

pragmatic approach emphasizes the practical possibilities of the usage of human creative product. Psychopathological approach shows the creativity as a by-product of mental disorders of the person. Productive approach assesses the creativity because of the novelty of the final product. Process approach shows the creativity as a process. The humanistic approach focuses our attention on self-expression of a creator. The author of the article determined characteristics of the creative process and described its stages: the preparing to the creative process; the frustration in time of implementation of creative activity; incubation in creative activity; insight in creative activity; finding solutions.

In the article it was outlined the structure of the creativity, its levels were shown. It was noted that in the paradigm of a humanistic approach in a structure of the creativity the person can see several levels: the creativity of the first and the second levels, and the "integrated" creativity. The creativity of the first level is the result of unconscious motives. The creativity of the second level involves active usage of the person the complex of complicated processes which can be used to solve a problem. Recently, the most advanced level is the level of "integrated" creativity – in this creativity two previous levels are integrated into a single unit, and this level of the creativity is the main for creating masterpieces and discoveries. In the article there were described the conditions which are necessary for each person with the aim of the realization of the creativity in his/her activity.

Key words: *the creativity, a creative process, a creativity activity, the structure of the creativity.*

Отримано: 25.02.15 р.

УДК 615.851:1

О.В. Башмакова

ПСИХОТЕРАПІЯ ЯК ЕКЗИСТЕНЦІАЛЬНИЙ ВИБІР

О.В. Башмакова. Психотерапія як екзистенціальний вибір. У статті відображено результати аналізу змісту поняття екзистенціального вибору в його вихідному розумінні, сформованому в філософії екзистенціалізму, та виділені психологічні – емоційні та поведінкові – критерії цього феномена суб'єктивного життя людини; розглянуті особливості психотерапії як специфічної форми міжособистісної взаємодії її сфери гуманітарної практики та її основні стратегії – відновлення чи становлення; визначені умови, за яких психотерапія може постати предметом екзистенціального вибору.

Ключові слова: екзистенціальний вибір, психотерапія, особиста проблема, міф, освіта.

Е.В. Башмакова. Психотерапия как экзистенциальный выбор. В статье отражены результаты анализа содержания понятия экзистенциального выбора в его исходном понимании, сформированном в философии экзистенциализма, и выделены психологические – эмоциональные и поведенческие – критерии этого феномена субъективной жизни человека; рассмотрены особенности психотерапии как специфической формы межличностного взаимодействия и сферы гуманитарной практики и её основные стратегии – восстановление или становление; описаны условия, при которых психотерапия может стать предметом экзистенциального выбора.

Ключевые слова: екзистенціальний вибор, психотерапія, личная проблема, миф, образование.

Термін "екзистенціальний вибір" широко використовується психологами в дослідницькій та консультативній практиці. Але через відсутність чіткої диференціації цього поняття від інших категорій психології виникає тенденція до його надмірно широкого тлумачення [13], аж до означення будь-якого вибору як екзистенціального, що суперечить його вихідному змісту, що сформований у філософії екзистенціалізму. Така ситуація є наслідком перетинання не лише термінологічних просторів філософії та психології, зорієнтованих відповідно на теоретичний та емпіричний рівні пізнання, але й дискурсів цих наук і способів мислення.

Психотерапія, **основним предметом** якої є внутрішнє життя людини, має виняткові можливості для спостереження, виявлення та розуміння екзистенціального вибору на матеріалі дійсності. Проте й сам акт звернення до психотерапії як такої форми взаємодії, що створює особливі психологічні умови, які ускладнюють, а інколи й унеможливають відхилення від суб'єктивної істини власних душевних процесів, може стати екзистенціальним вибором – як для людини, що замислилась над причинами своїх проблем, так і для слухача, що обирає цю специфічну сферу гуманітарної практики як професію, і для фахівця, що осмислює власну позицію.

Отже, **метою** цієї роботи є спроба повернення до філософського розуміння специфічності екзистенціального вибору як феномену людського буття, виділення психологічних критеріїв цього явища та визначення умов, за яких психотерапія може постати предметом такого вибору.

У філософії одним з перших поставив проблему вибору С. К'єркегор, який ввів термін "Entweder-Oder" ("або-або") та підкреслив, що основним при цьому є "не вибір між добром і злом, але акт вибору" [7]. Проблема вибору перетинається з розумінням свободи волі та необхідності, вказуючи на фундаментальний факт панування принципу вільного вибору у внутрішньому житті людини. Так, "буття-в-світі" М. Гайдеггера передбачає постійне стояння людини перед владою альтернатив і проблемою вибору тієї чи іншої можливості. Екзистенціальний вибір – самостійний фундаментальний вибір, зорієнтований на збереження та здійснення автентичного буття (Dasein), своєї самобутності й самостояння; він заснований на закликун Турботи (Совісті) та довірі як "функції відмінностей" (засвоєванні досвіду буттєвої індивідуальності Іншого в її відмінності від власної). Неавтентичність буття полягає в нерозрізненні, передорученні Іншому турботи про своє буття, нівеляції власної буттєвої справи, унікального життєвого проєкту та перетворенні на "натовп" (Man) [12, 15]. У зв'язку з цим Л. Бінсвангер говорить про "Dasein, що вибирає", що є доступним для суб'єкта, "який є відповідальним за вибір свого існування..." [2].

Опираючись на фундаментальну онтологію М. Гайдеггера, Н. Аббаньяно визначає вибір як "відношення між онтичною можливістю і онтологічною можливістю,... яке необхідно пов'язано з актом моєї справжньої конституції" і засноване в "бутті можливості, яка мені властива і яка складає власну можливість буття". Трансцендентальна можливість ("можливість можливості") полягає в тому, що вибір можливості повинен забезпечувати подальшу можливість вибору [1].

К. Ясперс виділяє клас межових ситуацій, "які не можуть бути ані обійдені, ані перероблені, ані пережиті без страждань і боротьби"; людина, що виявилась безпорадною перед зовнішнім примусом незмінюваних обставин, вимушена звернутися до своїх внутрішніх основ, прийняти рішення та вибудувати свою поведінку, виходячи з себе самої. З такого буття в собі й виникає свобода, яка, по суті, є вибором самості, але переконатися й перевірити достовірність існування якої можна лише через діяльність, тобто зробивши конкретний вибір на матеріалі дійсності. Трансцендентна допомога відкриває себе людині "лише в тому, що вона може бути самою собою" і "залежить від самої себе", та, роблячи в межовій ситуації вибір через співвіднесеність з Богом, суб'єкт здійснює "стрибок до самого себе зі свого голого життєво-наявного усталення... туди, де він є істинно вільним від світу" [11].

У Х. Ортега-і-Гассета "життя" – "проблема, яку має вирішувати кожен", коли "світ людини в кожен момент складається з можливостей" і вона "завжди стоїть перед вибором, здійснюючи тим самим свою свободу". Людське життя є життя особисте, обумовлене обставинами; людина повинна здійснювати вибір можливості, й тому вимушена бути вільною; життя не може бути передовіреним (ніхто не замінить людину в її виборі). Людина "приречена" на взаємодію з навколишнім світом, лише на основі чого життя може стати "особистим" та "відповідальним" (перед самою собою за вибір тієї чи іншої можливості або смислу). У цілому, в основі вільного вибору лежить "авторське ставлення,... а результатом стає відповідальність" [10].

А. Ленгле описує можливість вибору як дар і вимогу водночас, що є наслідком діалогізму відповідальності й свободи вибору: життя відкриває людині можливості й простір для улаштування, але й одночасно воно невідступно вимагає від неї рішень [8].

Оскільки екзистенціальний вибір – це співвідношення між онтичною та онтологічною можливостями (Н. Аббаньяно), то на відміну від "простого вибору" альтернатив у горизонтальній площині онтичного виміру, він здійснюється в ортогональній площині – через повернення суб'єкта до власних онтологічних основ. Запитування "в Ім'я" й "заради" повертає людину до її цінностей і смислів [5], Совісті (М. Гайдеггер), Великого Іншого (Ж. Лакан), Трансцендентного (К. Ясперс, Н. Аббаньяно), що виділяє

екзистенціальний вибір як акт вищого порядку. Альтернативи, між якими здійснюється цей вибір, не предмети, об'єкти чи способи дії, але істотні життєві стосунки, способи існування, буття-в-світі [5, 15].

Модель смислового вибору, яка сформульована в діяльнісному підході й формально є найближчою до філософського розуміння екзистенціального вибору, сутнісно відрізняється від традиційного психологічного визначення вибору як акту, що "вирішує завдання оптимізації на основі заданого алгоритму", альтернатив та критеріїв їхньої оцінки [3]. Проте в ситуації вільного вибору критерії для порівняння альтернатив (а деколи й самі альтернативи) спочатку відсутні, і людині доводиться їх конструювати. У процесі рефлексії, спрямованої на пошук власних основ для зіставлення якісно різних альтернатив та критеріїв оцінки, що виявляють їхній сенс, актуалізуються й проходять перевірку на "спроможність" особистісні інваріанти людини.

Екзистенціальний вибір виникає у "вузлових моментах" і на "поворотних етапах" [9], визначаючи дорогу людини на тривалу перспективу життя та за її межі. Функція вибору – зміна модусу існування, життєвих позицій, конституювання власного життя; рішення, що приймаються, є "мета-рішеннями", які забезпечують "організуючий принцип для подальших рішень" [17]; його наслідки – трансформація системи цінностей, смислів, стосунків і діяльностей.

На відміну від довільного, свідомого й раціонального перебору і зважування альтернатив, екзистенціальний вибір не може бути до кінця раціоналізований: він відбувається не в пошуку та аналізі чогось суцього зовні, а в зворотній смисловій перспективі "прислухання" суб'єкта до себе, в своїй цінності [5], власній екзистенції (Dasein) [15]. Виявлення екзистенціальної цінності сприймається як "внутрішнє схоплювання й водночас захопленість, сповнені тим, що, поза сумнівом, стосується саме мене" [8], тобто, здійснюючи екзистенціальний вибір власної можливості, суб'єкт виявляється екзистенціально захопленим, екзистенціально наповненим. Проте в ситуаціях, що не допускають компромісу й спонукають до екзистенціального вибору, людина ясно відчуває обмеженість свого буття, безпорадність перед необхідністю вибору, страх і жах перед Ніщо [11]. Більш того, такий вибір "супроводжується відреченнями" [17], в його внутрішню структуру "як необхідний елемент входить акт жертвування" [5], в ньому "людина неодмінно бере на себе певну провину, здійснюючи будь-який спосіб поведінки" [11]. У цілому, за свою екзистенцію та в своїй екзистенції як особистості людина завжди відповідальна й винна [11]. Тому людина всіма силами ухиляється від екзистенціального вибору, відмовляється від нього або делегує його іншим (людям, обставинам, інститутам, Богові), але "звільнення" від цих екзистенціальних характеристик веде її до втрати власної екзистенції та вкидає у "віднесеність", "ніхто-вість",

знеособлене масове буття (Man) [15]. У результаті суб'єкт постає перед вибором, який він не хоче робити, але не може не зробити.

Ситуація екзистенціального вибору "вириває" людину зі звичного способу існування, а сам вибір здійснюється в просторі антиномій-полярностей [4] і характеризується напруженістю "кінцевих даностей" життя й смерті, свободи й відповідальності, самотності й причетності, смислу та його відсутності [17]. На думку Ж. Делеза, в такій ситуації "особиста невизначеність є не сумнівом, зовнішнім стосовно того, що відбувається, а об'єктивною структурою самої події, оскільки остання завжди рухається одразу в двох смислах-напрямах і розриває на частини суб'єкта, який за ними йде" [6, с. 18]. Необхідність вибору й відмова від інших альтернатив у ситуації негарантованості й невизначеності породжують глибинне занепокоєння людини – екзистенціальну тривогу, яка є невід'ємним атрибутом повноцінного буття людини [7] та ознакою розриву буття й розкриття "рани можливостей" [15].

Психотерапія – один з елементів "хаосу об'єктивного світу" [8]. Останні десятиліття вона "стає все більш самостійним і впливовим інститутом західної культури", та за безлічі визначень і підходів, сформованих у цій специфічній гуманітарній діяльності, найпродуктивнішим видається обмеження "кола феноменів, що співвідносяться з психотерапією, лише явно діалогічними ситуаціями", коли одна людина навмисно виявляє турботу про душу іншої [4]. Саме спільна присутність суб'єкта (клієнта) та Іншого (психотерапевта) в просторі діалогу надає основну умову, за якої психотерапія може відбутися як прояв буття-в-можливості, тобто стати об'єктом власне екзистенціального вибору.

На думку Ф. Є. Василюка, необхідною антропологічною умовою феномена психотерапії, її існування й "розквіту" є "архетип особистої проблеми"; як екзистенціальна категорія "проблема" симптоматична, оскільки виражає панівний у світській європейській культурі "склад мисле-відчування, комплекс сприйняття світу та життя". Поняття "особиста проблема" – продукт епохи модерну, його сенс постає з гуманістичних ідей цього періоду, а саме: особа як власник життя, приватне життя як самоцінність, раціоналізм як основа світогляду, благополуччя як норма життя, консюмеризм як панівна екзистенціальна стратегія, менеджеризм як життєва позиція [4]. З іншого боку, проблема – це атрибут людського буття та діяльності, що виникає як утруднення її продовження та вимагає осмислення й рефлексії; виявляючись у суперечливості, невизначеності, непередбачуваності, ризикованості, проблема є онтологічною підставою будь-якої форми осягнення та осмислення людського буття; у системно-мислєдіяльнісному підході це поява "знання про незнання", ситуація зупинки діяльності, яка не може бути розв'язана за допомогою наявних знань, засобів і методів, а тому вимагає вироблення нового знання, а інколи – й форми мислення [16, с. 165-169].

Значна частина "особистих проблем" людини виникає в онтичному вимірі буття, яке є прямим схопленням розумом навколишнього світу з його відмінностями й розмаїттям. У цьому реєстрі, що властивий як побутовому мисленню, так і позитивним наукам і високорозвиненим системам підрахунку та класифікації, розум не ставить питань, обмежуючись простою констатацією, що суще є суще, а мислення словами (не поняттями) та наочностями (не концептами) розгортається в найбільш природному й простому вигляді в межах одного й того ж рівня розумової топіки [15]. Онтична заклопотаність маркується питанням ("хто?", "що?", "що зробити?"), відчувається людиною як дискомфорт та поповнюваний дефіцит (знань, умінь, навичок), пов'язаний з сильними негативними афектами та проявами ресентименту. У такому разі психотерапія для людини – одна з горизонтальних альтернатив поряд з іншими інститутами, практиками та інструментами культури, які орієнтовані на відтворення втраченого комфорту та пропонують втіху, лікування, виховання чи навчання.

"Особиста проблема" на онтико-онтологічному рівні артикулюється як запитання ("чому?", "навіщо?", "як змінити (себе)?"), а на онтологічному – як турбота ("заради?", "в ім'я?"). Різні за змістом і суттю такі "особисті проблеми" є ефектом конфронтації суб'єкта з даностями існування; вони пов'язані з переживанням особистої невизначеності, непоповнюваної нестачі, станами тривоги, безпорадності (покинутості) й провини. Перебирання доступних альтернатив та виявлення принципової неможливості задоволення сущим, приводить "нецілісного" суб'єкта, який сумнівається, до безвихідності звичного способу існування, виникає зупинка, "розрив", необхідність розвороту до власних основ, які онтично не задані, та можливість зміни самого способу буття. У такій ситуації психотерапія, що орієнтована на становлення (зміни й розвиток), стає ціннісною альтернативою, способом виявлення та утримання власної екзистенції через осмислену діяльність. Тоді, відповідно до згаданих критеріїв, психотерапія є предметом екзистенціального вибору для людини, яка знаходиться в одній з відомих позицій щодо неї: в позиції клієнта, слухача (студента, що обирає цю діяльність та проходить психотерапевтичний тренінг) або професіонала, який практикує психотерапію.

Чи відбудеться психотерапія як "можливість можливості" суб'єкта, чи створить вона умови для його екзистенції й трансценденції, чи забезпечить відкриття або "закриття" його можливості – залежить як від запиту клієнта/пацієнта (на відновлення чи на становлення), його світогляду та здібностей, так і від методики та методології діяльності (методу психотерапії) і можливостей фахівця (підготовки, терапевтичної позиції, професійної совісті, цінностей та смислів, покладених у практику психотерапії).

Спільне буття, діалогічність – атрибутивна ознака психотерапевтичної ситуації, в якій відтворюється ситуація довіри як досвіду орієнтації на перв-

існу присутність Іншого у власному існуванні, коли Інший інтерпретується як "межа для "самості"", "продовження себе в світі", необхідне для самоідентифікації суб'єкта [12]. У такому разі саме від Іншого (психотерапевта) залежить, яка з можливих форм прояву буття-в-можливості клієнта відбудеться в конкретній ситуації – міф чи освіта.

Онтологічний статус міфу визначається як безпосередній прояв, переживання й подолання людиною "занедбаності" в світі через довіру до світу; міф пропонує нескінченне розмаїття "готових" образів, проектування яких на суще надає йому певного сенсу й порядку. Якщо психотерапія орієнтована на відтворення (репарацію, протекцію та навчання), вона пропонує суб'єкту знання й досвід Іншого як його власний, приймає на себе турботу про буття людини та підміняє його особистий буттєвий проект деяким "терапевтично адекватним" рішенням. Така "душевна ортопедія" [14, с. 22] ефективна (зменшує страждання) й доречна, якщо "особиста проблема" людини обмежена онтикою. Проте "асиміляція" Іншого веде до його зникнення, актуалізуючи механізми виникнення міфу та реконструкції Цілого, тобто до закриття "розіркненого буття" й неавтентичності існування суб'єкта [15].

Освіта, навпаки, реалізує специфічне завдання "розмикання буття" і мислиться як структурний прояв екзистенціалу розуміння [12]. У фундаментальній онтології М. Гайдеггера розуміння – це не знання про якийсь зовнішній (стосовно того, хто розуміє Dasein) предмет, не пізнання, не пояснення, а "буттєве справляння відвертості", "буттєвий спосіб присутності" [15, с. 143]. Розуміння – витлумачення того, як ведеться твоє буття в сьогодні та проекція себе на горизонт майбутнього [12]. Виходячи з тієї ж ситуації діалогу й довіри, методи психотерапії, орієнтовані на становлення, освіти й розуміння, а також відповідна позиція самого фахівця, створюють для людини ситуацію обміну буттєвими можливостями та засвоєння досвіду буттєвої індивідуальності Іншого в її відмінності від власної. На основі такого фундаментального розрізнення Свого та Іншого народжується можливість буття-в-розумінні – здійснення людиною суті свого буття, відмінного від буття Іншого. Утримання про-світу буття, а не відновлення втраченої цілісності – умова переходу до розуміння як засвідчування себе в бутті через формування власного образу та подоби, здійснення самостійного фундаментального вибору, збереження тим самим своєї самотності і самостояння, тобто до автентичного буття.

Отже, вибір психотерапії може відбутися як екзистенціальний, якщо запит людини розгортається в онтико-онтологічному або онтологічному вимірі, й вона навмисно звертається до Іншого для самопізнання, самозмінення та зустрічі з самою собою. Усвідомлений вибір у такому разі заснований на сумніві та визнанні власної недостатності, наближення до якої викликає екзистенціальну тривогу й жах; передбачає співвіднесення

з буттєвими цінностями, які маловідомі, але невиразно відчуваються (вибір між вертикальними альтернативами); вимагає згоди на важку духовну працю з негарантованим результатом, перегляду та/чи відмови від звичного способу існування й розуміння світу й себе в світі; покладає авторську відповідальність за зміни свого внутрішнього ладу та життя в цілому.

Як сфера гуманітарної практики психотерапія має низку специфічних характеристик, що виділяють її серед інших професій. Онтично (соціально й ситуативно) обумовлені вибори професії в юнацькому віці, які багато в чому є реалізацією міфу (батьківського, культурного чи ідеологічного), часто прирікають людину на багатолітнє дотримання чужого бажання й уявлення про благо, відчужують її від власного буття та віддаляють можливість отримання власної Справи як сенсу, покладеного в матеріал дійсності, утруднюють Зустріч з собою. Психотерапія ж, як правило, є витратною другою освітою, вимагає тривалої фундаментальної перепідготовки в рамках слабо структурованих інститутів, передбачає послідовну самостійну пізнавальну роботу, включає платний індивідуальний навчальний тренінг, спрямований на самодослідження й рефлексію і т.п. Таким чином, підходячи до вибору психотерапії як професії, доросла людина з певним життєвим й особистим досвідом усвідомлює, що навчатися психотерапії "довго, важко й дорого", а результат не лише не гарантований, а й очевидно складний у плані реалізації діяльності, що не покладена в культурну практику та не "вбудована" в міфологічну свідомість потенційного споживача цієї послуги. Такий вибір змушує до відмови від інших професійних можливостей (що менше надихають, проте надійніші); вимагає зміни укладу життя, а інколи й форми мислення, а тому викликає екзистенціальну тривогу; визначається ціннісним планом, часто всупереч "здоровому глузду" (універсальному онтичному оператору); обов'язково передбачає співвіднесення наміру з власними смисловими структурами, "прислухання" до голосу Турботи, тобто самотрансценденцію [15]. Очевидно, що такий вибір розщепленого суб'єкта (нецілісного, такого, що сумнівається) має всі ознаки вибору екзистенціального.

Фахівець, що практикує форми психотерапії, спрямовані на відновлення, в основному "захищений" від власних особистих та професійних невизначеностей, оскільки він забезпечений знаннями, виконує терапевтичні процедури та дотримується вимог культури й професійної етики. Терапія ж, яка спрямована на "розкриття" (аналітична, екзистенціальна), орієнтована на розуміння, а методологія, що структурує мислення терапевта, вимагає усвідомленого формування позиції щодо клієнта та стратегії роботи відповідно до його психодинаміки; тому терапевт щоразу повинен самовизначатися – як фахівець і як людина. По-перше, такий вибір полягає в усвідомленому недопущенні порад, навіювання, утішання, хол-

дингу чи відігравання як способів задоволення потреби клієнта в позбавленні від страждання та/чи власного прагнення до душевного комфорту; регулятори вибору в такому разі – професійна совість та відредаговане бажання терапевта. По-друге, для терапевта клієнт – це Інший, взаємодія з ним – умова пізнання терапевтом самого себе, можливість виявлення та/або перевірки власних смислів, а отже й зміни способу існування. По-третє, тримання "рани можливості" клієнта відкритою пов'язано з серйозними духовними зусиллями психотерапевта: наростанням екзистенціальної тривоги (внаслідок реалізації свободи, мобілізації відповідальності та близькості Реального), опорою на власну онтологію при пошуку людиною її сенсу (саме те, що терапевт зберігає свою іншість, створює для клієнта умови його самотності й самостояння), утриманням власної екзистенції при різних тяжких і трагічних станах клієнта. У такій ситуації вибір психотерапевта щоразу є вибором екзистенціальним.

Висновки:

1. Екзистенціальний вибір у філософії екзистенціалізму – вибір власного буття (самості, Dasein, самотності, самостояння, авторства), неминуче пов'язаний зі свободою та відповідальністю.

2. Екзистенціальний вибір – той, від якого суб'єкт не може ухилитися без втрати власної екзистенції; це вибір між альтернативами-смыслами, що відбувається в ситуації особистої невизначеності та конфронтації з даностями існування, пов'язаний з переживанням екзистенціальної тривоги, відчуттям безпорадності й провини, вимагає повороту до власних основ та може спричинити зміну способу буття людини.

3. "Особиста проблема", яка по-різному відчувається та позначається в онтичному, онтико-онтологічному та онтологічному вимірі буття суб'єкта, є як умовою звернення до психотерапії, так і зоною виникнення екзистенціальних можливостей та екзистенціального вибору.

4. Спроможність психотерапії як умови "можливості можливості" суб'єкта заснована на діалогічності терапевтичної ситуації та залежить від методу психотерапії, її принципової спрямованості на відновлення (лікування, виховання, навчання) чи на становлення (розуміння, розвиток, освіту).

5. Вибір психотерапії може відбутися як екзистенціальний, якщо запит людини розгортається в онтико-онтологічному чи онтологічному вимірі, коли вона навмисно звертається до Іншого для самопізнання та Зустрічі з собою, усвідомлено погоджується на важку духовну працю з негарантованим результатом та готова нести авторську відповідальність за зміни свого внутрішнього ладу й життя в цілому.

6. Специфічність психотерапії як гуманітарної практики вимагає від людини, що вибирає її як професію, рефлексивного та осмисленого вибору, який носить ознаки вибору екзистенціального.

7. Особливості орієнтованої на розуміння терапії, її онтологія й методологія, визначають вибір фахівцем своєї позиції та стратегії в конкретній терапевтичній ситуації як екзистенціальний.

Список використаних джерел

1. Аббаньяно Н. Введение в экзистенциализм / Н. Аббаньяно ; [пер. с итал. А. Л. Зорина]. – СПб. : Алетей, 1998. – 505 с.
2. Бинсвангер Л. Бытие-в-мире. Избранные статьи / Л. Бинсвангер ; [пер. В. Хомик, Л. А. Собуцкий]. – М. : Рефл-бук ; К. : Ваклер, 1999. – 336 с. – С. 79-94.
3. Бочкина Н. В. Выбор как механизм развития личности / Н. В. Бочкина, Н. А. Бочкина // Теоретические и прикладные вопросы психологии : м-лы юбилейной конференции "Ананьевские чтения-97". – Вып. 3.4.1. – СПб., 1997. – С. 320-325.
4. Василюк Ф. Е. Культурно-антропологические условия возможности психотерапевтического опыта / Ф. Е. Василюк // Культурно-историческая психология. – 2007. – № 1. – С. 80-92.
5. Василюк Ф. Е. Психотехника выбора / Ф. Е. Василюк // Психология с человеческим лицом / под ред. Д. А. Леонтьева, В. Г. Щур. – М. : Смысл, 1997. – С. 284-314.
6. Делёз Ж. Логика смысла / Ж. Делез ; [пер. с фр. Я. Я. Свирского]. – М. : Раритет ; Екатеринбург : Деловая книга, 1998. – 480 с.
7. Кьеркегор С. Или – или. Фрагмент из жизни / С. Кьеркегор ; [пер. с дат. Н. Исаевой и С. Исаева]. – СПб. : Изд-во Русской Христианской Гуманитарной Академии "Амфора", 2011. – 823 с.
8. Лэнгле А. Person. Экзистенциально-аналитическая теория личности / А. Лэнгле ; [пер. с нем. О. Ларченко]. – М.: Генезис, 2006. – 159 с.
9. Мерсиянова А. П. Основные признаки экзистенциального выбора / А. П. Мерсиянова // Вестник ТГУ: педагогика и психология. – 2010. – № 335. – С. 153-156. – Режим доступа : http://journals.tsu.ru/vestnik/&journal_page на 09.09.14.
10. Ортега-и-Гассет Х. Эстетика. Философия культуры / Х. Ортега-и-Гассет // под ред. А. Я. Зась. – М. : Искусство, 1991. – С. 29-32.
11. Разум и экзистенция / К. Ясперс [пер. А. К. Судакова]. – М. : "Канон+" РООИ "Реабилитация", 2013. – 336 с.
12. Савелова Е. В. Миф и образование в контексте экзистенциальной аналитики М. Хайдеггера / Е. В. Савелова // Философия М. Хайдеггера и современность (к 120-летию со дня рождения философа) : м-лы межд. науч. конф. – Краснодар : Кубанский гос. ун-т, 2010. – С. 216-223. – Режим доступа : <http://philosophy.pbkroo.ru/node/82> на 07.09.2014

13. Тихонравов Ю. В. Экзистенциальная психология : [учебно-справочное пособие] / Ю. В. Тихонравов. – М. : ЗАО "Бизнес-школа" Интел-Синтез", 1998. – 238 с. – Режим доступа : <http://www.psyinst.ru/library.php> на 07.09.2014
14. Фуко М. Психиатрическая власть: Курс лекций, прочитанных в Колледж де Франс в 1973-1974 учебном году / М. Фуко ; [пер. с фр. А. В. Шестакова]. – СПб. : Наука, 2007. – 450 с.
15. Хайдеггер М. Бытие и время / М. Хайдеггер ; [пер. с нем. В. В. Библихина]. – СПб. : Наука, 2006. – 452 с.
16. Щедровицкий Г. П. Оргуправленческое мышление: идеология, методология, технология / Г. П. Щедровицкий. – М. : Путь, 2000. – 384 с.
17. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия / И. Ялом ; [пер. с англ. Т. С. Драбкиной]. – М.: Независимая фирма "Класс", 1999. – 576 с.

Spisok vikoristanih dzherel

1. Abban'jano N. Vvedenye v ekzystencyalizm / N. Abban'jano ; [per. s ital. A. L. Zoryna]. – SPb. : Aletejja, 1998. – 505 s.
2. Bynsvanger L. Bytje-v-myre. Yzbrannye staty / L. Bynsvanger ; [per. V. Номык, L. A. Sobuckyj]. – М. : Refl-buk ; К. : Vakler, 1999. – 336 s. – S. 79-94.
3. Bochkyna N. V. Vybor kak mehanyzm razvytyja lychnosti / N. V. Bochkyna, N. A. Bochkyna // Teoretycheskiye u prykladnye voprosy psyhology : m-ly jubylejnoj konferencyu "Anan'evskye chtenija-97". – Вып. 3.4.1. – SPb., 1997. – S. 320-325.
4. Vasyljuk F. E. Kul'turno-antropologicheskiye uslovyja vozmozhnosti psyhoterapevtycheskogo opyta / F. E. Vasyljuk // Kul'turno-ystorycheskaja psyhologija. – 2007. – № 1. – S. 80-92.
5. Vasyljuk F. E. Psyhotehnika vybora / F. E. Vasyljuk // Psyhologija s chelovecheskym lycom / pod red. D. A. Leont'eva, V. G. Shhur. – М. : Smysl, 1997. – S. 284-314.
6. Delëz Zh. Logyka smysla / Zh. Delez ; [per. s fr. Ja. Ja. Svyrskogo]. – М. : Rarytet ; Ekaterynburg : Delovaja knyga, 1998. – 480 s.
7. K'erkegor S. Yly – yly. Fragment yz zhyzny / S. K'erkegor ; [per. s dat. N. Ysaevoj y S. Ysaeva]. – SPb. : Yzd-vo Russkoj Hrystyanskoj Gumanytarnoj Akademyy "Amfora", 2011. – 823 s.
8. Lëngle A. Person. Ekzystencyal'no-analytycheskaja teoryja lychnosti / A. Lëngle ; [per. s nem. O. Larchenko]. – М.: Genezys, 2006. – 159 s.
9. Mersyjanova A. P. Osnovnye pryznaky ekzystencyal'nogo vybora / A. P. Mersyjanova // Vestnyk TGU: pedagogyka y psyhologija. – 2010. – № 335. – S. 153-156. – Rezhym dostupa : http://journals.tsu.ru/vestnik/&journal_page na 09.09.14.
10. Ortega-y-Gasset H. Estetyka. Fylosofyja kul'tury / H. Ortega-y-Gasset // pod red. A. Ja. Zas'. – М. : Yskusstvo, 1991. – S. 29-32.
11. Razum y kzystencyja / K. Jaspers [per. A. K. Sudakova]. – М. : "Kanon+" ROOY "Reabylytacyja", 2013. – 336 s.

12. Savelova E. V. Myf y obrazovanye v kontekste ekzystencyal'noj analytyky M. Hajdeggera / E. V. Savelova // Fylosofyja M. Hajdeggera y sovremennost' (k 120-letyju so dnja rozhdenyja fylosofa) : m-ly mezhd. nauch. konf. – Krasnodar : Kubanskyj gos. un-t, 2010. – S. 216-223. – Rezhym dostupa : <http://philosophy.pbkroo.ru/node/82> na 07.09.2014
13. Tyhonravov Ju. V. Ekzystencyal'naja psyhologyja : [uchebno-spravocnoe posoby] / Ju. V. Tyhonravov. – M. : ZAO "Byznes-shkola" Yntel-SynteZ", 1998. – 238 s. – Rezhym dostupa : <http://www.psyinst.ru/library.php> na 07.09.2014
14. Fuko M. Psyhyatrycheskaja vlast': Kurs lekcyj, prochytannyh v Kolledzh de Frans v 1973-1974 uchebnom godu / M. Fuko ; [per. s fr. A. V. Shestakova]. – SPb. : Nauka, 2007. – 450 s.
15. Hajdegger M. Vьt'ye y vremja / M. Hajdegger ; [per. s nem. V. V. Bybyhyna]. – SPb. : Nauka, 2006. – 452 s.
16. Shhedrovyc'kyj G. P. Orgupravlennos'koje myshlennye: ydeologyja, metodologyja, tehnologyja / G. P. Shhedrovyc'kyj. – M. : Put', 2000. – 384 s.
17. Jalom Y. Эkzystencyal'naja psyhoterapyja / Y. Jalom ; [per. s angl. T. S. Drabkynoj]. – M.: Nezavysymaja fyrma "Klass", 1999. – 576 s.

O.V. Bashmakova. Psychotherapy as an existential choice. *The original meaning of the concept of Existential choice is formed in the philosophy of existentialism (S. Kierkegaard, M. Heidegger, K. Jaspers, N. Abbagnano and others) as the choice of own self-being (Self, Dasein, originality, self-dependence, authorship) and inevitably concerned with freedom and responsibility, from which the subject cannot deviate without losing own self-existence. Being considered as the person's life phenomenon, Existential choice may be defined as the choice between alternatives-meanings, that takes place at the situation of personal uncertainty and confrontation with the Givens of Being, is connected with the feeling and experiencing existential anxiety, helplessness and guilt, requires turning to own foundations and may result changing the way of person's existence.*

Personal problem is the specific individual state, which opens up Person's existential potentialities, can face his/her with Existential choice and cause the seeking Psychotherapy. The capacity of Psychotherapy to identify the person's psychological situation as Existential choice and to promote his/her fidelity to own existence depends on the method of Psychotherapy, it's principal orientation to Recovery (treatment, upbringing, training) or to Forming (understanding, development, education).

Appeal for Psychotherapy may come true as the Existential choice, if the Person unwraps his/her inquiry at ontological dimension, seeks self-knowledge by means of dialogue with Other, ready to serious spiritual work without guaranteed results and to executing author's responsibility for own life. Likewise the reflective and meaningful choice of Psychotherapy as avocation is marked as Existential choice due to specificity of this humanitarian practice; moreover, if psychotherapy is directed to understanding (forming, development, education), the specialist's position and strategy at the concrete therapeutic situation arises as Existential choice every time.

Key words: *existential choice, psychotherapy, personal problem, myth, education.*

Отримано: 20.03.2015 р.