

ОСНОВНЫЕ ПРИЗНАКИ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОГО ВЫБОРА

Работа выполнена при поддержке гранта РФФИ № 09-06-90901-моб_снг_ст.

Раскрываются основные признаки экзистенциального выбора через выделение структурного, функционального и динамического аспектов. Экзистенциальный выбор представлен как необходимый выбор в контексте напряженных экзистенциальных данностей между жизнеопределяющими возможностями, «помеченными» человеком как ценности и имеющими для него статус альтернатив.

Ключевые слова: признаки экзистенциального выбора; ценности; отклоненные альтернативы; магистральный путь; жизненные данности.

Проблема выбора в экзистенциальной психологии стала одной из центральных с самого ее зарождения: как одно из основных свойств человеческого существования выбор имеет определяющее значение. Л. Бинсвангер и другие экзистенциалисты говорят о «*Dasein* выбирающем» то или это, что означает «человек, который ответствен за выбор своего существования...» [1]. И. Ялом подробно останавливается на проблеме принятия решения, указывая, что из сделанных на протяжении жизни бесчисленных выборов составляется структура характера индивида, «человек конституирует себя сам, а решения – это атомы бытия, творимого человеком» [2].

Сегодня понятие экзистенциального выбора прочно вошло в профессиональный словарь психологов как исследовательской, так и практической ориентации. Однако экзистенциальному подходу свойственно отсутствие четкой дифференциации используемых понятий [3]. Размытость границ понимания категорий экзистенциальной психологии привело к их избыточно расширенному толкованию, в частности, наблюдается тенденция к обозначению любого выбора как экзистенциального, в то время как экзистенциалисты под экзистенциальным выбором понимают выбор существования. Данная констатация мало что может дать для эмпирического исследования. В литературных источниках встречаются метафоричные или очень «объемные» определения, а чаще всего описания экзистенциального выбора, т.е. можно говорить об отсутствии на сегодняшний день операционализованного определения экзистенциального выбора; не выделены его дифференцирующие признаки, что затрудняет возможность использования теоретических объяснительных конструктов и предлагаемых авторами методов психоконсультационной и психотерапевтической работы. В данной статье мы намерены, выделив основные признаки экзистенциального выбора, дать на их основании определение понятия экзистенциального выбора, что является существенным для формирования категориального аппарата исследований и определения стратегии консультирования в практической деятельности психологов. При выделении признаков экзистенциального выбора мы опирались на классические работы психологов-экзистенциалистов (Л. Бинсвангер, В. Франкл, Р. Мей, И. Ялом, С. Мадди, А. Ленгле), в том числе и отечественных исследователей, разделяющих экзистенциальные традиции (С.Л. Рубинштейн, Д.А. Леонтьев, Ф.Е. Василюк, С.Л. Братченко). Операционализация же понятия осуществлялась на основе представлений о человеке и механизмах его функцио-

нирования в теории психологических систем (Е.В. Ключко, О.М. Красноярдцева, В.Э. Галажинский).

Структура экзистенциального выбора представлена через альтернативы выбора, которые по тематике могут быть самыми разнообразными. Признание абсолютной уникальности человека, его индивидуальной истории, системы ценностей принципиально для экзистенциальной традиции, в рамках которой человек представляется как «индивидуально-неповторимый рисунок возможностей» (Р. Мей). Следовательно, для определения существенных признаков анализ альтернатив экзистенциального выбора в горизонтальной плоскости бессмыслен. В позиции авторов прослеживается идея о том, что экзистенциальный выбор – это выбор особого, высшего порядка, он требует от субъекта актуализации глубинных ценностно-смысловых образований его личности [4]. При рассмотрении экзистенциального выбора по вертикали мы опирались на представление теории психологических систем (В.Е. Ключко) о человеке как многомерном мире, представленном в совокупности чувственных и сверхчувственных (системных) качеств (три параметра пространства, одно – время, значение, смысл и ценности) [5, 6]. Человек из всего хаоса «объективного» мира находит то, «чему есть внутреннее соответствие» (А. Ленгле, В.Е. Ключко), и это «нечто» становится возможностью-смыслом или возможностью-ценностью. Возможности, способные удовлетворить потребности «здесь и сейчас», возвращающиеся после удовлетворения потребности в «фон», представляют собой шестую мерность – смыслы, над которой в ходе персоногенеза надстраивается седьмая – ценности. В отличие от смыслов, ценности не растворяются «после удовлетворения индивидуальных потребностей в них – они осознаются в своей соотносительности к другим людям, имеющим аналогичные потребности, к тем, кто произвел эти предметы, к себе самому, который будет нуждаться в них завтра» [6. С. 92]. Благодаря ценностям жизненный мир устойчив во времени, что не может быть обеспечено индивидуальными смыслами, «формирующимися в ответ на ситуативно актуализирующиеся потребности» [6. С. 93]. В качестве альтернатив экзистенциального выбора, по нашему мнению, выступают именно возможности-ценности. Возможность, помеченная как ценность, – это «напряженная возможность» (В.Е. Ключко).

Важным для нас является представление А. Ленгле о чувствовании ценности: «Это внутреннее схватывание и одновременно захваченность, наполненные тем, что, несомненно, касается именно меня. Все, что может вызвать такую затронутость, является персональной

ценностью» [7. С. 5]. Представления А. Ленгле открывают нам глубину и интимность переживания ценности, собственной возможности, что существенно для утверждения, что экзистенциальный выбор – это выбор особого высшего порядка, при котором человек, выбирая способ существования, оказывается экзистенциально захваченным, экзистенциально наполненным.

Нередко человек сталкивается с равнозначностью ценностей и их противоречивостью, и если при этом выбор сделать необходимо (объективно или субъективно), ценности приобретают статус альтернатив. Мы разделяем мнение Ф.Е. Василюка, что альтернативы, между которыми совершается выбор, – это не различные объекты или способы действия, а существенные жизненные отношения, каждое из которых символизирует особый образ жизни [4]. По словам И. Ялома, «исключающий эффект альтернатив – одна из фундаментальных причин, по которой решения трудны» [2]. Когда ценности вступают в противоречия, человек берет «паузу», чтобы «взвесить» альтернативы и определить, насколько каждая нагружена смыслами. Происходит своеобразная перепроверка, ревизия ценностей, решение задачи «на ценность» (В.Е. Ключко). «Взвешивание», о котором здесь идет речь, не является строго рациональной операцией. Ф.Е. Василюк указывает, что в отличие от традиционного рационалистического понимания выбора как произвольного и сознательного рассудочного «взвешивания» преимуществ это до конца не рационализируемый акт, совершаемый в обратной смысловой перспективе «прислушивания» к ценности [4]. При этом человек «не отпускает» ни одну из альтернатив в связи с их ценностью, особыми смыслами: «жизненные решения дороги, потому что они сопровождаются отречениями» (И. Ялом), «во внутреннюю структуру выбора как необходимый элемент входит акт жертвования» (Ф.Е. Василюк). Экзистенциальный выбор – это особым образом переживаемое отклонение альтернатив, выбор, который человек не хочет делать. Необходимость выбора при этом может быть как объективной, так и субъективной, когда человек сам конструирует возможности и определяет их как альтернативные.

Итак, структурно экзистенциальный выбор можно представить через следующие признаки. Выбор осуществляется между возможностями, которые не просто способны удовлетворить потребность «здесь и сейчас» (альтернативы-смыслы), а именно «помечены» как ценности, являющиеся для человека значимыми, задающими координаты его многомерного мира (альтернативы-ценности). Экзистенциальный выбор происходит между ценностями как «мерностями более высокого порядка» (В.Е. Ключко). Более обобщенно можно сказать (и это является существенным в нашем анализе): экзистенциальный выбор – это выбор между альтернативами-ценностями, который человек *не может не делать и вместе с тем не хочет делать*.

Жизнеопределяющая роль экзистенциального выбора для дельнейшего существования отражает *функциональный признак*. В современном понимании с экзистенциальным выбором человек встречается не только в объективно чрезвычайных ситуациях («пограничные ситуации» К. Ясперса), речь скорее идет об изменении жизненных позиций, переломности жизненного

пути, конституировании собственной жизни (Ж.-П. Сартр, В. Франкл, И. Ялом). С.Л. Рубинштейн говорил об узловых моментах и поворотных этапах, когда с принятием того или иного решения на более или менее длительный период определяется жизненный путь человека.

В том случае если выбор имеет существенное, поворотное значение, мы будем называть его магистральным. Понятие «магистраль» (от лат. *magistralis* – руководящий) заимствовано нами из художественного произведения [9]. Внутри магистрали до «узла» – множество «развилки» и «параллельных путей» как проселочных дорог, которые потом возвращаются к основной, не задавая собственного направления. Человек «переходит» на них относительно безболезненно, при этом ни его позиции, ни его жизнь не меняются существенно. Экзистенциальный выбор влияет на жизненную перспективу и если использовать формулу теории психологических систем (В.Е. Ключко), в той или иной мере изменяются «образ мира», «образ жизни» и «действительность» в целом. Мы не утверждаем, что каждый магистральный выбор экзистенциальный, но экзистенциальный выбор всегда магистральный. И в этом смысле мы ожидаем от него функций ограничения и организации частных внутримастральных выборов. Решение в процессе экзистенциального выбора – это «метарешения, обеспечивающие организующий принцип для последующих решений» (И. Ялом).

Итак, экзистенциальный выбор влечет за собой изменения в жизни человека, его многомерном мире, перестраивая систему ценностей и смыслов, отношений. Изменяется деятельность человека, его поступки, конституируются новые жизненные события. Экзистенциальный выбор является магистральным, задавая частным выборам новые параметры.

В контексте рассматриваемой проблемы необходимым и, по нашему мнению, неизбежным, является выделение *динамического аспекта* экзистенциального выбора, который может выступать, кроме всего прочего, важным диагностическим признаком. Понятие экзистенциальной динамики, прежде всего, связано с вопросом о жизненных, экзистенциальных данностях, являющихся неотъемлемой составляющей бытия человека в мире.

Экзистенциальный выбор характеризуется напряженностью жизненных данностей («данностей существования», «конечных данностей», по И. Ялому, «вызовов», по Т. Гринингу), выраженностью определенных параметров – «узлов» (каждый из них содержит в себе антиномии-полярности, в пространстве которых, собственно, человеку и надлежит делать экзистенциальные выборы) [10]. Удачно представляет суть дихотомий И. Ялом: «Человек находится в противостоянии между сознанием неизбежности смерти и желанием продолжать жить; между стремлением к свободе и ужасом перед отсутствием внешней структуры; между сознаваемой абсолютной изоляцией и потребностью в контакте, в защите, в принадлежности к большему целому; между неструктурированным бессмысленным миром и потребностью в смысле жизни» [2].

Гештальт-терапевт Н. Салате использует термин «экзистенциальные принуждения», который призван

подчеркнуть, что при любых обстоятельствах человек вынужден подчиниться этим характеристикам существования, т.к. их власть для него является непреодолимой [11]. Жизненные, экзистенциальные данности задают контекст жизни человека в целом, всегда «имеют место быть», но их актуальность не всегда выражена (например, при решении частных бытовых или производственных задач). Согласно И. Ялomu, в ситуации «принятия важного необратимого решения», человек «заклучает в скобки» повседневный мир, т.е. отстраняется от него; когда глубоко размышляет о своей ситуации в мире, о своем бытии, границах и возможностях; когда касается почвы, предлежащей всем остальным почвам, он неизбежно встречается с данностями существования, с «глубинными структурами». Необходимость решать острые жизненные проблемы и невозможность сделать это однозначно и окончательно порождают глубинное беспокойство человека – *экзистенциальную тревогу*, неотъемлемый атрибут полноценного бытия человека (С. Кьеркегор, М. Хайдеггер, П. Тиллих, Р. Мей) и одно из оснований для определения выбора как экзистенциального. Р. Мей определяет экзистенциальную тревогу как «опасение в ситуации, когда под угрозой оказывается ценность, которая, по ощущению человека, жизненно важна для существования его личности» [12]. В ситуации экзистенциального выбора одновременно под угрозой оказывается несколько ценностей. Ценности как «напряженные возможности» (В.Е. Ключко) «тянут» за собой данности существования, с которыми так или иначе связаны. Феноменологически «выход» из контекста, актуализация, напряжение жизненных данностей проявляется в повышении экзистенциальной тревоги. Темы смерти, свободы и ответственности, одиночества, смысла могут при этом проступить в более или менее структурированной форме. Сами жизненные данности также могут выходить из контекста и становиться альтернативами как более ясные, очерченные гештальты, например в ситуации самого драматического экзистенциального выбора между «Да жизни» и «Нет жизни» (А. Лэнгле).

Рассмотрим такой параметр контекста экзистенциального выбора, как «*жизнь – смерть*». Смерть, «невозможность дальнейшей возможности» (М. Хайдеггер), «подземным грохотом» (И. Ялом) напоминает нам о своей неизбежности и является первым источником тревоги. Ситуация экзистенциального выбора «вырывает» человека из стереотипного способа существования, обостряет, делает напряженной тему смерти непосредственно или контекстно. Экзистенциалисты полагают, что «тревога смерти – важный детерминант человеческого опыта и поведения» [2], а соответственно и экзистенциального выбора. Не в меньшей степени, чем биологическая смерть, вызывает тревогу смерть психологическая. Экзистенциальный выбор – это выбор одного из вариантов усложнения собственной организации или отказ от усложнения (унесенность в «никтовость», по М. Хайдеггеру, «выбор прошлого, выбор неизменности», по С. Мадди). Соответственно, он предполагает «отказ» от других возможных направлений: «жизненный путь личности – это путь отклоненных альтернатив» (А.Г. Асмолов). С. Мадди использует понятие «малая смерть», которое мы заимствуем у него

для обобщения ситуаций отказа от одних возможностей ради других, или отказа от «усложнения» вообще. В ситуации выбора, таким образом, актуализируется страх «малой смерти», т.к. одна из возможностей станет невозможной, «умрет» одна из потенциальных личностей. Все это, так сказать, драматический аспект экзистенциального выбора. О. Ранк указывает на присутствие у человека страха жизни как страха встречи с жизнью в качестве изолированного существа, это страх индивидуации, «движения вперед». Он полагал, что прототипически страх жизни связан с процессом «рождения», первичной травмой и первичной сепарацией. Следовательно, при экзистенциальном выборе человек чувствует не только вызов смерти, но и вызов жизни.

Другая экзистенциальная данность, актуализация, напряжение которой является одним из признаков экзистенциального выбора, – *свобода и сопутствующая ей ответственность*. Согласно экзистенциальной традиции человек обладает свободой в творении собственного жизненного пути; свободой желать, выбирать, действовать и, самое важное, меняться (В. Франкл, И. Ялом). Экзистенциалисты (особенно европейские) понимали, что выбор, в котором мы свободны, порождается ситуативной свободой, т.е. «свободой в рамках границ наших интенциональных отношений друг к другу, как со-конституированности «бытия-в-мире» (Э. Спелли). При этом человек сам выбирает быть ему свободным, пусть даже относительно («тоннель свободы» В.Е. Ключко), или быть детерминированным. Со свободой, в понимании экзистенциалистов, связана скорее не безграничность возможностей человека, а в большей степени проблема ответственности. И. Ялом указывает в своей работе: «Осознавать ответственность – значит осознавать творение самим собой своего “я”, своей судьбы, своих жизненных неприятностей, своих чувств и также своих страданий, если они имеют место» [2]. Хотя бы слабое осознание человеком того, что он сам является «стрелочником», «машинистом», «обходчиком» и возможно даже «строителем» той магистрали, которую выбирает, обостряет его экзистенциальные переживания. Экзистенциалисты едины в своей позиции: если человек испытывает ужас перед сознанием самоконституирования, он, делая себя нечувствительным к своим желаниям или чувствам, отказывается от выбора или перекладывает выбор на других людей, институты или внешние события (И. Ялом). Тревога, напряжение в ситуации выбора может быть результатом осознания, понимания или «подспудного» чувствования собственной ответственности, и не только за свои действия, «но и за свою неспособность действовать» (Ж.-П. Сартр), соответственно за *нежелание выбирать*, которое выделено нами как обобщенный признак экзистенциального выбора.

Жизненные данности – свобода и ответственность – связаны с *одиночеством*. Хотя бы смутному, но осознанию авторства своей жизни сопутствует глубокое экзистенциальное одиночество, борьбу с которым человек ведет на протяжении всей жизни. Экзистенциальный выбор осуществляется в одиночестве не столько потому, что это неизбежно, а в связи с тем также, что это необходимо для полноценности существования. Но несмотря на значимость одиночества для становле-

ния личности, оно порождает экзистенциальную тревогу, мучительную для человека (Э. Фромм, И. Ялом, Р. Мей).

Следующая конечная данность существования – ее бессмысленность. Вселенная не имеет смысла, человек – существо, нуждающееся в нем, и сам его конституирующий, порождающий. Но смыслы не устанавливаются раз и навсегда, кроме того, как считает Ж. Делез, «личная неопределенность является не сомнением, внешним по отношению к происходящему, а объективной структурой самого события, поскольку последнее всегда движется в двух смыслах-направлениях сразу и разрывает на части следующего за ними субъекта» [13]. Нередко именно в ситуации экзистенциального выбора человек и обнаруживает относительность смыслов и ценностей, что может привести к «кризису бессмысленности», «экзистенциальному неврозу» (В. Франкл).

Итак, динамический признак экзистенциального выбора выражен нами через напряженность экзистенциальных данностей: жизни и смерти, свободы и ответственности, одиночества, смысла и абсурда, проявляющегося в экзистенциальной тревоге. Экзистенциальный выбор предполагает отклонение одной из альтернатив-ценностей, что представляет собой «малую (психологическую) смерть» человека возможного, которая феноменологически может выражаться в разнообразных переживаниях: «утрата», «прощание», «тоска», «грусть», «вина». Человек свободен в выборе: какую альтернативу отклонить, какого себя возможного «убить», а какому дать «родиться». Делая выбор в экзистенциальном одиночестве, человек несет за него ответственность. При этом вся жизнь человека и мир вокруг него не имеет объективно заданного смысла. Сможет ли человек ответить на вопрос, зачем я совершаю этот выбор и зачем выбираю именно эту возможность, зависит только от него. Каждый раз «решение»

человека разворачивает его в сторону того или иного полюса экзистенциальных данностей. Такая своеобразная экзистенциальная нагрузка на человека сопровождается тревогой, которая чаще всего заглушается защитными механизмами, однако в ситуации необходимости принятия важного решения жизненные данности начинают проступать более очевидно, что и приводит к динамическим процессам.

На основании всего вышесказанного мы выделяем ряд признаков экзистенциального выбора. Во-первых, экзистенциальный выбор осуществляется между возможностями, которые не просто способны удовлетворить потребность «здесь и сейчас», а «помечены» именно как ценности. Ценности определяются человеком как альтернативы, т.е. исключают друг друга возможности, и предполагают необходимость осуществления выбора, который человек не может не делать и вместе с тем не хочет делать, т.к. каждая из альтернатив является ценной, по-своему «дорогой» (структурный признак экзистенциального выбора). Во-вторых, экзистенциальный выбор влечет за собой качественное изменение, имея, соответственно, жизнеопределяющее значение, меняя магистраль жизненного пути (функциональный признак). В-третьих, это сопутствующая выбору напряженность экзистенциалов, феноменологически проявляющаяся в актуализации экзистенциальной тревоги, которая в свою очередь может трансформироваться в любые другие «посильные» для человека переживания (динамический признак).

Интеграция выделенных признаков позволяет определить экзистенциальный выбор как необходимый выбор в контексте напряженных экзистенциальных данностей между жизнеопределяющими возможностями, «помеченными» человеком как ценности и имеющими для него статус альтернатив; это выбор, который человек не может не делать и вместе с тем не хочет делать.

ЛИТЕРАТУРА

1. Мей Р. Вклад экзистенциальной психотерапии // Экзистенциальная психология / Под ред. Р. Мэя. М.: Апрель Пресс & ЭКСМО-Пресс, 2001. Режим доступа: <http://www.psylib.kiev.ua>
2. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. М.: Класс, 1999. Режим доступа: <http://www.psyinst.ru/library.php>
3. Тихонравов Ю.В. Экзистенциальная психология. Режим доступа: <http://www.psyinst.ru/library.php>
4. Василюк Ф.Е. Психотехника выбора // Психология с человеческим лицом / Под ред. Д.А. Леонтьева, В.Г. Щур. М.: Смысл, 1997. С. 284–314.
5. Ключко В.Е. Самоорганизация в психологических системах: проблемы становления ментального пространства (введение в трансперспективный анализ). Томск: ТГУ, 2005. 174 с.
6. Ключко Е.В., Галажинский Э.В. Психология инновационного поведения. Томск: ТГУ, 2009. 240 с.
7. Ленгле А. Введение в экзистенциально-аналитическую теорию эмоций: прикосновение к ценности // Вопросы психологии. 2004. № 4. С. 3–21.
8. Франкл В. Человек в поисках смысла / Под общ. ред. Л.Я. Гозмана и Д.А. Леонтьева. М.: Прогресс, 1990. 367 с.
9. Шекли Р. Три смерти Бена Бакстера // Миры Роберта Шекли (зарубежная фантастика). М.: Мир, 1984.
10. Братченко С.Л. Экзистенциальная психология глубинного общения: Уроки Джеймса Бюджентала. М.: Смысл, 2001. Режим доступа: <http://www.psylib.kiev.ua>
11. Гингер С., Гингер А. Гештальт-терапия контакта. СПб.: СпецЛит, 2001. 288 с.
12. Мэй Р. Смысл тревоги. М.: Класс, 2001. 384 с.
13. Делез Ж. Логика смысла. Режим доступа: <http://lib.ru/filosof>

Статья представлена научной редакцией «Психология и педагогика» 21 декабря 2009 г.