.* Экзистенциальные основы психотерапии. Истоки экзистенциального направления. Вклад экзистенциальной психотерапии. Из кн.: Экзистенциальная психология. Экзистенция. – М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001.
11. *Роджерс К.* Клиентоцентрированная терапия. – М.: Рефл-бук, К: Ваклер, 1997.
12. *Франкл В.* Десять тезисов о личности // Электрон. документ//Режим доступа:http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:http://psylib.org.ua/books/_franv02.htm (дата обращения: 07.07.2012 г.)

13. Франкл В. Критика «чистого» общения: насколько гуманистична «гуманистическая психология»// Электрон. документ // Режим доступа: <http://kommunikatione.narod.ru/lib/psy1/fr03.txt> (дата обращения: 19.07.2012).
14. Франкл В. Самоотрансценденция как феномен человека // Электрон. документ//Режим доступа: <http://kommunikatione.narod.ru/lib/psy1/fr08.txt> (дата обращения: 19.07.2012).
15. Фрейд З. Неудобства культуры. – СПб.: «Азбука - Классика», 2010.
16. Фромм Э. Бегство от свободы. – Мн.: Харвест, 2003.
17. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. – М.: Академический Проект, 2008.
18. Шумский В.Б. Экзистенциальная психология и психотерапия: теория, методология, практика. Учеб пособие. – М.: Изд. гос. университета – Высшей школы экономики, 2010.
19. Эриксон Э. Детство и общество. – СПб.: Речь, 2000.
20. Эриксон Э. Молодой Лютер. Психоаналитическое историческое исследование. – М.: «Медиум», 1996.
21. Юм Д. Трактат о человеческой природе. – Мн.: «Попурри», 1998.