

ОПЫТ МЕТОДОЛОГИЧЕСКОГО ОСМЫСЛЕНИЯ ПРАКТИК РАБОТЫ С ЛИЧНОСТЬЮ: ФАСИЛИТАЦИЯ, НООТЕХНИКА, ЖИЗНЕТВОРЧЕСТВО

Д.А. ЛЕОНТЬЕВ

Статья посвящена различным способам развивающей работы с личностью в психологии и смежных областях знания. На основе анализа понятия психотехники вводится понятие ноотехники как альтернативной формы работы, не ориентированной на заданный идеальный результат, а стимулирующей процессы самоорганизации. Через призму этого различения анализируется духовное (смысловое) измерение в психотерапевтической работе и обосновывается авторская практика жизнетворческой работы с личностью.

Ключевые слова: развитие личности, технология, воздействие, формирование, фасилитация, психотехника, ноотехника, самоорганизация, психотерапия, логотерапия, жизнетворчество.

В психологии вот уже столетие не утихают методологические дискуссии о возможности и границах воздействия на психику, сознание и личность человека. Они были во многом вызваны к жизни появлением такого понятия, как «психотехника» [Мюнстерберг, 1996; Розин, 1997; Олешкевич, 2002; Василюк, 2003; Пузырей, 2005; и др.], которое большую часть этого периода времени занимало в психологии маргинальное положение, но никогда не уходило из поля живых дискуссий. В последние десятилетия появилось понятие «психотехнологии», ничуть не более четко определенное, в котором технологический акцент был акцентирован еще сильнее.

Во 2-й половине XX века большая часть дискуссий такого рода сконцентрировалась в области психотерапии. Начиная с работ Фрейда и его последователей, психотерапия оформилась в экономически развитых странах не только как один из признанных социальных институтов, но во многом она стала задавать образец и диктовать стандарты не только всем остальным видам психологических практик, но и практикам не-

психологическим. В какой-то степени психотерапия компенсировала во многом противоположную ей модельную для западного мира практику и психологию деловых отношений («только бизнес, ничего личного»). В то же время обсуждение проблем методологии практики, особенно в нашей стране, где развитие этой практики было в последние три десятилетия догоняющим, сводилось преимущественно к обсуждению методологии психотерапии или к соотношению теории и практики в целом.

В этой статье я хотел бы остановиться на дифференциации качественно различных форм профессиональной работы с человеком (психологической практики в широком смысле слова), дать попытку обоснования фасилитирующих практик, объединенных в статье понятием «нотехника» и проиллюстрировать их авторской практикой жизнотворчества, применяемой мною на протяжении последних десяти лет.

Границы технологии в психологической практике: формирующая стратегия и ее альтернативы

Такие словосочетания, как «психологические технологии», «педагогические технологии», «гуманитарные технологии» в последнее время довольно популярны. Они во многом берут истоки в уже упомянутом понятии психотехники. Главное, что вкладывалось в понятие «психотехника», при разных его пониманиях — формирование по заданному образцу. Больше всего внимания такого рода техникам уделялось во всех версиях бихевиоризма (ключевым выступало понятие обусловливания), а также в культурно-деятельностном подходе. Как констатирует А.А. Пузырей, именно такое понимание психотехники характерно для поздней, зрелой версии культурно-исторической теории Л.С. Выготского [Пузырей, 2005, с. 319]. Среди последователей Выготского наиболее радикальный подход к психическому развитию как формированию представлен теорией и методологией поэтапного планомерного формирования умственных действий П.Я. Гальперина [Гальперин, 1998]. В последних работах П.Я. Гальперин пытался применить принципы поэтапного формирования даже к творчеству [Гальперин, Котик, 1982].

Трудно оспаривать эффективность и важность подобных подходов. Однако далеко не все можно формировать таким образом. Исторически понятие психотехники происходит от древнегреческого «технэ», которое включало в себя не только то, что мы сегодня относим к сфере техники, но и искусство. В это исходное античное понятие вкладывалась, прежде всего, идея совершенного мастерства, владения чем-то; в дальнейшем произошло его семантическое раздвоение. Одна линия разви-

тия этого концепта привела к тому, что в современном мире получило название «технология», а другая — к тому, что в современном мире связано больше с искусством, с творчеством в более специфическом значении. Между этими двумя модусами практики есть нечто общее — овладение, степень мастерства, но одновременно существует и вполне отчетливое различие.

Технология в современном строгом смысле слова означает проверенный алгоритм достижения заданного результата, которое обеспечено инструкциями, документацией, заводскими или иными гарантиями. Известно точно, что должно быть в конечной точке процесса и пошагово спроектировано, каким способом этого достичь. Когда мы говорим о том, что некоторый процесс надо или нельзя технологизировать, речь идет именно о трансформации его в некоторый четкий алгоритм, который может быть описан и передан, которому можно научить, и при строгом его соблюдении мы получим однозначный спроектированный результат.

Даже в психологической диагностике не все можно диагностировать по алгоритму. Есть черты и свойства, которые относятся к укоренившимся, жестким механизмам, воспроизводящимся в любых условиях, их можно и нужно диагностировать по формальному алгоритму. С другими, более сложными, более гибкими и не фиксированными механизмами внутреннего мира это не удастся. Есть категория так называемых «открытых» или «оперантных» диагностических методов, которая основана на том, что человек не выбирает жестко один из заданных вариантов ответов, а дает свободные реакции, которые далее интерпретируются по специальным правилам; при этом остается зазор между ответом испытуемого и выводом психодиагноста. И как ни парадоксально, данные оперантных методов оказываются более устойчивы, чем данные классических «респондентных» методов, где ответы испытуемых могут обрабатываться полностью компьютерной программой без участия психолога — вплоть до распечатки заключения и рекомендаций [McClelland, 1981]. Можно соотнести различие этих двух классов диагностических методов с разведением контекста и кода в поздних набросках М.М. Бахтина [Бахтин, 2002]. Код потенциально завершим и он однозначно декодируется, «считывается»; контекст незавершим даже потенциально и задаваемый им смысл нельзя декодировать, можно только интерпретировать. Соответственно, респондентные методы дают техническую, декодируемую информацию об обследуемом, тогда как оперантные методы несут неоднозначно интерпретируемые, неисчерпаемые смыслы.

Наряду с процессами, опирающимися на конкретный целевой идеальный образ будущего результата, есть и другие процессы нецеленаправленного стимулирования развития человека. Одним из таких процессов является фасилитация — такая форма работы, которая стимулирует процессы прогрессивных изменений, но не может породить заданный, запрограммированный результат. Она раскрепощает внутренние процессы, освобождая развитие от жестких рамок [Роджерс, Фрайберг, 2002]. Еще Курт Левин, к которому восходят все виды групповой работы с человеком, обнаружил, что в группе возникает особая реальность, и то, что происходит с людьми в результате направленного, управляемого, но не прогнозируемого и не программируемого процесса группового взаимодействия, порождает гораздо более эффективные сдвиги, чем при попытке индивидуального внушения или убеждения [Левин, 2002]. Лишь отчасти фасилитация может быть технологизирована и описана в виде инструкций и методических указаний. А.А. Пузырей описывает различие процессов формирования по заданному образцу и фасилитации желательных, но непредсказуемых изменений в терминах двух парадигм психотехники, которые он называет, соответственно, манипулированием и майевтикой. При этом он отождествляет «буквально понимаемую психотехнику» именно с манипулированием [Пузырей, 2005, с. 320]. За ее пределами остаются, как показывает автор, феномены «человеческого в человеке», связанные с сознанием, поступком, личностью, «феномены, которые как таковые могут быть рождены только самим пациентом» [Там же. С. 322]. В этой связи закономерно вспоминается М.К. Мамардашвили [Мамардашвили, 1997], подчеркивавший, что такие человеческие феномены как добро, мысль, свобода не имеют причин и поэтому не могут породиться целенаправленно.

Наиболее продуктивно идея фасилитации, или майевтики, применяется в педагогике, в которой существует такой парадокс: чем лучше, чем прочнее учитель знает, чего ему надо достичь, что сделать из своего ученика, тем менее он успешен как педагог. Наиболее успешными как педагоги оказываются те, кто не знает точно, что у них будет «на выходе». Принцип «бойся того, кто скажет: «я знаю, как надо»» (А. Галич) — общий принцип для педагогики и политики. И там, и там алгоритмическое воздействие с заданным конечным результатом работает на очень коротком отрезке, в ограниченной области, но не затрагивает самого главного. Подлинная же педагогика, как и психотерапия и, по большому счету, настоящая политика — это «езда в неизвестное».

Следует отметить еще один важный парадокс психотехники. Когда мы пытаемся говорить о том, что мы заведомо хотим что-то улучшить в

человеке, психотехник или педагог, осуществляющий эти изменения, может спроектировать эти изменения только в рамках того, что сам видит и понимает. Идеальный образ человека, выступающий целью психотехнической работы, ограничен собственным уровнем психотехника, который не может спроектировать и реализовать ничего лучше, чем он сам. Поэтому управляемое формирование по идее должно вести к деградации, поскольку каждый последующий воспитуемый в лучшем случае, при стопроцентной удаче, будет таким же, как воспитатель, а в случае любой неудачи — хуже. Траектория восходящего развития может возникнуть только там, где воспитатель может сориентировать воспитуемого на образец, который выше его самого. Но невозможно представить эталон выше себя самого в виде жесткого образца. Можно только, не пытаясь запрограммировать, какими именно объекты нашего воздействия должны стать, пытаться запустить фасилитирующие процессы, благодаря которым воспитуемые имеют шанс стать более продвинутыми, чем воспитатели.

Таким образом, есть виды формирующей практики, предусматривающие заранее спроектированный идеальный результат, и есть виды таких практик, лишённые подобного ориентира, которые, тем не менее, успешно работают. Результатом воздействия второго типа выступает негарантированное и непрогнозируемое, однако осознанно производимое изменение.

К фасилитирующим, а не формирующим процессам относится и большинство видов психотерапии. Как правило, психотерапевт (если он хороший психотерапевт), начиная работать с клиентом, не знает, чем все закончится и какого результата он достигнет. Исключением служат гипнотерапия, поведенческая психотерапия или нейролингвистическое программирование — технологические в традиционном узком смысле формы психотерапии, в которых есть последовательность, жесткий алгоритм, конкретный результат, и «гарантии фирмы». Эти подходы довольно хорошо работают, но далеко не по отношению ко всем проблемам и запросам. Если мы обратимся к другим направлениям в психотерапии, которые в совокупности называют «личностно-ориентированной психотерапией», то увидим напряжённую работу, конец которой теорется в неизвестности. Психотерапевтов учат, как работать в условиях неясного, непрогнозируемого исхода.

Изменение, самоорганизация и ноотехника

Если мы говорим о развитии человека, то какие изменения могут в принципе происходить в этом процессе? Во-первых, можно влиять —

положительно или отрицательно — на созревание тех или иных морфологических или функциональных структур. Сам этот термин основан на аналогии с растениями. Наиболее последовательную и продуктивную проработку такой взгляд получил в психологическом подходе Карла Роджерса [Роджерс, 1999], основанном на ботанической метафоре «личностный рост». Созревание — естественный процесс; его легко затормозить («задержка развития»), труднее ускорить (хотя иногда это возможно), но качественно изменить его нельзя. Во-вторых, возможно целенаправленно и планомерно сформировать новый психологический процесс или механизм, в том числе через самовоздействие, самоформирование. Однако существует еще один, третий механизм изменений, а именно самоорганизация — качественные изменения, обусловленные не заложенными программами и не целенаправленными воздействиями, а эмерджентными процессами самоорганизации сложных систем: развитие системы нарушает ее сбалансированность и для восстановления динамического равновесия происходит скачкообразная перестройка организации системы. Система переходит в новое состояние, которое невозможно было запрограммировать, предвидеть и детерминировать из предыдущего состояния системы [Хищенко, 2005; Степин, 2007]. Самоорганизация происходит тогда, когда в системе нарастает параллельно и уровень сложности, и уровень ее внутренней организованности и упорядоченности; это переход к новому принципу функционирования, к более высокой упорядоченности, необходимой для того, чтобы совладать с новым уровнем сложности.

Самоорганизация личности на траектории ее развития от простого к сложному предстает как один из вариантов «упования», в терминах Ф.Е. Василюка [Василюк, 2003]. Под упованием Ф.Е. Василюк понимает «тот главный механизм, основной продуктивный процесс, который непосредственно обеспечивает достижение терапевтических целей» [Там же. С. 23]. Он разворачивается «навстречу» усилиям психотерапевта. «Психотерапевт не рассчитывает, что его терапевтические интервенции сами собой приведут к разрешению проблем клиента. Психотерапевтический метод не может мыслиться как набор однонаправленных воздействий, производящих нужный результат без и помимо некой активности со стороны пациента. Напротив, метод только на то и направлен, чтобы создавать условия для запуска этой активности, стимулировать ее, поддерживать, фасилитировать и т. д. Метод в этом смысле уповает не на себя, а на некую специфическую активность пациента» [Василюк, 2007, с. 170]. Самоорганизация — это, безусловно, «упование», но не чисто психотерапевтическое, как те упования, о которых пишет

Ф.Е. Василюк, а скорее психолого-педагогическое. Мы можем уповать на то, что наши усилия активизируют и стимулируют процессы самоорганизации, но не можем быть в этом уверены; связь между тем и другим не носит причинно-следственного характера, а скорее, может быть уподоблена обмену репликами в диалоге. Соответственно, фасилитирующая (К.Роджерс), или психомайевтическая (А.А.Пузырей), форма работы, как уже говорилось, не может протекать по алгоритму, однако она предполагает наличие специальной методологии, которая предписывает не столько конкретные действия психолога в определенных ситуациях, сколько занимаемую им позицию. Это неклассическая, диалогическая, неманипулятивная методология, «даосистская», по выражению А. Маслоу [Maslow, 1966], отличающаяся от психотехники в наиболее традиционном и общепринятом ее понимании. Вместе с тем негативной ее характеристики («неманипулятивная», «невмешивающаяся», «незаданная») недостаточно, а позитивная характеристика пока почти отсутствует. Именно указанная выше связь этой формы работы с процессами самоорганизации позволяет сделать шаг в направлении выравнивания такой позитивной характеристики.

Ф.Е. Василюк также отмечает, что психология, основанная на психотехнике, в отличие от академической науки, «выдвигает на первый план категорию сознания и потому становится феноменологической и диалогической, то есть понимающей психологией, способной профессионально относиться к предмету исследования не только как к «объекту», но и как к живому Ты» [Василюк, 2003, с. 224]. Трудность заключается в двойственном понимании самого термина «психотехника», который одни авторы, в частности, А.А. Пузырей, соотносят преимущественно с запрограммированным и манипулятивным типом воздействия, а другие, как Ф.Е. Василюк, с диалогическим отношением. Выход из этой трудности видится в дифференциации терминов. Если сохранить термин «психотехника» за «проектированием» изменений в пределах зоны ближайшего развития на основе моделирования идеального результата (хотя это, как отмечено выше, не единственно возможное толкование), то другой тип воздействия, который обнаруживается не только в психологических, но и в педагогических, религиозных и других практиках работы с человеком, можно обозначить термином «ноотехника».

Ноотехника — это фасилитирующее воздействие на траекторию развития человека, результатом которого выступает целостное или частичное структурное изменение, переход самой системы “человек” в новое структурное качество и/или на новую траекторию развития на основе процессов самоорганизации. Достоинство термина «ноотехника» видится

в том, что он соотносится не с узкопсихологическим, а с более широким гуманитарным контекстом, более адекватным для рассмотрения соответствующих процессов, а также отсылает к понятийному аппарату В.И. Вернадского (ноосфера) и В. Франкла (ноодинамика, ноогенез), которая, конечно, неслучайна.

Можно увидеть соотношение этих двух форм воздействия на примере искусства. Искусство может работать чисто психотехнически — военные марши, религиозные песнопения, танцевальная музыка диско, функциональная музыка (например, релаксирующая) и соответствующие формы и жанры в других видах искусств, например, живописи, литературе и т. д. работают на психотехническое формирование того или иного функционального состояния. Другое искусство, то, с которым мы, прежде всего, и связываем само понятие «искусство», действует непредсказуемым образом — как ноотехника, расширяя возможности системы «человек» и стимулируя ее к самоорганизации. Подлинное, то есть ноотехническое, а не психотехническое искусство, и подлинная культура в целом — стимулируют развитие в нас более высокого уровня сложности [Мамардашвили, 1990, с. 173] и дает нам новые инструменты структурирования собственного опыта, понимания и самоорганизации.

Духовное измерение в психотерапии: попытки концептуализации

Ноотехника еще не получила в психологии развернутого методологического обоснования. Вместе с тем преимущественно в рамках психотерапии в последние десятилетия постепенно вызревают представления о гибких развивающих практиках, ноотехнических по своей сути, которые вырастают из психотерапии, но уже психотерапией не являются.

Так, Дж. Бьюдженталь еще в ранней версии своего психотерапевтического подхода разделяет психотерапевтический процесс на две стадии или фазы. Первая фаза — это аналитическая фаза, содержанием которой является работа с тем, с чем пришел непосредственно клиент, с тем, что психологически калечит его, препятствует полноценному осознанию и мешает жить. Задача аналитической фазы скорее негативная — раскрытие и устранение сопротивлений, то есть способов, которыми пациент стремится избежать экзистенциальной тревоги. Эта фаза, конечно, не полностью, но во многом основана на психоаналитической методологии. Когда эта фаза завершена, наступает вторая фаза, которую Бьюдженталь обозначил введенным им неологизмом «онтогика». Слово «онтогика» перекликается со словом «педагогика», но образовано от корня «онтос», «бытие». После того как сняты сопротивления, надо ввести человека в реальность бытия, в реальность мира, попросту

говоря, научить его жить. По определению Бьюджентала, онтогогика заключается в каких-то пониманиях, инсайтах и процедурах, с помощью которых терапевт или консультант стремится поддержать намерения пациента или клиента более полно реализовать потенциалы его бытия. Онтогогика стремится способствовать большей реализации бытия, в то время как аналитическая терапия стремится преодолеть ограничения, которые на нее накладываются. «Онтогогика как таковая — не терапевтическая процедура» [Bugental, 1981, p. 317]. В последней своей книге Бьюджентал пишет, что по мере развития психотерапия перестает быть собственно психотерапией и начинает превращаться в форму наставничества (life coaching) [Bugental, 1999].

Это понимание перекликается с его мыслью о том, что «психотерапия — не медицинская процедура, а просветительская деятельность (educational effort)» [Bugental, 1991, p. 8]. Эта мысль, встречающаяся у ряда серьезных методологов психотерапии, имеет, помимо всего прочего, еще и этимологическое обоснование: слово «доктор» происходит от латинского *docere* — «учить», так же как и от слова «документ» [Хиллман, 2004]. А.А. Пузырей вводит понятие «психагогика» для обозначения формы практики, в которой «психотерапевт становится своего рода «ведущим» или «проводником» в некоем духовном странствии, можно было бы сказать «сталкером» в том смысле, какой этому слову был придан фильмом Тарковского» [Пузырей, 2005, с. 272]. В литературе анализируется сходство между вузовским преподаванием и групповой психотерапией [Tolor, 1984], а также между психотерапией и воспитанием детей [Снайдер, Снайдер и Снайдер, 1995]. Б. Шварц усматривает исторический тренд в постепенной трансформации психотерапевтической практики от лечения к учению. «Когда-то у клинических психологов были пациенты. Постепенно в этой дисциплине возникло осознание того, что это слово предполагает наличие болезни, из которой, в свою очередь, вытекает представление о здоровье и о целях терапии, не соответствующее тому, которым она располагала. И пациенты стали клиентами... Клиенты сами определяют цели работы, отличаясь этим от пациентов... Как психологи станут называть тех, кто пользуется их услугами, если и когда расцветет позитивная психология? ... Я думаю, что правильное слово — это студенты» [Schwartz, 2000, p. 87].

Особое место проблема разграничения между психотерапией в строгом смысле слова и выходящими за ее рамки формами развивающей (ноотехнической) практики занимает в логотерапии В. Франкла. В. Франкл был одним из первых профессионалов, привлечших внимание психологов к духовным аспектам человеческого существования во

всей их конкретике. Говоря о сходстве и различии между психотерапией и религиозной практикой, он рассматривал психотерапию как процесс, направленный не только на исцеление души, но и на прохождение личного пути, который связан с проблемами отнюдь не психологического свойства. «Человек — это больше, чем психика; человек — это дух» [Frankl, 1967, p. 63]. Фокусируясь на одной лишь психике, мы упускаем из виду очень важное измерение человеческого существования, которое проявляет себя не во всех случаях, однако его учет может целиком изменить картину. Франкл не устает подчеркивать, что духовное, ноэтическое, смысловое измерение человеческого существования отличается от душевного, психического измерения не меньше, чем душевное от телесного. Сведение одного к другому невозможно. «Однако «психологизм» игнорирует духовное. Отсюда также вытекает недостаточность всей психотерапии в узком, традиционном психологическом смысле: она не видит духовного» [Frankl, 1984, p. 169]. Логотерапию Франкл определяет как психотерапию, строящуюся на духовном основании, констатируя, что она находится «в дидактическом противоречии с прежней психотерапией, психотерапией в узком смысле слова, ее нельзя рассматривать как замещающую ее. Невозможно заменить психотерапию логотерапией; однако, необходимо дополнить психотерапию логотерапией» [Ibid. P. 172]. В том же духе высказывался Р. Мэй, говоря о том, что экзистенциальная психотерапия позиционирует себя не как альтернативу более традиционным формам психотерапии, а как их важное дополнение [May, 1967]. Многомерная модель Франкла находит также существенную поддержку в четырехмерной концепции жизненного мира Э. ван Дорцен, которая к трем выделенным Л. Бинсвангером аспектам жизненного мира — внешнему миру, внутреннему миру и совместному, коммуникативному миру — добавила еще идеальный мир — измерение, которое «связано с нашими отношениями к верованиям, идеям, ценностям и принципам, согласно которым мы живем. Это измерение нашего целостного видения жизни и идеологической позиции» [Дорцен, 2007, с. 98]. Таким образом, ведущие теоретики экзистенциальной психологии и психотерапии едины в оценке более традиционной психотерапии как неполной, не включающей в себя духовное измерение, акцент на котором является отличительной чертой экзистенциальных подходов.

В силу этого естественным образом оказывается проблематичным соответствие логотерапии Франкла сформировавшимся в последние десятилетия институциональным и юридическим определениям психотерапии, связанным с тем, что эта деятельность в странах Запада стала

объектом юридического регулирования, судебных процессов, страхового бизнеса и т.п. Понятно, что к духовно ориентированной психотерапии подобные формализованные регуляторы вряд ли могут быть применимы, и это стало причиной институциональной редукции общего понимания психотерапии, за пределами определений которой оказывается многое из того, что такой редукции не поддается. Эта проблема, в свою очередь, стала причиной профессиональной критики логотерапии вплоть до сомнений в ее праве считаться психотерапией и упреков в авторитарной директивности [Ялом, 1999, с. 530—533]. Проблема отношения к духовному измерению послужила одним из катализаторов раскола Третьей венской школы на ортодоксальных приверженцев логотерапии Франкла и сообщество экзистенциального анализа, ориентирующееся на существенную модификацию учения Франкла в теории А. Лэнгле.

Мне представляется, что логотерапия действительно является не столько психотерапией в строгом современном ее понимании, сколько особой и самодостаточной формой ноотехники, которая отличается от психотерапии в узком смысле слова и имеет достаточно широкую сферу применения, в том числе вне психотерапевтических контекстов. Я, однако, вижу в этом не слабость логотерапии, а напротив, ее достоинство. Дело не в том, что она не дотягивает до критериев психотерапии, а в том, что она ориентируется на несколько иные критерии и иные формы работы. Действительно, сократический диалог — основной метод логотерапии — был заимствован Франклом из другой формы ноотехники. Сократ был философом, но не психотерапевтом. Логотерапия переключается с такими непсихологическими или не вполне психологическими ноотехниками, как пастырское консультирование [Колпакова, 2009], к анализу которого неоднократно обращался как сам Франкл, так и его ученики, а также — философским консультированием. Последнее представляет собой более новое явление, возникшее в 1980-е гг.: практику помощи людям в поиске мировоззренческих ориентиров посредством философских дискуссий, разработанную немецким философом Г. Ашенбахом (см., напр.: [Schuster, 2002]). К этому же ряду относится и идея метаконсультирования как специальной методологии, направленной на повышение присутствия в людях бытийных ценностей. А. Маслоу обдумывал это в последние годы, предполагая, что в нем «будут совмещены роли обычных консультантов, психотерапевтов и учителей» [Maslow, 1966/1996, p. 92].

Общее во всех перечисленных ноотехниках состоит в том, что если более традиционная психотерапия обеспечивает свою эффективность

благодаря опоре на неосознаваемые эмоционально заряженные трансферентные связи, то логотерапия, онтогогика, психагогика, метаконсультирование, пасторское и философское консультирование и подобные им ноотехники опираются на принципиально иные ресурсы — ресурсы сознания и переработки опыта. На протяжении большей части XX века практическая психология испытывала недоверие к сознанию, мстя за многовековое пренебрежение бессознательным. Хотя уже в психоанализе ставилась задача осознания: «Там, где было Оно, должно стать Я» [Фрейд, 1989, с. 349], однако главной заботой сознания считалось обеспечение относительного контроля над бессознательным, в котором сосредоточены все жизненные ориентиры и энергетические источники. Лишь в последние десятилетия сознание стало все больше рассматриваться как самостоятельный, а не вторичный по отношению к бессознательному ресурс. А. Лэнгле в своей биографической книге о Франкле приводит упоминавшееся им, но нигде не опубликованное разведение двух видов психологических механизмов, которые Фрейд называл *Übertragungarbeit* и *Überzeugungarbeit*, работа переноса и работа убеждения [Langle, 1998, p. 146] — именно с последней он соотносил свою логотерапию. В ноотехнических практиках сознанию придается гораздо более важная роль.

Теория и практика жизнетворчества

Разновидностью экзистенциально ориентированной ноотехники является форма нетерапевтической групповой работы, которую я разрабатываю в последние 10 лет под названием жизнетворчества. Первая попытка обосновать ее [Леонтьев, 2001] была сделана еще тогда, когда сама практика была лишь на стадии замысла; лишь к 2005 г. она сложилась в успешно работающий инструмент. Строго говоря, эту практику нельзя назвать новой; в каком-то смысле она является исторически одной из наиболее древних. «Каждый из нас — практикующий житель планеты Земля» [Гусев, 2000, с. 25]. Вместе с тем, во всех ранее известных формах она выступала как растворенная в других видах практики (психотерапевтической, педагогической, религиозной, организационно-деятельностной и др.) и не отделимая от них. Новым в данном случае является ее выделение в виде самостоятельного формата практической работы психолога.

Мишенью жизнетворческой работы, которая проходит в формате однократной трехдневной мастерской, выступает решение личных жизненных проблем. В качестве психологического механизма, ответственного за застойное застревание на нерешенных проблемах, рассматрива-

ются нарушения переработки жизненного опыта. Опыт — это не просто информация, не просто событие биографии, это событие или информация, переработанные, интегрированные в картину мира. Полноценная переработка информации в опыт — это особая внутренняя деятельность, которая имеет сложную структуру. Нарушения механизмов такой переработки (вследствие неблагоприятных условий развития, симбиотических семейных зависимостей, психологической травмы, авторитарного социального обусловливания и других причин), приводят к отчуждению человека от своей жизни, невозможности извлечь из нее опыт и использовать его.

Не все жизненные проблемы имеют решение, но большинство нерешенных проблем остаются нерешенными не по этой причине. Поскольку жизненные проблемы принадлежат жизненному миру участника группы, никто другой, кроме него самого, решить их не может; «только у клиента есть компас» [Bugental, 1999]. Однако роль ведущего заключается в том, чтобы заставлять эго эксплицировать свое представление о проблеме и выявлять противоречия и белые пятна в этой конструкции, а также рассматривать проблему в иных, непривычных для него контекстах, как правило, более широких. По мере осознания участником группы искусственности, нелогичности, а порой абсурдности существующей у него проблемы она растворяется: участник сообщает, что этой проблемы (которая мучила его месяцы и годы) у него просто нет. Интересно, что нередко аналогичные эффекты наблюдаются у участников, которые не включались в групповое обсуждение своих собственных проблем, а просто слушали обсуждение проблем других участников.

Концептуальную рамку для обоснования рассматриваемого подхода образует философское понятие жизнетворчества, разрабатывавшегося с 1980-х гг. по настоящее время в Институте философии АН Украины коллективом под руководством Л.В. Сохань [Сохань, 2010]. Жизнетворчество определяется в этой концепции как «духовно-практическая деятельность, направленная на творческое проектирование и осуществление личностью ее жизненных стратегий и программ» [Там же. С. 36—37]. Главное, что вкладывается в это понятие — способность личности выступать субъектом собственной жизни. «Мы исходим из того, что человек не есть нулевая величина в жизненном процессе, судьба которого заранее predetermined. Он является распорядителем своих социальных и индивидуально-личностных возможностей» [Там же. С. 61]. Эта идея далее развивается через понятия жизненных задач [Там же. С. 64—67], жизнетворческого потенциала [Там же. С. 136—137], жизнетворческих способностей [Там же. С. 190—191], таланта жизнетворчества [Там

же. С. 207—208], и ряд других. Идея жизнетворчества в концепции Л.В. Сохань представляет собой этический идеал; приложение этой идеи в психологическом контексте предполагает обращение внимания на индивидуальные различия в том, в какой мере разные индивиды соответствуют этому идеалу. Именно под этим углом зрения я определил жизненную позицию как отношение личности к собственной жизни, которое обнаруживает индивидуальные различия по двум главным параметрам: степени рефлексивной осознанности собственной жизни и степени активности в воздействии на ее протекание [Леонтьев, 1993].

Суть жизнетворчества состоит в расширении мира, расширении жизненных отношений. Работу жизнетворчества можно охарактеризовать не столько как клиент-центрированную, сколько как контент-центрированную [Яцута, 2004]. Таким образом, вектор изменений направлен не на самого субъекта, а на мир; вместо того, чтобы делать объектом внимания то, что происходит в нем, жизнетворческая работа делает объектом внимания и концентрации то, что происходит в его жизненном мире, делая упор на антропологическую способность к самотрансценденции. Виктор Франкл [Франкл, 1990] иллюстрировал эту идею метафорой бумеранга. Бумеранг — это инструмент, отнюдь не предназначенный для того, чтобы он возвращался, когда его кидаешь. Это оружие для охоты, предназначенное для того, чтобы поражать добычу. Возвращается только тот бумеранг, который не попал в цель. Точно так же, говорит Франкл, наша озабоченность самим собой, наш взгляд внутрь и наша зафиксированность на субъективных переживаниях и самоактуализации является следствием того, что мы промахнулись мимо нашей цели в мире, мимо того смысла в мире, на который наша деятельность должна быть направлена. Если человек хочет прийти к себе, говорит Франкл, его путь идет через мир. Это и есть путь жизнетворчества.

Жизнетворчество и психотерапия

Рассмотрим вкратце соотношение жизнетворчества с психотерапией в строгом, институциональном смысле слова. Надо сделать оговорку, что под психотерапией я в этом контексте буду понимать не все, что делает психотерапевт с клиентом в рамках терапевтической сессии. Конечно, хороший психотерапевт в работе с клиентом занимается не только чистой психотерапией, но также консультирует его, просвещает и т. п., и жизнетворческая работа не является исключением. Но еще раз подчеркну, что главным формальным обоснованием их разведения служит то, что жизнетворческая работа может осуществляться и часто осуществляется вне психотерапевтических контекстов.

Содержательное же обоснование их разведения опирается на проведенный мною некоторое время тому назад анализ соотношения мировоззрения и бытия-в-мире (другими словами, интроецированных схематизмов и живого опыта) как двух несовпадающих и нередко противоречащих друг другу оснований регуляции человеческих действий [Леонтьев, 2008]. Развитие контуров саморегуляции в эволюционном и индивидуальном развитии приводит постепенно к тому, что индивидуальный опыт (пробы и ошибки) все больше дополняется сначала генерализациями собственного прошлого опыта, а затем усвоенными через социальную коммуникацию обобщенными блоками чужого опыта и максимально обобщенного опыта всей культуры (обезличенного знания). Это замещение порождает мировоззрение — часть индивидуальной картины мира, которая состоит из частично самостоятельно выработанных, частично заимствованных в готовом виде генерализаций, из которых субъект дедуктивно выводит ответы на частные вопросы. По своему генезису мировоззрение имеет два источника, что позволяет мне говорить о двух формах мировоззрения [Леонтьев, 2004]. Мировоззрение как миф представляет собой некритически воспринятые из референтных источников готовые объяснительные конструкции. Мировоззрение как деятельность представляет собой объяснительные конструкции, самостоятельно выработанные субъектом в процессе внутренней работы по обобщению, переработке и переживанию собственного опыта. При схожести конечного продукта, налицо существенное различие в отношении к нему: мировоззренческие генерализации деятельностной природы более осознаны и подконтрольны субъекту, менее ригидны и навязчивы, легче поддаются коррекции и развитию, чем генерализации мифологической природы. В контексте данной статьи правомерно говорить о том, что жизнетворческая работа служит замещению в индивидуальном мировоззрении неадекватных конструкций мифологического генеза более адекватными в силу конгруэнтности жизненному опыту конструкциями деятельностной природы.

Таким образом, способы и формы переработки нами опыта лежат в континууме, задаваемом двумя полюсами: первый — это строгий дедуктивный вывод планов на будущее из знания, как устроен мир и как надо себя вести в этом мире, второй — чистое беспредпосылочное бытие-в-мире, экспериментирование.

Любое мировоззрение, даже строящееся на обобщении личного опыта, отдаляет субъекта от достоверности непосредственной практики и одновременно расширяет контексты осмысления этого опыта и собственной жизни в целом. Оно отдаляет его от реальности (под реально-

стью я понимаю то, что порождает последствия для жизни субъекта), но одновременно дает ему то, что для человека не менее важно, чем реальность. «Ничего, кроме действительности, нет, — говорит герой повести М. Анчарова другому. — Есть. — Что? — Перспективы». [Анчаров, 1983, с. 85].

Бессмысленно спорить, что важнее — действительность или перспектива, достоверность или осмысленность. Важно, что они в реальном опыте неустранимо противоречат друг другу так же, как разрешение изображения и широта охвата визуального поля, порождая новую версию принципа неопределенности. Когда требуется максимальная достоверность понимания реального хода своей жизни, то психотерапия обеспечивает это пристальной фокусировкой: ограничение пространства (кабинет), времени (здесь-и-теперь) и постоянная обратная связь. Ситуация «здесь-и-теперь» смещает акцент с широты ориентировки на достоверность, ограничивая контекст бытия-в-мире. Только в узком контексте можно максимизировать достоверность. Широта ориентировки, напротив, прямо связана с контекстом, который задает смысл [Леонтьев, 1999]. Нельзя извлечь смысл, не включая ситуацию в контекст и не выходя за рамки узкого здесь-и-теперь. Широкий контекст дает миф, поэтому справедливо говорят о смыслообразующей функции мифа. И тогда упомянутый принцип неопределенности можно переформулировать как неустранимое противоречие достоверности и осмысленности, истины и смысла. Фиксация на текущем моменте ведет к повышению достоверности, к пониманию истины о себе, а фиксация на широкой перспективе приводит к осмыслению, к пониманию не столько реальности, сколько сферы возможностей. Принцип неопределенности открывает два пути, которые невозможно совместить, но которые оставляют субъекту выбор актуальной стратегии.

Работа с перспективой осмысления и составляет основное содержание жизнетворчества. Успех этой работы выражается в изменении понимания мира и себя в мире. Было бы ошибкой усматривать в этом чисто когнитивные сдвиги, не затрагивающие личность. Понимание отличается от простого познания тем, что оно сопровождается более или менее заметным переструктурированием картины мира, это инсайт, который приводит к скачкообразному структурному ее изменению, и который не может обеспечить плавное накопление новой информации. Понимание всегда знаменует прогресс личностного развития. Но правдоподобно и более радикальное предположение: прогресс в нашем понимании реальности есть та единственная, уникальная, специфическая форма, в которой мы субъективно воспри-

нимаем то, что при взгляде со стороны предстает как наше личностное развитие, «личностный рост». Иными словами, прогресс в понимании мира и личностное развитие есть один и тот же процесс, рассматриваемый с двух разных позиций: самонаблюдения и внешнего наблюдения.

Заключение

В данной статье была сделана попытка ввести несколько дифференциаций, намечающих контуры пространства классификации психологических практик. В рамках первой дифференциации, относящейся к максимально широкому кругу практик, было задано различие психотехники как воздействия по алгоритму с целью достижения предвидимого гарантированного результата и ноотехники как фасилитации процессов самоорганизации, ведущих к развитию личности в направлении, не поддающемся прогнозу и манипуляции. Вторая дифференциация относилась к области исключительно психотерапии; в рамках этого пространства было выделено духовное, онтологическое или ноэтическое измерение экзистенциально-ориентированной работы, которое, входя в спектр методов работы психотерапевта, имеет, тем не менее, несколько особую природу. Эта особая природа акцентируется в обособленном завершении понятия жизнотворчества, за которым стоит «контент-центрированная» практика ноотехнической работы с жизненным миром субъекта, направленная на фасилитацию или коррекцию механизмов внутренней переработки жизненного опыта в структуры мировоззрения, проявляющуюся в качественных сдвигах понимания мира и себя в мире. На третьем витке анализа эта практика была соотнесена с психотерапией уже «извне», как самостоятельный формат работы.

У меня нет оснований полагать, что эта статья будет менее дискуссионной, чем затронутые в ней предыдущие источники по этой проблеме. Я, однако, далек от того, чтобы психотехнически стремиться в ней к определенному структурированию сознания читателей. Скорее, я уповаю на то, что она ноотехнически стимулирует дальнейшее осмысление этих сложнейших методологических вопросов, которое в свою очередь породит что-то полезное, что я предсказать не берусь.

ЛИТЕРАТУРА

- Анчаров М.* Дорога через хаос. М.: Молодая гвардия, 1983.
Бахтин М.М. Рабочие записи 60-х — начала 70-х годов // Собр. соч. Т. 6. М.: Русские словари; Языки славянской культуры, 2002. С. 430.

- Василюк Ф.Е. Методологический анализ в психологии. М.: Смысл, 2003.
- Василюк Ф.Е. Понимающая психотерапия: опыт построения психотехнической системы // Гуманитарные исследования в психотерапии / под ред. Ф.Е. Василюка. М.: МГППУ, ПИ РАО, 2007. С. 159—203.
- Гальперин П.Я. Психология как объективная наука: избранные психологические труды. М.: Издательство «Институт прикладной психологии»; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1998.
- Гальперин П.Я., Котик Н.Р. К психологии творческого мышления // Вопросы психологии. 1982. № 5. С. 80—84.
- Гусев А. Субъективности. Кировоград: Луч, 2000.
- Дорцен Э., ван. Практическое экзистенциальное консультирование и психотерапия. Ростов-на-Дону: Ассоциация экзистенциального консультирования, 2007.
- Колпакова М.Ю. Пастырское консультирование и психотерапия // Труды по консультативной психологии и психотерапии. Вып. 2. Психология. Сознание. Культура / под ред. Ф.Е. Василюка. М.: МГППУ, ПИ РАО, 2009. С. 214—224.
- Левин К. Динамическая психология: Избранные труды. М.: Смысл, 2001.
- Леонтьев Д.А. Очерк психологии личности. М.: Смысл, 1993.
- Леонтьев Д.А. Психология смысла. М.: Смысл, 1999.
- Леонтьев Д.А. Жизнетворчество как практика расширения жизненного мира // Первая Всероссийская научно-практическая конференция по экзистенциальной психологии / под ред. Д.А. Леонтьева, Е.С. Мазур, А.И. Сосланда. М.: Смысл, 2001. С. 100—109.
- Леонтьев Д.А. Мировоззрение как миф и мировоззрение как деятельность // Менталитет и коммуникативная среда в транзитивном обществе / под ред. В.И. Кабрина и О.И. Муравьевой. Томск: Томский государственный университет, 2004. С. 11—29.
- Леонтьев Д.А. Понимание смысла и смысл понимания // Понимание: опыт мультидисциплинарного исследования / под ред. А.А. Брудного, А.В. Уткина, Е.И. Яцуты. М.: Смысл, 2006. С. 20—27.
- Леонтьев Д.А. Мировоззрение и бытие-в-мире как основания регуляции // Экзистенциальная традиция: философия, психология, психотерапия. 2008. № 2 (13). С. 72—77.
- Мамардашвили М.К. Как я понимаю философию. Изд. 2-е, испр. и доп. М.: Прогресс, 1990.
- Мамардашвили М.К. Психологическая топология пути. М.: РХГИ, 1997.
- Мюнстерберг Г. Основы психотехники: В 2 т. СПб.: Издат. дом П.Э.Т.; Алетейя, 1996.
- Олешкевич В.И. История психотехники. М.: ИЦ «Академия», 2002.
- Пузырей А.А. Психология. Психотехника. Психагогика. М.: Смысл, 2005.
- Роджерс К. Консультирование и психотерапия. М.: ЭКСМО-Пресс, 1999.
- Роджерс К., Фрейберг Дж. Свобода учиться. М.: Смысл, 2002.
- Розин В.М. Психология: теория и практика. М.: Форум, Инфра-М, 1997.
- Снайдер М., Снайдер Р., Снайдер Р. Ребенок как личность. М.: Смысл, 1995.

- Сохань Л.В.* Искусство жизнетворчества. Киев: Издательский Дом Дмитрия Бураго, 2010.
- Степин В.С.* Саморазвивающиеся системы и философия синергетики (Материалы Международной конференции «Путь в будущее — наука, глобальные проблемы, мечты и надежды», 26—28 ноября 2007, Институт прикладной математики им. М.В. Келдыша РАН, Москва). [Электронный ресурс]. URL: <http://spkurdyumov.narod.ru/stepin444.html>.
- Франкл В.* Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990.
- Фрейд З.* Введение в психоанализ. Лекции. М.: Наука, 1989.
- Хиллман Дж.* Самоубийство и душа. М.: Когито-центр, 2004.
- Хищенко В.Е.* Самоорганизация: элементы теории и социальные приложения. М.: КомКнига, 2005.
- Ялом И.* Экзистенциальная психотерапия. М.: НФ Класс, 1999.
- Яцута Е.И.* От клиент-центрированного подхода в психотерапии к контент-центрированному взаимодействию в образовательном процессе // Вторая Всероссийская научно-практическая конференция по экзистенциальной психологии: материалы сообщений / под ред. Д.А.Леонтьева. М.: Смысл, 2004. С. 180—189.
- Bugental J.F.T.* 1981. The Search for Authenticity: An existential-analytic approach to psychotherapy. 2nd ed. enl. New York: Irvingston publs.
- Bugental J.F.T.* 1991. Outcomes of an Existential-Humanistic Psychotherapy: A Tribute to Rollo May. The Humanistic Psychologist 19 (1): 2—9.
- Bugental J.F.T.* 1999. Psychotherapy Isn't What You Think. Phoenix: Zeig, Tucker & Co.
- Frankl V.E.* 1967. Psychotherapy and existentialism. N.Y.: Simon and Schuster.
- Frankl V.E.* 1984. Der leidende Mensch: Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. Bern: Huber.
- Langle A.* 1998. Viktor Frankl: Ein Portrat. Munchen: Piper.
- McClelland D.* 1981. Is personality consistent? In Further explorations in personality, A. Rabin a. o. (eds.), 87—113. New York: Wiley.
- Maslow A.* 1966. The psychology of science: a reconnaissance. South Bend (IN): Gateway Editions.
- Maslow A.H.* 1996. Higher Motivation and the New Psychology (1966). In: Future Visions: The Unpublished Papers of Abraham Maslow, ed. E. Hoffman, 88—98. Thousand Oaks: Sage.
- May R.* 1967. Psychology and the human dilemma. Princeton: Van Nostrand.
- Schuster S.C.* 2002. Philosophical Narratives and Philosophical Counseling. In: Further Existential Challenges to Psychotherapeutic Theory and Practice, ed. S. Du Plock, 250—267. London: The Society for Existential Analysis.
- Schwartz B.* 2000. Self-Determination: The Tyranny of Freedom. American Psychologist 55 (1): 79—88.
- Tolor A.* 1984. How Similar is College Teaching to Psychotherapy? Psychological Reports 55: 711—718.

MAKING METHODOLOGICAL SENSE OF PRACTICES OF PERSONALITY INTERVENTIONS: FACILITATION, NOOTECHNICS, LIFE ENHANCEMENT

D.A. LEONTIEV

The paper compares varied ways of personality interventions in psychology and related disciplines. Following the analysis of the concepts of psychotechnics a new concept of nootechnics is introduced for an alternative form of intervention, not aimed at a preset ideal outcome, but rather stimulating self-organization processes. Through the prism of this distinction the spiritual (meaning-related) dimension of psychotherapeutic work is analyzed, to justify the author's practice of life enhancement work.

Keywords: personality development, technology, intervention, shaping, facilitation, psychotechnics, nootechnics, self-organization, psychotherapy, logotherapy, life enhancement.

Ancharov M. Doroga cherez haos. M.: Molodaja gvardija, 1983.

Bahтин M.M. Rabochie zapisi 60-h — nachala 70-h godov // Sobr. soch. T. 6. M.: Russkie slovari; Jazyki slavjanskoj kul'tury, 2002. S. 430.

Vasiljuk F.E. Metodologicheskij analiz v psihologii. M.: Smysl, 2003.

Vasiljuk F.E. Ponimajushhaja psihoterapija: opyt postroenija psihotehnicheskoi sistemy // Gumanitarnye issledovanija v psihoterapii / pod red. F.E. Vasiljuka. M.: MGPPU, PI RAO, 2007. S. 159—203.

Gal'perin P.Ja. Psihologija kak ob#ektivnaja nauka: izbrannye psihologicheskie trudy. M.: Izdatel'stvo "Institut prikladnoj psihologii"; Voronezh: NPO "MODJeK", 1998.

Gal'perin P.Ja., Kotik N.R. K psihologii tvorcheskogo myshlenija // Voprosy psihologii. 1982. № 5. S. 80—84.

Gusev A. Sub'ektivnosti. Kirovograd: Luch, 2000.

Dorcen Je., van. Prakticheskoe jekzistencial'noe konsul'tirovanie i psihoterapija. Rostov-na-Donu: Associacija jekzistencial'nogo konsul'tirovanija, 2007.

Kolpakova M.Ju. Pastyrskoe konsul'tirovanie i psihoterapija // Trudy po konsul'tativnoj psihologii i psihoterapii. Vyp. 2. Psihologija. Soznanie. Kul'tura / pod red. F.E. Vasiljuka. M.: MGPPU, PI RAO, 2009. S. 214—224.

Levin K. Dinamicheskaja psihologija: Izbrannye trudy. M.: Smysl, 2001.

Leont'ev D.A. Oчерk psihologii lichnosti. M.: Smysl, 1993.

Leont'ev D.A. Psihologija smysla. M.: Smysl, 1999.

Leont'ev D.A. Zhiznetvorchestvo kak praktika rasshirenija zhiznennogo mira // Pervaja Vserossijskaja nauchno-prakticheskaja konferencija po jekzistencial'noj psihologii / pod red. D.A. Leont'eva, E.S. Mazur, A.I. Soslanda. M.: Smysl, 2001. S. 100—109.

Leont'ev D.A. Mirovozzrenie kak mif i mirovozzrenie kak dejatel'nost' // Mentalitet i kommunikativnaja sreda v tranzitivnom obshhestve / pod red. V.I. Kabrina i O.I. Murav'evoj. Tomsk: Tomskij gosudarstvennyj universitet, 2004. S. 11—29.

- Leont'ev D.A.* Ponimanie smysla i smysl ponimanija // Ponimanie: opyt mul'tidisciplinarnogo issledovaniya / pod red. A.A. Brudnogo, A.V. Utkina, E.I. Jacuty. M.: Smysl, 2006. S. 20—27.
- Leont'ev D.A.* Mirovozzrenie i bytie-v-mire kak osnovaniya reguljaciji // Jekzistencial'naja tradicija: filosofija, psihologija, psihoterapija. 2008. № 2 (13). S. 72—77.
- Mamardashvili M.K.* Kak ja ponimaju filosofiju. Izd. 2-e, ispr. i dop. M.: Progress, 1990.
- Mamardashvili M.K.* Psihologicheskaja topologija puti. M.: RHGI, 1997.
- Mjunsterberg G.* Osnovy psihotehniki. V 2 t. SPb.: Izdat. dom P.Je.T.; Aletejsja, 1996.
- Oleshkevich V.I.* Istorija psihotehniki. M.: IC "Akademija", 2002.
- Puzurej A.A.* Psihologija. Psihotehnika. Psihagogika. M.: Smysl, 2005.
- Rodzhers K.* Konsul'tirovanie i psihoterapija. M.: JeKSMO-Press, 1999.
- Rodzhers K., Frejberg Dzh.* Svoboda uchit'sja. M.: Smysl, 2002.
- Rozin V.M.* Psihologija: teorija i praktika. M.: Forum, Infra-M, 1997.
- Snajder M., Snajder R., Snajder R.* Rebenok kak lichnost'. M.: Smysl, 1995.
- Sohan' L.V.* Iskusstvo zhiznetvorchestva. Kiev: Izdatel'skij Dom Dmitrija Burago, 2010.
- Stepin V.S.* Samorazvivajushhiesja sistemy i filosofija sinergetiki (Materialy Mezhdunarodnoj konferencii "Put' v budushhee — nauka, global'nye problemy, mechy i nadezhdy", 26—28 nojabrja 2007, Institut prikladnoj matematiki im. M.V. Keldysja RAN, Moskva). [Elektronnyj resurs]. URL: <http://spkurdyumov.narod.ru/stepin444.html>.
- Frankl V.* Chelovek v poiskah smysla. M.: Progress, 1990.
- Frejd Z.* Vvedenie v psihoanaliz. Lekcii. M.: Nauka, 1989.
- Hillman Dzh.* Samoubijstvo i dusha. M.: Kogito-centr, 2004.
- Hicenko V.E.* Samoorganizacija: jelementy teorii i social'nye prilozhenija. M.: KomKniga, 2005.
- Jalom I.* Jekzistencial'naja psihoterapija. M.: NF Klass, 1999.
- Jacuta E.I.* Ot klient-centrirovannogo podhoda v psihoterapii k kontent-centrirovannomu vzaimodejstvu v obrazovatel'nom processe // Vtoraja Vserossijskaja nauchno-prakticheskaja konferencija po jekzistencial'noj psihologii: materialy soobshhenij / pod red. D.A. Leont'eva. M.: Smysl, 2004. S. 180—189.
- Bugental J.F.T.* 1981. The Search for Authenticity: An existential-analytic approach to psychotherapy. 2nd ed. enl. New York: Irvingston publs.
- Bugental J.F.T.* 1991. Outcomes of an Existential-Humanistic Psychotherapy: A Tribute to Rollo May. The Humanistic Psychologist 19 (1): 2—9.
- Bugental J.F.T.* 1999. Psychotherapy Isn't What You Think. Phoenix: Zeig, Tucker & Co.
- Frankl V.E.* 1967. Psychotherapy and existentialism. N.Y.: Simon and Schuster.
- Frankl V.E.* 1984. Der leidende Mensch: Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. Bern: Huber.
- Langle A.* 1998. Viktor Frankl: Ein Portrat. Munchen: Piper.
- McClelland D.* 1981. Is personality consistent? In Further explorations in personality, A. Rabin a. o. (eds.), 87—113. New York: Wiley.
- Maslow A.* 1966. The psychology of science: a reconnaissance. South Bend (IN): Gateway Editions.

- Maslow A.H.* 1996. Higher Motivation and the New Psychology (1966). In: Future Visions: The Unpublished Papers of Abraham Maslow, ed. E. Hoffman, 88—98. Thousand Oaks: Sage.
- May R.* 1967. Psychology and the human dilemma. Princeton: Van Nostrand.
- Schuster S.C.* 2002. Philosophical Narratives and Philosophical Counseling. In: Further Existential Challenges to Psychotherapeutic Theory and Practice, ed. S. Du Plock, 250—267. London: The Society for Existential Analysis.
- Schwartz B.* 2000. Self-Determination: The Tyranny of Freedom. *American Psychologist* 55 (1): 79—88.
- Tolor A.* 1984. How Similar is College Teaching to Psychotherapy? *Psychological Reports* 55: 711—718.