**Виктор Франкл. Человек в поисках смысла**

Впервые имя Франкла мне встретилось у Михая Чиксентмихайи в книге [Поток: Психология оптимального переживания](http://baguzin.ru/wp/?p=5028). А не так давно я опубликовал рейтинг деловых книг, в который была включена книга Франкла (см. [25 популярных деловых книг, изложенных в одном предложении](http://baguzin.ru/wp/?p=9803)). «Человек в поисках смысла» – это сборник статей, поэтому автору не удалось избежать повторов. Часть материала изложена сложновато, и не представляет интереса для менеджеров: автор – практикующий психолог – углубляется в медицинские описания. Вместе с тем, книга будет полезна и менеджерам, поскольку описывает важнейшим мотив в жизни людей – поиск смысла. Недавно я был участником тренинга личной эффективности, и на вопрос тренера, что мотивирует сотрудников нашей компании, многие ответили: осмысленность выполняемой работы.

Виктор Франкл. Человек в поисках смысла. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.



*Есть лишь одна честь – честь оказать помощь, есть лишь одна сила – сила прийти на помощь*[Ральф Уолдо Эмерсон](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%AD%D0%BC%D0%B5%D1%80%D1%81%D0%BE%D0%BD%2C_%D0%A0%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D1%84_%D0%A3%D0%BE%D0%BB%D0%B4%D0%BE)

**Человек перед вопросом о смысле**

Сегодня мы имеем дело с фрустрацией[[1]](#footnote-1) не сексуальных потребностей, как во времена Фрейда, а с фрустрацией потребностей экзистенциальных.[[2]](#footnote-2) Множатся признаки того, что ощущение отсутствия смысла становится все более распространенным явлением. Когда меня спрашивают, как я объясняю себе причины, порождающие этот экзистенциальный вакуум, я обычно использую следующую краткую формулу: в отличие от животных инстинкты не диктуют человеку, что ему нужно, и в отличие от человека вчерашнего дня традиции не диктуют сегодняшнему человеку, что ему должно. Не зная ни того, что ему нужно, ни того, что он должен, человек, похоже, утратил ясное представление о том, чего же он хочет. В итоге он либо хочет того же, чего и другие (конформизм), либо делает то, что другие хотят от него (тоталитаризм).

Среди причин смертности у американских студентов второе место по частоте после дорожно-транспортных происшествий занимают самоубийства. При этом число попыток самоубийства (не закончившихся смертельным исходом) в 15 раз больше. Опрос 60 студентов Университета штата Айдахо после подобных попыток самоубийства показал, что 85% из них не видели больше в своей жизни никакого смысла.

От стремления к смыслу нельзя отмахнуться, как от простого хотения. Скорее, речь здесь идет о самоосуществляющемся пророчестве (подробнее см. Р. Мертон. [Самоисполняющееся пророчество. Теорема Томаса](http://baguzin.ru/wp/?p=7966)). Врачи сталкиваются с этим ежедневно. Например, мы измерили пациенту давление и установили, что оно равно 160. Если на вопрос пациента о его давлении мы скажем «160», то это уже не будет правдой, поскольку давление у пациента в ответ на это сообщение мгновенно поднимется до 180. Если же, напротив, мы скажем ему, что давление практически нормальное, то мы не солжем. Со вздохом облегчения он сознается, что у него был страх паралича, по-видимому, безосновательный. Если мы теперь измерим у него давление, то убедимся, что оно упало до нормального.

Стремление к смыслу является специфической для человека мотивацией. Отсюда понятно и пророчество Джозефа Каца из Университета штата Нью-Йорк, что следующая волна людей, которые вольются в производство, будет интересоваться лишь профессиями, которые приносят не только деньги, но и смысл. Как известно, Маслоу также причислял к высшим потребностям стремление к смыслу.

Фрейд писал в одном из своих писем: «Когда человек задает вопрос о смысле и ценности жизни, он нездоров, поскольку ни того, ни другого объективно не существует; ручаться можно лишь за то, что у человека есть запас неудовлетворенного либидо». Я считаю специфически человеческим проявлением не только ставить вопрос о смысле жизни, но и ставить под вопрос существование этого смысла. В частности, привилегией молодых людей является демонстрация своей взрослости прежде всего тем, что они ставят под сомнение смысл жизни, и этой привилегией они более чем активно пользуются. Эйнштейн как-то заметил, что тот, кто ощущает свою жизнь лишенной смысла, не только несчастлив, но и вряд ли жизнеспособен.

Смысл нельзя дать, его нужно найти. Смысл не только должен, но и может быть найден, и в поисках смысла человека направляет его совесть. Одним словом, совесть – это орган смысла. Ее можно определить, как способность обнаружить тот единственный и уникальный смысл, который кроется в любой ситуации.

Мы живем в век распространяющегося все шире чувства смыслоутраты. В такой век воспитание должно быть направлено на то, чтобы **не** только передавать знания, но и оттачивать совесть так, чтобы человеку хватило чуткости расслышать требование, содержащееся в каждой отдельной ситуации. Ведь только бодрствующая совесть дает человеку способность сопротивляться, не поддаваться конформизму и не склоняться перед тоталитаризмом.

Жизнь имеет смысл, более того, что она сохраняет этот смысл в любых условиях и при любых обстоятельствах благодаря возможности найти смысл даже в страдании.

**Часть I. ФИЛОСОФИЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТИ
Плюрализм науки и единство человека**

[Уильям Ирвин Томпсон](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%BE%D0%BC%D0%BF%D1%81%D0%BE%D0%BD%2C_%D0%92%D0%B8%D0%BB%D1%8C%D1%8F%D0%BC_%D0%98%D1%80%D0%B2%D0%B8%D0%BD) сказал: «Люди не являются предметами, подобно столам или стульям, и, если они обнаруживают, что их жизнь редуцируется к простому существованию столов или стульев, они совершают самоубийство».

Один и тот же предмет, спроецированный из своего измерения в низшие по отношению к нему измерения, отображается в этих проекциях так, что различные проекции могут противоречить друг другу (рис. 1а). Если же уже не один, а различные предметы спроецировать из их измерения не в разные, а в одно и то же низшее по отношению к ним измерение, проекции оказываются не противоречивыми, но многозначными (рис. 1б).



Рис. 1. Принципы димензиональной онтологии: (а) редуцирование объекта в различные низшие измерения могут противоречить друг другу; (б) редуцирование нескольких объектов в одно низшие измерение оказывается многозначным

Человек также, если у него редуцировать специфически человеческое измерение и спроецировать его на плоскости биологии и психологии, отображается в них так, что эти проекции противоречат друг другу. Ведь проекция в биологическое измерение обнаруживает соматические явления, тогда как проекция в психологическое измерение обнаруживает явления психические. В свете димензиональной онтологии,[[3]](#footnote-3) однако, эта противоречивость не ставит под сомнение единство человека – как и факт несовпадения круга и прямоугольника не противоречит тому, что это две проекции одного и того же цилиндра. Но будем помнить: бессмысленно искать единство человеческого способа бытия, преодолевающее многообразие различных форм бытия, а также разрешение таких противоречий, как антиномия души и тела, в тех плоскостях, на которые мы проецируем человека. Обнаружить его можно лишь в высшем измерении, в измерении специфически человеческих проявлений.

Данные, полученные в плоскости низших измерений, сохраняют свою значимость в пределах этой плоскости. Это в равной степени относится к таким односторонним исследовательским подходам и направлениям, как [рефлексология Павлова](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%B5%D1%84%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%81%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F_%28%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F%29), [бихевиоризм Уотсона](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D0%B8%D1%85%D0%B5%D0%B2%D0%B8%D0%BE%D1%80%D0%B8%D0%B7%D0%BC), [психоанализ Фрейда](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%B0%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D0%B7) и [индивидуальная психология Адлера](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D0%BD%D0%B4%D0%B8%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D1%83%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F).

**Самотрансценденция как феномен человека**

Человек открыт миру. Этим он отличается от животных, которые не открыты миру, а привязаны к среде, специфической для каждого вида. В этой среде содержится то, что отвечает набору инстинктов, присущих данному виду. Напротив, человеческое существование характеризуется преодолением границ среды обитания вида *Homo sapiens*. Эта позиция принципиально противостоит тем теориям мотивации, которые основываются на принципе гомеостаза.[[4]](#footnote-4) Эти теории изображают человека таким, как если бы он был закрытой системой. Согласно этим теориям, человек в основном озабочен сохранением или восстановлением внутреннего равновесия.

Принцип наслаждения служит принципу гомеостаза. Людвиг Фон Берталанфи смог показать, что даже в биологии уже нельзя опираться на принцип гомеостаза (см., например, Берталанфи. [Общая теория систем: критический обзор](http://baguzin.ru/wp/?p=4485)). В психологии против теории гомеостаза выступил [Гордон Олпорт](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%BB%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%2C_%D0%93%D0%BE%D1%80%D0%B4%D0%BE%D0%BD), указавший, что ей «не удалось понять природу истинного влечения», характерной чертой которого «является его сопротивление равновесию: напряжение не редуцируется, а поддерживается». Согласно фрейдовскому принципу гомеостаза, конечной целью является достижение такого полного удовлетворения, которое привело бы к восстановлению равновесия, сведя все желания индивида к нулю. В противоположность этому [Шарлотта Бюлер](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D1%8E%D0%BB%D0%B5%D1%80%2C_%D0%A8%D0%B0%D1%80%D0%BB%D0%BE%D1%82%D1%82%D0%B0) выдвигает понимание человека, «жизнь которого имеет направленность, или иными словами, цель. Эта цель – придать жизни смысл… Человек… хочет создать ценности».

Наслаждение никогда не является целью человеческих стремлений. Оно является и должно оставаться результатом, точнее, побочным эффектом достижения цели. Достижение цели создает причину для счастья. Стремиться к счастью нельзя. В той мере, в какой человек делает счастье предметом своих устремлений, он неизбежно делает его объектом своего внимания. Но тем самым он теряет из виду причины для счастья, и счастье ускользает. Акцент, который фрейдистская психология делает на принципе наслаждения, можно сопоставить с акцентом, который адлерианская психология делает на потребности в социальной позиции. И это стремление, однако, тоже оказывается саморазрушительным, поскольку человек, *который выражает и проявляет свою потребность в социальном статусе, рано или поздно будет лишен его и уволен как карьерист*. Успех и счастье должны прийти сами, и чем меньше о них думать, тем это более вероятно.

Самоактуализация – это не конечное предназначение человека. Это даже не его первичное стремление. Подобно счастью, самоактуализация является лишь результатом, следствием осуществления смысла. Лишь в той мере, в какой человеку удается осуществить смысл, который он находит во внешнем мире, он осуществляет и себя. Если он намеревается актуализировать себя вместо осуществления смысла, смысл самоактуализации тут же теряется. Великий философ [Карл Ясперс](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%AF%D1%81%D0%BF%D0%B5%D1%80%D1%81%2C_%D0%9A%D0%B0%D1%80%D0%BB_%D0%A2%D0%B5%D0%BE%D0%B4%D0%BE%D1%80), сказал: «Человек становится тем, что он есть, благодаря делу, которое он делает своим».

В действительности человеком движет не наслаждение и счастье как таковые, а скорее то, что порождает их, будь то осуществление личного смысла или общение с другим человеком. К группе тех явлений, которые могут быть лишь следствием чего-либо, но не объектом устремлений, относятся также здоровье и совесть. Если мы хотим иметь чистую совесть, это означает нашу неуверенность в том, что она у нас такова. Это обстоятельство превращает нас в фарисеев. А если мы делаем здоровье основной своей заботой, это значит, что мы заболели. Мы стали ипохондриками.

**Потенциализм и калейдоскопизм**

Шарлотта Бюлер отметила: «Когда говорится о том, что "каждый из нас должен лишь стать тем, кем он на самом деле является", это звучит так просто, как если бы это было само собой разумеющимся». Мы хотим добавить, что это звучит не только просто, но и приятно. Ведь если убедить меня в том, что я уже являюсь (и всегда был) тем, кем я должен стать, то я освобождаюсь от бремени выбора, я избавляюсь от необходимости каждый раз решать, какие из возможностей я должен отвергнуть, оставив их нереализованными, а какие из них я должен увековечить, реализовав их. Здесь мы сталкиваемся с основным предметом нашего рассмотрения. Ведь эта истинная проблема отодвигается в сторону и даже затушевывается теми, кто все время говорит лишь о реализации возможностей, – *потенциалистами*, как их можно было бы назвать.

На другом полюсе находится специфическая разновидность субъективизма, которую мы хотим назвать *калейдоскопизмом*. В чем заключается сущность калейдоскопии? *В калейдоскоп можно увидеть только сам калейдоскоп*, в отличие от бинокля или подзорной трубы, в которые можно разглядывать звезды или театральное представление. Не справедливо ли вообще, что лишь то, что само по себе прозрачно, позволяет увидеть нечто большее, чем оно само? Лишь в той степени, в какой я сам отступаю на задний план, предаю забвению мое собственное существование, я приобретаю возможность увидеть нечто большее, чем я сам. Такое самоотречение является ценой, которую я должен заплатить за познание мира, ценой, которой я должен приобрести познание бытия, большего, чем просто проявление моего собственного бытия. Одним словом, я должен игнорировать самого себя.

Все человеческое бытие неизбежно и необходимо протекает в двойном поле: в поле напряжения между сущим и должным и в поле разрыва между субъективным и объективным. Потенциализм игнорирует первое поле; калейдоскопизм – второе.

**Детерминизм и гуманизм: критика пандетерминизма**

Человек не свободен от условий. Но он свободен занять позицию по отношению к ним. Условия не обусловливают его полностью. От него – в пределах его ограничений – зависит, сдастся ли он, уступит ли он условиям. Он может также подняться над ними и таким образом открыться и войти в человеческое измерение.

[Йоханнес Ланге](http://pl.wikipedia.org/wiki/Johannes_Lange) рассказал о случае двух братьев-близнецов. Один из них стал изобретательным преступником, другой – изобретательным криминалистом. Изобретательность могла быть передана по наследству, но стать преступником или криминалистом, как в этом случае, – это вопрос отношения. Наследственность-это не более чем материал, из которого человек строит сам себя. Это не более чем камни, которые могут быть использованы, а могут быть отвергнуты строителем.

*Пандетерминизм* служит преступнику в качестве алиби: винить можно только некий механизм в нем. (Эту точку зрения поддерживает Сэм Харрис в книге [Свобода воли](http://baguzin.ru/wp/?p=10558).) В.Л. Келл изучил 151 случай подростковой преступности и обнаружил, что поведение подростков не могло быть предсказано на основе обстановки в семье, школьных или социальных переживаний, соседских или культурных влияний, медицинской карты, наследственного фона и всего тому подобного. Гораздо лучшее предсказание давала степень самопонимания, дававшая с последующим поведением корреляцию 0,84.

Какова же разница между причинами и субъективными основаниями? Если вы режете лук, вы плачете; у ваших слез есть причина. Но у вас может не быть оснований, чтобы плакать. Если вы карабкаетесь на гору и добираетесь до высоты около 3500 метров, вам, может быть, придется справляться с чувствами подавленности и тревоги. Это может объясняться как причиной, так и субъективным основанием. Недостаток кислорода может быть причиной. Но если вы сомневаетесь в своем снаряжении или тренированности, тревога может иметь основание.

Бытие человека определялось как «бытие в мире». Мир включает основания и смыслы. Но субъективные основания и смыслы исключаются, если вы считаете человека замкнутой системой. Остаются причины и следствия. Следствия представлены условными рефлексами или реакциями на стимулы. Причины представлены процессами обусловливания или побуждениями и инстинктами. Побуждения и инстинкты толкают, а основания и смыслы притягивают. Если вы рассматриваете человека как замкнутую систему, вы замечаете только силы, которые толкают, и не замечаете мотивов, которые притягивают.

«Только изгнав автономного человека, – говорит [Б.Ф. Скиннер](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BA%D0%B8%D0%BD%D0%BD%D0%B5%D1%80%2C_%D0%91%D0%B5%D1%80%D1%80%D0%B5%D1%81_%D0%A4%D1%80%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D1%80%D0%B8%D0%BA), – мы можем превратить реальные причины человеческого поведения из недоступных в манипулируемые» (см., например, Карен Прайор. [Не рычите на собаку](http://baguzin.ru/wp/?p=786)). Я же, прежде всего, просто полагаю, что процессы обусловливания не являются реальными причинами человеческого поведения; во-вторых, что реальная причина – это нечто доступное, если только человечность человеческого поведения не отрицается *a priori*; и, в-третьих, что человечность человеческого поведения не может быть открыта, пока мы не признаем, что реальной "причиной" поведения данного индивидуума является не причина, а субъективное основание.

Свобода – это лишь часть дела и половина правды. Быть свободным-это только негативный аспект целостного феномена, позитивный аспект которого – быть ответственным. Свобода может выродиться в простой произвол, если она не проживается с точки зрения ответственности. Вот почему я посоветовал бы, чтобы статуя Свободы на восточном побережье США была дополнена статуей Ответственности на западном.

Нашим ученым нужно нечто большее, чем знание: им нужно обладать также и мудростью. А мудрость я определяю, как знание плюс сознавание его ограничений.

**Духовность, свобода и ответственность**

Духовное – не просто присуще человеку, наряду с телесным и психическим, которые свойственны и животным. Духовное – это то, что отличает человека, что присуще только ему.

*Свобода воли представляет собой свободу по отношению к влечениям, наследственности, среде*. Человек обладает влечениями, однако влечения не владеют им. Влечения не исчерпывают его. Влечения человека, в противоположность влечениям животных, находятся во власти его духовности, они вросли в сферу духовного, так что не только тогда, когда влечения тормозятся, но и тогда, когда они растормаживаются, дух не бездействует, а вмешивается. Что касается наследственности, то серьезные исследования в этой области как раз показали, в какой степени человек обладает в конечном счете свободой и по отношению к своим задаткам. В частности, близнецовые исследования показали, насколько различная жизнь может быть построена на основе тождественных задатков. Что же касается среды, то и здесь обнаруживается, что и она не определяет человека. Влияние среды больше зависит от того, что человек из нее делает, как он к ней относится.

Таким образом, человек – это меньше всего продукт наследственности и окружения; человек в конечном счете сам решает за себя! Измерения человеческого бытия включают витальную[[5]](#footnote-5) основу (ее изучают как биология, так и психология) и социальное положение. Вместе они образуют естественную заданность человека. Эту заданность можно всегда установить и зафиксировать средствами трех наук: биологии, психологии и социологии. Однако, собственно человеческое бытие начинается лишь там, где кончается любая установленность и фиксируемость. А начинается там, где есть его личностная позиция, установка, его личное отношение ко всему этому, к любой витальной основе и к любой ситуации. Эта установка принципиально свободна; в конечном счете, она представляет собой решение. Следует расширить нашу систему координат за счет этого последнего возможного измерения.

Естественная заданность человека приводит к субъективности познания. Про органы чувств нам, например, известно, что им присуща фильтрующая функция: сенсорный орган всегда настроен на определенную частоту специфической энергии этого органа. Всякое познание селективно, но не продуктивно; оно никогда не создает мир, даже среду, но оно лишь постоянно их фильтрует.

Все человеческое обусловлено. Но собственно человеческим оно становится лишь тогда и постольку, когда и поскольку оно поднимается над своей собственной обусловленностью, преодолевая ее, «трансцендируя» ее (выходя за пределы). Тем самым человек вообще является человеком тогда и постольку, когда и поскольку он как духовное существо выходит за пределы своего телесного и душевного бытия.

Мы хотим подчеркнуть, что человек как духовное существо не только сталкивается с тем, что он противостоит миру (как внешнему, так и внутреннему), но и занимает позицию по отношению к нему. Человек всегда может как-то «относиться», как- то «вести себя» по отношению к миру. И то, что может противостоять всему социальному, телесному и даже психическому в человеке, мы и называем духовным в нем. Духовное, по определению, и есть свободное в человеке. Духовная личность – это то в человеке, что всегда может возразить!

**Ответственность.** Экзистенциальный анализ лишь условно признает человека свободным, поскольку человек не может делать все, что он хочет; человеческая свобода отнюдь не тождественна всемогуществу. Экзистенциальный анализ не признает человека свободным, не признавая его в то же время ответственным. Это означает, что человеческая свобода не тождественна не только всемогуществу, но и произволу.

**Часть II. ОБЩИЙ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫЙ АНАЛИЗ
Психолог в концентрационном лагере**

Реакции заключенных можно разбить на три фазы: 1. Шок поступления. 2. Типичные изменения характера при длительном пребывании в лагере. 3. Освобождение.

**Фаза адаптации.** Тут нам пришлось по-настоящему понять, насколько верно высказывание Достоевского, в котором он прямо определил человека как существо, которое ко всему привыкает. Эта апатия является как бы защитным механизмом психики. Кажется, что все помыслы сосредоточиваются на одном: пережить сегодняшний день.

Большинство заключенных страдали от своеобразного чувства неполноценности. Каждый из нас когда-то был «кем-то» или по крайней мере верил, что был. Но здесь, сейчас с ним обращались буквально так, как если бы он был никто. Когда человек уже попадал в лагерь, то наряду с концом неопределенности (в отношении того, как обстоит дело) появлялась неопределенность конца. Ведь никто из заключенных не мог знать, как долго ему придется там находиться. Латинское слово *finis* означает одновременно «конец» и «цель». В тот момент, когда человек не в состоянии предвидеть конец временного состояния в его жизни, он не в состоянии и ставить перед собой какие-либо цели, задачи. Жизнь неизбежно теряет в его глазах всякое содержание и смысл. Напротив, видение «конца» и нацеленность на какой-то момент в будущем образуют ту духовную опору, которая так нужна заключенным, поскольку только эта духовная опора в состоянии защитить человека от разрушительного действия сил социального окружения, изменяющих характер, удержать его от падения.

**Общий экзистенциальный анализ**

**О смысле жизни.** С нашей точки зрения, принцип удовольствия является искусственной психологической конструкцией. Удовольствие – это не цель наших стремлений, а следствие их удовлетворения. Теория, основанная на принципе удовольствия, упускает из виду важное качество всей психической деятельности – интенциональность.[[6]](#footnote-6) И вообще люди желают не удовольствия как такового, они просто хотят того, что хотят. Человеческому желанию может соответствовать любое множество целей – самого различного вида, – тогда как удовольствие всегда выступает в одной и той же форме, независимо от того, каким способом оно доставлено-нравственным или безнравственным. Стоит определить поведение таким образом – и вы обесцените в человеке любой его истинно нравственный порыв.

Ценности, которые реализуются в продуктивных творческих действиях, мы будем называть «созидательными». Помимо созидательных, существуют ценности, реализуемые в переживаниях, – это «ценности переживания».

Реакция человека на ограничения его возможностей открывает для него принципиально новый тип ценностей, которые относятся к разряду высших ценностей. Таким образом, даже очевидно скудное существование – существование, бедное в отношении и созидательных ценностей, и ценностей переживания, – все же оставляет человеку последнюю и в действительности высшую возможность реализации ценностей. Ценности подобного рода мы назовем «ценностями отношения». Ибо действительно значимым является отношение человека к судьбе, выпавшей на его долю. Другими словами, человек, сталкиваясь со своей судьбой и вынужденный ее принимать, все же имеет возможность реализовывать ценности отношения. (Теме ценностей отношения посвящена замечательная книга Юджина О’Келли [В погоне за ускользающим светом](http://baguzin.ru/wp/?p=8283). – *Прим. Багузина*)

Как только список категорий ценностей пополняется ценностями отношения, становится очевидным, что человеческое существование по сути своей никогда не может быть бессмысленным.

Цель экзистенциальной психотерапии[[7]](#footnote-7) и логотерапии[[8]](#footnote-8) состоит в том, чтобы помочь человеку достичь максимальной сосредоточенности на жизненной задаче, стоящей перед ним. Затем мы должны показать ему, что жизнь каждого человека имеет свою, неповторимую цель. Поскольку человеку не дано предвидеть будущее, он никогда не может безошибочно определить, будут ли у него в будущем возможности для реализации ценностей. Один чернокожий заключенный, приговоренный к пожизненной каторге, был отправлен на корабле из Марселя на остров Дьявола. Когда пароход вышел в открытое море, на нем неожиданно вспыхнул пожар. С заключенного сняли наручники, и он, благодаря своей необычайной силе, сумел спасти многих пассажиров корабля. Позднее за этот героический поступок его амнистировали. Если бы на набережной Марселя этого человека спросили, видит ли он хоть какой-нибудь смысл в своей оставшейся жизни, он бы наверняка ответил отрицательно. Никто не может знать, что готовит ему жизнь, какие падения и взлеты ожидают его.

С точки зрения экзистенциального анализа жизненной задачи «вообще» не существует, сам вопрос о задаче «вообще» или о смысле жизни «вообще» – бессмыслен. На эти вопросы нельзя ответить в общем виде; мы всегда должны учитывать конкретную ситуацию и конкретного человека. Было бы неправомерно с нравственной точки зрения и психологически ненормально упорствовать в намерении выполнить действие, которое соответствовало бы «наивысшей» ценности, – вместо того чтобы скромно попытаться сделать лучшее, на что человек способен в сложившейся ситуации.

Процесс «постижения» смысла характеризует более высокую стадию развития, чем «присвоение» уже известного, «представленного» человеку смысла.

**О смысле смерти.** Как часто мы слышим доводы о том, что смерть в конечном итоге делает жизнь полностью бессмысленной. Действительно ли смерть лишает нашу жизнь смысла? Напротив! Ибо что бы являла собой наша жизнь, будь она бесконечна? Если бы мы были бессмертны, мы бы спокойно могли откладывать каждый свой поступок на какое угодно время. Перед лицом же смерти мы обязаны максимально использовать отведенное нам время жизни, мы не имеем права упускать ни единой из возможностей, сумма которых в результате делает нашу жизнь действительно полной смысла.

В основе смысла человеческого существования лежит принцип необратимости. Поэтому ответственность человека следует рассматривать как ограниченную во времени и неповторимую. В общем виде ведущий принцип экзистенциального анализа может быть сформулирован следующим образом: к любой ситуации нужно подходить так, как будто живешь во второй раз и в прошлой своей жизни уже делал ошибку, подобную той, которую собираешься совершить сейчас. Как только человек действительно представит себя в такой воображаемой ситуации, он немедленно осознает всю глубину той ответственности, которую он несет через любой момент своей жизни, ответственности за то, во что воплотится ближайший час его существования, за то, каким будет его следующий день.

Я рекомендую представить свою жизнь в виде снимающегося фильма, из которого, однако, нельзя ничего вырезать, так что исключена возможность вернуться назад и изменить что-либо из прожитого. В начале вся жизнь представляет собой еще нетронутый и неоформленный «материал». По мере того, однако, как она «разворачивается», этого «материала» становится все меньше и меньше, и он все больше и больше превращается в функцию – так что под конец жизнь во многом состоит из того опыта поступков и переживаний, который накопил человек на своем жизненном пути. Человек ваяет свою жизнь из того материала, который дан ему судьбой: в творчестве, в переживаниях или страдании он созидает ценности собственной жизни – каждый по мере своих сил формирует или ценности творчества, или ценности переживания, или ценности отношения.

Существование личности в полной мере обретает смысл лишь в сообществе. Таким образом, в этом смысле ценность человека зависит от сообщества. Но коль скоро сообщество само должно иметь смысл, оно вынуждено мириться с индивидуальными особенностями людей, его составляющих. В толпе же, напротив, особенности отдельной личности, ее непохожесть затираются, должны быть затерты, поскольку ярко выраженная индивидуальность представляет собой разрушительный фактор для любой толпы. Смысл сообщества держится на индивидуальности каждого его члена, а смысл личности проистекает из смысла сообщества, «смысл» толпы разрушается индивидуальными особенностями составляющих ее людей, а смысл отдельной личности топится толпой. Следовательно, толпа подавляет индивидуальность составляющих ее людей, таким образом ограничивая их свободу ради равенства и подменяя братство стадным инстинктом.

Скрываясь и растворяясь в толпе, человек утрачивает важнейшее из присущих ему качеств – ответственность. С другой стороны, когда он берет на себя задачу, поставленную обществом, он добивается совсем иного – увеличения собственной ответственности. Эта тенденция к избеганию бремени ответственности оказывается мотивом для любых форм коллективизма.

Когда дело доходит до оценки человеческих поступков, коллективизм нередко приводит к нелепым заблуждениям. Вместо конкретного, персонально ответственного индивида идея коллективизма подставляет лишь усредненный тип, а вместо личной ответственности – конформность[[9]](#footnote-9) и уважение к социальным нормам. Оценка с помощью типов упрощает задачу тому, кто оценивает, поскольку она освобождает человека от ответственности за это оценочное суждение. Если мы оцениваем какого-то конкретного индивида как представителя определенного человеческого типа, нам даже не требуется сколько-нибудь подробно рассматривать данный индивидуальный случай, и это оказывается весьма удобным способом такой оценки. Это столь же удобно, как и, к примеру, оценка автомобиля по его марке или типу салона. Даже породу собаки можно выбрать подобным образом: пудель будет иметь совершенно определенные черты и определенные наклонности, у волкодава они будут существенно другими. Только в случае с человеком такие вещи «не проходят». Отдельный человек не детерминирован своим происхождением; его поведение нельзя вычислить, исходя из его типа. Истинно человеческое начинается в человеке там, где он обретает свободу противостоять зависимости от собственного типа. Чем более стандартизована некоторая машина или устройство, тем они лучше; но, чем больше стандартизована личность, чем больше она «растворяется» в своем классе, национальности, расе или характерологическом типе, тем больше она соответствует некоему стандартному среднему – и тем ниже она в нравственном отношении.

Человеческая ответственность – это ответственность, происходящая из неповторимости и своеобразия существования каждого индивида. Если мы утверждали вначале, что быть человеком означает быть непохожим на других, то теперь мы должны выразить эту формулу иначе: быть человеком – значит не только не походить на других, но также уметь становиться непохожим, то есть уметь изменяться.

Целостность прошлого – именно потому, что в нем уже ничего нельзя изменить, – составляет основу человеческой судьбы. То, что прошло, становится принципиально неизменным. И, тем не менее, человек обладает некоторой свободой даже по отношению к собственной судьбе, воплощенной в прошлом. Свобода воли противостоит судьбе. Конечно, прошедшее во многом определяет и объясняет настоящее, однако никак нельзя представить себе будущее, которое определялось бы исключительно прошлым. В этом заключается ошибка, типичная для фаталистической позиции. На самом деле ошибки прошлого должны служить плодотворным материалом для формирования более совершенного, «лучшего» будущего; из собственных промахов необходимо извлекать уроки.

Судьба может быть представлена человеку в трех принципиальных формах: 1) как его естественная предрасположенность или природный дар; 2) как ситуация, то есть целостность его внешнего окружения; 3) как взаимодействие предрасположенности и ситуации, которое формирует человеческую позицию. Человек занимает позицию по отношению к чему-либо, что означает, что он формирует к этому свое отношение. Занять позицию или сформировать отношение к чему-либо – вопреки принципу предопределенности «данной позиции» – это вопрос свободного выбора. Доказательством этому является тот факт, что человек способен «сменить свою позицию», принять иное отношение. Смена позиции в этом смысле включает, к примеру, все, что мы называем образованием, обучением или саморазвитием.

В предрасположенности выражена биологическая участь человека, в ситуации – его социальная детерминированность. Кроме того, существует и его «психологическая судьба». Биологические, психологические и социальные факторы человеческой судьбы ограничивают его свободу.

Биологическая судьба представляет собой материал, который приобретает форму под воздействием свободного человеческого духа, то есть под влиянием того, ради чего, с точки зрения человека, он существует. Снова и снова мы становимся свидетелями того, как осмысленно человек вплетает свою биологическую предопределенность в структуру собственной жизни. Мы постоянно встречаем людей, добившихся успехов в преодолении невероятных трудностей, серьезных физических недостатков, которыми они были наделены от природы; люди эти преодолели первоначальные препятствия на пути своего духовного развития, препятствия, навязанные так называемым биологическим фактором.

Фатализм представляет собой еще одну неявную форму бегства от ответственности. Такой человек предает свою неповторимость и непохожесть на других, ища прибежища в типичности и цепляясь за судьбу, которую якобы нельзя изменить. И в данном случае неважно, каков конкретно этот тип, законам которого человек, как он считает, обязан следовать: тип ли это характера, расовый или классовый тип, иными словами, какую судьбу имеет в виду человек: психологическую ли (коллективную), биологическую или социальную. Неправильное воспитание никого не оправдывает; последствия его необходимо преодолевать сознательными усилиями. Гёте как-то заметил: «Если мы принимаем людей такими, какие они есть, мы делаем их хуже. Если же мы относимся к ним так, как будто они таковы, какими им следует быть, мы помогаем им стать такими, какими они в состоянии стать».

**О смысле страдания.** Человеческая жизнь может быть наполнена не только созиданием или наслаждением, но и страданием. Тот, кто преклоняется перед поверхностным культом успеха, очевидно, не поймет и не примет этих соображений. Но как только мы дадим себе труд остановиться и задуматься над собственными обыденными суждениями о человеческом существовании, мы сразу же увидим, что признаем ценность многих вещей вне зависимости от связанных с ними успехов или неудач. *Недостаток успеха никогда не означает утрату смысла*.

Страдание и горе являются частью жизни, как судьба и смерть. Ни одно из них нельзя вырвать из жизни, не разрушая ее смысла. Лишить жизнь горя, смерти, судьбы и страдания – значит лишить ее присущих ей формы и содержания. Ибо лишь под ударами молота судьбы, в горниле страданий обретает жизнь свои содержание и форму.

Таким образом, судьба, которую переживает человек, имеет двоякий смысл: он должен ее формировать, где это возможно, и – где это необходимо – достойно принимать ее, терпеть. Вместе с тем человек должен остерегаться соблазна преждевременно сложить оружие, сдаться, слишком легко приняв ситуацию за судьбу и склонив голову перед всего лишь мнимой своей участью. Мы можем согласиться с Достоевским, сказавшим, что он боится только одного, а именно что он может оказаться недостойным мучений, выпавших на его долю.

**О смысле труда.** Пока созидательные ценности находятся на переднем плане жизненной задачи человека, он их, как правило, реализует в процессе своей работы. Обычно работа представляет собой ту область, где индивидуальность личности человека проявляется по отношению к обществу и, таким образом, приобретает смысл и ценность. Однако эти смысл и ценность зависят от того, какой вклад в общество вносит работа, выполняемая человеком, а не от собственного положения, занимаемого им в обществе.

Важна не работа, которую человек выполняет, а то, как он делает эту работу. И не от нашей профессии, а от нас самих зависит, найдут ли свое выражение в работе те личностные, неповторимые черты, которые составляют нашу индивидуальность и, таким образом, наполняют смыслом нашу жизнь.

Чем меньше в работе личностного, чем ближе она к стандарту, тем чаще работа может восприниматься лишь как необходимость заработать деньги. В этом случае настоящая жизнь у человека начинается только в свободное от работы время, и смысл жизни состоит в том, чтобы организовать этот досуг.

Наиболее ярко значение работы для человеческого бытия проявляется в тех случаях, когда работа полностью исключается из жизни человека, как, к примеру, при безработице. Психологические исследования безработицы породили такое понятие, как невроз безработицы. Примечательно то, что наиболее явным симптомом подобного невроза является не депрессия, а апатия.

Самая большая ошибка, которую мы можем совершить в жизни, – это почить на лаврах. Никогда не следует довольствоваться достигнутым. Жизнь не перестает задавать нам все новые и новые вопросы, не позволяя нам остановиться.

**О смысле любви.** Отбросим все более или менее туманные рассуждения о любви и рассмотрим ее в свете смысла человеческого существования. С этой точки зрения любовь оказывается областью, в которой ценности «переживания» особенно легко реализовать. Любовь – это «переживание» другого человека во всем его своеобразии и неповторимости. Для того, кто любит, любовь накладывает чары на весь мир, окутывает мир дополнительными ценностями. Любовь значительно увеличивает полноту восприятия ценностей.

**Часть III. ОСНОВЫ ЛОГОТЕРАПИИ
Что такое смысл**

Быть человеком означает быть обращенным к смыслу, требующему осуществления, и ценностям, требующим реализации. Это значит жить в поле напряжения, возникающего между полюсами реальности и идеалов («я есмь» и «я должен»). При этом, смысл относителен постольку, поскольку он относится к конкретному человеку, вовлеченному в особую ситуацию. Можно сказать, что смысл меняется, во-первых, от человека к человеку и, во-вторых, – от одного дня к другому, даже от часа к часу. Я нигде не видел это сформулированным более точно и сжато, чем в словах [Гилеля](http://toldot.ru/tora/rabbanim/rabbanim_2611.html), великого еврейского мудреца, жившего около двух тысячелетий тому назад. Он говорил: «Если я не сделаю этого-кто сделает? И если я не сделаю этого прямо сейчас – то когда же мне это сделать? Но если я сделаю это только для себя самого – то кто я?». «Если я не сделаю этого» – это, как мне кажется, относится к уникальности моей самости. «Если я не сделаю этого прямо сейчас» – относится к уникальности текущего момента, который дает мне возможность осуществления смысла. «Если я сделаю это только для себя самого» – это выражение не более и не менее как самотрансцендентного качества человеческого существования. Вопрос «кто я, если я сделаю это только для себя самого?» предполагает ответ: никоим образом не истинно человек. Потому что характерная составляющая человеческого существования – трансцендирование, превосхождение себя, выход к чему-то иному.

Из сказанного следует, что нет такой вещи, как универсальный смысл жизни, есть лишь уникальные смыслы индивидуальных ситуаций. Однако мы не должны забывать, что среди них есть и такие, которые имеют нечто общее, и, следовательно, есть смыслы, которые присущи людям определенного общества, и даже более того, смыслы, которые разделяются множеством людей на протяжении истории. Эти смыслы относятся скорее к человеческому положению вообще, чем к уникальным ситуациям. Эти смыслы и есть то, что понимается под ценностями. Таким образом, ценности можно определить, как универсалии смысла, кристаллизующиеся в типичных ситуациях, с которыми сталкивается общество или даже все человечество. Обладание ценностями облегчает для человека поиск смысла, так как, по крайней мере, в типичных ситуациях, он избавлен от принятия решений.

Смыслы обнаруживаются, а не придумываются, и это противоположно утверждению Жана-Поля Сартра, что идеалы и ценности выдумываются человеком. Это напоминает мне трюк факира. Факир утверждает, что бросит веревку в воздух, в пустое пространство и, хотя она не будет ни к чему прикреплена, мальчик влезет по этой веревке. Не хочет ли и Сартр заставить нас поверить, что человек «проецирует» (что буквально означает – бросает вперед и вверх) идеал в пустоту и все же он, человек, может вскарабкаться к актуализации этого идеала и совершенству своей самости!?

Так мы пришли к определению того, что такое смысл. *Смысл – это то, что имеется в виду*: человеком, который задает вопрос, или ситуацией, которая тоже подразумевает вопрос, требующий ответа. Я не могу сказать: «Вот мой ответ – правильный он или неправильный». Я должен приложить все силы, чтобы найти истинный смысл вопроса, который мне задан.

Смыслы не могут даваться произвольно, а должны находиться ответственно. Смысл следует искать при помощи совести. С другой стороны, совесть может быть определена как интуитивная способность человека находить смысл ситуации. Поскольку смысл-это нечто уникальное, он не подпадает под общий закон, и такая интуитивная способность, как совесть, является единственным средством схватывать смысловые гештальты. Кроме того что совесть интуитивна, она является творческой способностью. Вновь и вновь совесть человека приказывает ему сделать нечто, противоречащее тому, что проповедуется обществом, к которому он принадлежит, например, его племенем. Предположите, например, что это племя каннибалов; творческая совесть индивидуума может решить, что в определенной ситуации более осмысленно сохранить жизнь врагу, чем убить его. Таким образом, его совесть может начать революцию, и то, что поначалу было уникальным смыслом, может стать универсальной ценностью – «не убий».

Совесть обладает способностью обнаруживать уникальные смыслы, противоречащие принятым ценностям. Мне приходит в голову история человека, который попал в Освенцим вместе со своей молодой женой. Когда они оказались там, рассказывал он мне после освобождения, их разделили, и в этот момент он вдруг почувствовал сильное стремление умолять ее выжить «любой ценой – вы понимаете? – любой ценой...». Она поняла, что он имел в виду: она была красива, и в недалеком будущем для нее мог возникнуть шанс сохранить жизнь, согласившись на проституцию среди СС. И поскольку такая ситуация могла возникнуть, муж хотел заранее, так сказать, отпустить ей грех. В последний момент совесть заставила его, приказала ему освободить жену от заповеди «не прелюбодействуй». В уникальной ситуации уникальный смысл состоял в том, чтобы отказаться от универсальной ценности супружеской верности, нарушить одну из заповедей.

Человек свободен и ответствен. Но его свобода конечна. Человеческая свобода – это не всемогущество. И человеческая мудрость – это также не всезнание. Чтобы не противоречить своей человечности, человек должен безусловно подчиняться своей совести, хотя он и сознает возможность ошибки. Я бы сказал, что возможность ошибки не избавляет его от необходимости пытаться. Возможность, что моя совесть ошибается, подразумевает возможность, что совесть другого может быть права. Это влечет за собой смирение и скромность. Если я хочу искать смысл, я должен быть уверен, что смысл есть. Если же, с другой стороны, я не могу быть уверен в том, что я найду его, я должен быть терпимым. Быть терпимым – не значит присоединяться к верованию другого. Но это значит, что я признаю право другого верить в его собственную совесть и подчиняться ей.

Ценности можно разделить их на три основные группы. Я называю их ценностями творчества, ценностями переживания и ценностями отношения. Этот ряд отражает три основных пути, какими человек может найти смысл в жизни. Первый – это что он дает миру в своих творениях; второй – это что он берет от мира в своих встречах и переживаниях; третий – это позиция, которую он занимает по отношению к своему тяжелому положению в том случае, если он не может изменить свою тяжелую судьбу. Вот почему жизнь никогда не перестает иметь смысл, потому что даже человек, который лишен ценностей творчества и переживания, все еще имеет смысл своей жизни, ждущий осуществления, – смысл, содержащийся в праве пройти через страдание, не сгибаясь.

**Экзистенциальный вакуум: вызов психиатрии**

Поговорив о том, что такое смысл, обратимся теперь к людям, которые страдают от чувства бессмысленности и опустошенности. Я назвал это состояние «экзистенциальным вакуумом». Этиология[[10]](#footnote-10) экзистенциального вакуума представляется мне вытекающей из следующих фактов. Во-первых, человеку в отличие от животного никакие побуждения и инстинкты не говорят, что ему нужно делать. Во-вторых, в противоположность прошлым временам никакие условности, традиции и ценности не говорят, что ему должно делать. И часто он не знает даже, что он, по существу, хочет делать. Вместо этого он хочет делать то, что делают другие, или делает то, чего хотят от него другие. Он, так сказать, вносит свою лепту в конформизм и тоталитаризм; первый более характерен для Запада, второй – для Востока.

Основные проявления экзистенциальной фрустрации – скука и апатия – стали вызовом образованию, так же как и психиатрии. Образование не должно ограничиваться и удовлетворяться передачей традиций и знаний, оно должно совершенствовать способность человека находить те уникальные смыслы, которые не задеты распадом универсальных ценностей. Эта способность человека находить смысл, содержащийся в уникальных ситуациях,-совесть. Следовательно, образование должно давать человеку средства для обнаружения смыслов. Вместо этого, однако, образование часто вносит свою лепту в экзистенциальный вакуум. Чувство пустоты и бессмысленности у студентов часто усиливается из-за того, как им представляются достижения науки, а именно из-за редукционизма.[[11]](#footnote-11)

Ценностям нельзя научить, их нужно проживать. Нельзя также передать смысл. Учитель может дать своим ученикам не смысл, а личный пример собственной преданности делу исследования, истины и науки.

В тех случаях, когда воля к смыслу фрустрирована, воля к удовольствию оказывается не только ее производной, но также и ее заменой. Воля к власти служит аналогичной и параллельной цели. Только если первоначальная забота об осуществлении смысла фрустрирована, человек стремится к удовольствию или удовлетворяется властью. Одна из форм, которую принимает воля к власти, – это то, что я бы назвал стремлением к деньгам. Если стремление к деньгам берет верх, стремление к смыслу заменяется стремлением к средствам. Большинство людей, которые владеют деньгами, в действительности сами находятся во власти денег, охвачены стремлением приумножать их, и, таким образом, они уничтожают их смысл. Деньги не являются целью сами по себе. Если доллар может быть более полезным и осмысленным в чьих-либо других руках, я не должен держать его у себя в кошельке. Это не имеет никакого отношения к альтруизму. Альтруизм и эгоизм-это устаревшая альтернатива. Как я говорил, моралистический подход должен уступить место онтологическому, в рамках которого хорошее и дурное определяются с точки зрения того, что способствует и что препятствует осуществлению смысла, независимо от того, мой ли это смысл или чей-нибудь еще.

Человеку необходимо найти всё лучшее в одиночестве, «набраться смелости» остаться в одиночестве. Есть творческое одиночество, которое позволяет превратить нечто негативное – отсутствие людей, в нечто позитивное – возможность размышлять. Используя эту возможность, человек может компенсировать преувеличение в индустриальном обществе роли *vita activa* и периодически уделять время *vita contemplativa*.

1. [Фрустрация](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D1%80%D1%83%D1%81%D1%82%D1%80%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F) (лат. frustratio — «обман», «неудача», «тщетное ожидание», «расстройство замыслов») — психическое состояние, возникающее в ситуации реальной или предполагаемой невозможности удовлетворения тех или иных потребностей, или, проще говоря, в ситуации несоответствия желаний имеющимся возможностям. [↑](#footnote-ref-1)
2. [Экзистенция](http://dic.academic.ru/dic.nsf/history_of_philosophy/627/%D0%AD%D0%9A%D0%97%D0%98%D0%A1%D0%A2%D0%95%D0%9D%D0%A6%D0%98%D0%AF) – философская категория, используемая для обозначения конкретного бытия; экзистенциальная потребность – потребность в постижении смысла существования. [↑](#footnote-ref-2)
3. [Онтология](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%BD%D1%82%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F) — учение о сущем, о бытии, как таковом; раздел философии, изучающий фундаментальные принципы бытия, его наиболее общие сущности и категории, структуру и закономерности. Димензиональная – от английского *dimension* – измерения. [↑](#footnote-ref-3)
4. Гомеостаз (др.-греч. ὁμοιοστάσις от ὅμοιος — одинаковый, подобный и στάσις — стояние, неподвижность) — саморегуляция, способность открытой системы сохранять постоянство своего внутреннего состояния посредством скоординированных реакций, направленных на поддержание динамического равновесия. Стремление системы воспроизводить себя, восстанавливать утраченное равновесие, преодолевать сопротивление внешней среды. [↑](#footnote-ref-4)
5. Витальный – жизненный, относящийся к явлениям жизни. [↑](#footnote-ref-5)
6. [Интенциональность](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D0%BD%D1%82%D0%B5%D0%BD%D1%86%D0%B8%D0%BE%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C) (от лат. intentio — намерение) — понятие в философии, означающее центральное свойство человеческого сознания: быть направленным на некоторый предмет. [↑](#footnote-ref-6)
7. [Экзистенциальная психотерапия](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%AD%D0%BA%D0%B7%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B5%D0%BD%D1%86%D0%B8%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%BF%D0%B8%D1%8F) выросла из идей экзистенциальной философии и психологии, которые сосредоточены не на изучении проявлений психики человека, а на самой его жизни в неразрывной связи с миром и другими людьми. [↑](#footnote-ref-7)
8. [Логотерапия](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D0%BE%D0%B3%D0%BE%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%BF%D0%B8%D1%8F/) — один из видов экзистенциальной психотерапии, основанный на анализе смыслов существования. Разработана В. Франклом. Логос – необъятная совокупность смыслов. [↑](#footnote-ref-8)
9. [Конформность](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BE%D0%BD%D1%84%D0%BE%D1%80%D0%BC%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C) — свойство личности, выражающееся в склонности к изменению собственных установок, мнений, восприятия, поведения и так далее в соответствии с теми, которые господствуют в данном обществе или в данной группе. [↑](#footnote-ref-9)
10. [Этиология](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%AD%D1%82%D0%B8%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F) (греч. αἰτία — причина и λόγος — наука) — раздел медицины, изучающий причины и условия возникновения болезней. [↑](#footnote-ref-10)
11. [Редукционизм](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%B5%D0%B4%D1%83%D0%BA%D1%86%D0%B8%D0%BE%D0%BD%D0%B8%D0%B7%D0%BC) (от лат. reductio — возвращение, приведение обратно) — методологический принцип, согласно которому сложные явления могут быть полностью объяснены с помощью законов, свойственных явлениям более простым (например, социологические явления объясняются биологическими или экономическими законами). [↑](#footnote-ref-11)