

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/statya/154291>

Тип работы: Статья

Предмет: Психологическое консультирование

-

Проблемы и современные тенденции развития экзистенциальной психологии, экзистенциального анализа, консультирования, психотерапии

Автор -

Аннотация

Статья посвящена теоретическому анализу проблем экзистенциального направления психологии на современном этапе развития. В данной работе рассмотрена специфика направления, исходя из нее, определены ключевые проблемы, отдельно освещены сложности развития направления в России в современный период.

Ключевые слова: гуманистический подход, гуманистическая психология, экзистенции, экзистенциальная психология, психотерапия.

Problems and current trends in the development of existential psychology, existential analysis, counseling, psychotherapy

Author -

Abstract

The article is devoted to the theoretical analysis of the problems of the existential direction of psychology at the present stage of development. The direction specifics is reviewed in this paper and based on that the key issues are identified and the complexity of development in the complexity of development in modern period Russia is highlighted.

Keywords: humanistic approach, humanistic psychology, existences, existential psychology, psychotherapy.

Говоря о проблемах экзистенциальной психологии, мы должны понять, в чем заключается ее специфика как области психологического знания.

Экзистенциальная психология является в самом широком смысле гуманистическим направлением. В сфере ее внимания не просто человек и его личность, что характерно для всех психологических сфер, но индивидуальный опыт человека, неповторимая система его воспоминаний, переживаний, реакций.

Консультирование в рамках этого подхода основывается на изучении процесса личностного развития. В других школах психологии на первый план в решении личностных проблем выходят черты характера. Экзистенциальная психология работает во всех временных направлениях – с опорой на прошлый опыт, с осознанием настоящего состояния и планированием желаемого будущего.

Итак, обобщая, мы можем сказать, что спецификой экзистенциального подхода является работа с индивидуальными особенностями личности, ее фобиями и ресурсами, ее неповторимыми стереотипами поведения, внутренними конфликтами.

Известный современный экзистенциальный терапевт Ирвин Ялом определяет всего четыре ключевые проблемы, с которыми имеет дело экзистенциальная терапия: смерть, изоляция, свобода и внутренняя пустота [1, 96].

Важно отметить, что внутренний конфликт личности рассматривается этим направлением не как разлад в психологической жизни, а как естественный процесс переосмысления вопросов бытия, с которым связано известное сопротивление и фрустрация.

В индивидуальном экзистенциальном консультировании участвуют два реальных человека.

Экзистенциальный психотерапевт — не призрачный «отражатель», а живой человек, который стремится пожать и ощутить бытие пациента.

Р. Мэй полагает, что экзистенциален любой психотерапевт, который, несмотря на имеющиеся у него знания и умения, может относиться к пациенту так же, как, говоря словами Л. Бинсвангера, «одно существование относится к другому» [2, 64].

Опираясь на вышеперечисленные особенности и описанную философию экзистенциального подхода, мы можем выделить несколько наиболее значимых его проблем на современном этапе развития.

Развитие современной цивилизации в определенном смысле обостряет фундаментальные проблемы

человеческого существования. Фактическим предметом экзистенциальной психологии становится изучение взаимоотношений человека с миром его жизни, а ее центральная проблема часто формулируется как смысл жизни, факторы утраты смысла, а также условия и механизмы его восстановления.

Экзистенциальная психология отвечает основному вызову современного мира: возникновению тревоги по поводу свободы и ответственности. Современный человек заключен в рамки многих ограничений – социальных, политических, биологических – но одновременно на первый план выходит индивидуальная свобода как высшая ценность.

Современная экзистенциальная психология ставит перед собой задачу найти равновесие между этими рамками, не подталкивая человека к асоциальности, и его ощущением свободы и способности самостоятельно совершать выборы.

Основной проблемой развивающегося специалиста в русле экзистенциальной психологии и психиатрии является отсутствие универсальных приемов и методов работы, что обусловлено самой философией максимально индивидуального подхода к клиенту.

Эта же проблема может встать перед опытным специалистом, пришедшим в экзистенциальный подход из любого другого. Прежде чем консультировать в этом русле, ему придется осознать, что нужно отойти от методов воздействия на пациента и как инструмент использовать поиск его собственных сильных черт, опору на внутренний ресурс самого пациента.

Другой сложностью работы является необходимость рассматривать проблему, учитывая включенность человека в многоплановый процесс бытия. Другими словами, человек не оторван от мира, он постоянно находится между многих воздействий и взаимодействий, и его страдания необходимо рассмотреть в контексте разных сторон его жизни, а не оторвано от них.

Переживание неопределенности – также огромная и важная часть психотерапевтической работы в области экзистенциальной психологии.

Выход за свои границы, встреча с неопределенностью — это большой опыт, который приобретается в ходе психотерапевтического сеанса, а затем переносится в повседневную жизнь. Зачастую ошибкой терапии является желание терапевта создать условия определенности во время сеанса, которые временно облегчают состояние клиента, но являются искусственными, и не имеют общего с той внешней средой, в которую ему затем приходится возвращаться, и которая полна неопределенности и требует способности ее уравновешенно переживать.

Кроме того, мы можем отметить онтологическую неполноту подхода. Разработанная ранее онтология, используемая другими направлениями, подразумевает рассмотрение личности человека, как системы заданных параметров, которые своеобразно раскрываются под влиянием среды. Экзистенциальная же психология, стоя на позиции свободного выбора и действия, отрицает эту предопределенность, и поднимает вопрос о неразрывности индивида и мира (когда-то выраженное К. Левином в понятии «жизненное пространство») [1, 101].

Его принятие требует поиска нового языка и новых единиц описания и изменения методологической позиции, перехода от «онтологии изолированного индивида» к «онтологии жизненного мира» (термины, введенные Ф. Е. Василюком) [2, 66].

Обобщая вышесказанное, можно отметить, что проблемой современной онтологии является размытость терминологической структуры, методов работы и сложность практической реализации неподготовленным специалистом. Отделившись от философии, это направление во многом все еще остается философской концепцией, обозначающей, каково должно быть восприятие работы терапевтом, но не какие конкретные действия и методики ему следует реализовать, чтобы получить результат.

При этом развитие экзистенциального подхода отсылает нас к важной и глубокой мысли о том, что психология и психотерапия не исчерпываются помощью человеку, имеющему отклонения или значимые нарушения, но и могут существовать как методы, повышающие качество жизни, увеличивающие осознанность и способность ставить цели и достигать их. То есть специалист может работать не только там, где психике нанесен какой-то ущерб, но и помогать относительно благополучной личности разрешать ключевые вопросы бытия для эффективной самореализации.

Отдельно следует сказать о проблемах современной экзистенциальной психологии в России. Развиваясь с момента Перестройки и начала открытости к инфообмену с зарубежными специалистами, российская экзистенциальная психология тесно соприкоснулась с вопросами образования, которое устремилось в сходную сферу гуманистического подхода, ориентированного на отдельную личность.

В 1984 году ученик А.Н. Леонтьева и В.П. Зинченко Федор Ефимович Василюк публикует книгу «Психология переживания» (в 1991 году переиздана на английском языке издательством Simon&Schuster). Впоследствии

на основе теории переживания он развивает авторскую систему «Понимающей психотерапии» [3, 209]. Впрочем, нужно признать, что не только сильные фигуры исследователей в области образования и педагогики делают специфическим процесс усвоения зарубежного знания, а также и собственное плачевное состояние российской психотерапии, которая в пространстве СССР имела минимальные возможности развития.

1986-1989 годы богаты визитами зарубежных специалистов в Россию, в этот период страну посетили с лекциями В. Франкл, К. Роджерс, вместе с Рут Сэнфорд и Фрэнсисом Мейси из Ассоциации Гуманистической Психологии.

Литература

1. Власова О.А., Львов А.А. Концептуальный анализ экзистенциально-феноменологической традиции: основания и перспективы // Знание. Понимание. Умение, № 2, 2018, с. 94-102.
2. Гришина Н.В. Экзистенциальная психология: поиск пути // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология, № 2, 2012, с. 60-67.
3. Мэй Р. Возникновение экзистенциальной психологии // Теория и практика экзистенциальной психологии. - М.: Институт Общегуманитарных исследований, 2018. - 336 с.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/statya/154291>