

Феномен самоотношения как функция интеграции сознательного опыта

Тимофеев Д.С.

В норме действительность не детерминирует, а мотивирует личность.

(М. Босс)

The phenomenon of “Self” as a function of the integration of conscious experience

The phenomenon of attitude to oneself, along with consciousness and self-awareness, is considered as an element of the basic structure of the human presence, and is an experience of awareness of one's own presence in the structures of relations with the surrounding reality. Self-relation is a complex structural formation, it includes the nature of the direct experience, correlation, conformity with individually accepted forms and rules, and responsibility for the personal embodiment of "yourself." Each act of consciously relating to oneself implies a correlation with three lines of “assessing presence”: “I want”, “I should”, “I decided”. Self-relation is an integrative function of the psyche, since the correlation of the current experience with “oneself” allows one to find “one's place” in the flow of experience, to structure the current experience with respect to “oneself”. Speaking about the integration of experience in the context of education of self-attitude, we emphasize the aspect of precisely the consent of a person to his experience. The basic self-experiencing that provides the “norm” is the subjective feeling of freedom, the possibility of transcendence. For each age there are different forms of freedom available. A child's freedom to be loved; adolescent freedom to be oneself; adult freedom is to be yourself with another person; the freedom of a mature person is the freedom to be with the world, to be realized in the world. The integrative function of self-awareness is manifested in the restoration of integrity at each next stage of life through the possibility of

taking appropriate role and substantive responsibility.

Феномен отношения к себе наряду с сознанием и самосознанием рассматривается как элемент базовой структуры человеческого присутствия, является переживанием осознания собственного наличия в структурах отношений с окружающей действительностью. Самоотношение - это сложное структурное образование, оно включает характер непосредственного переживания опыта, соотнесенность, соответствие с принятыми индивидуально формами и правилами и ответственностью за личное воплощение “себя”. Каждый акт сознательного соотнесения с собой подразумевает соотнесенность с тремя линиями “оценки присутствия”: “хочу”, “должен”, “решил”. Самоотношение является интегративной функцией психики, так как соотнесенность текущего опыта именно с “собой” позволяет найти “свое место” в потоке опыта, структурировать текущий опыт именно относительно “себя”. Говоря об интеграции опыта в контексте образования самоотношения, мы выделяем аспект именно согласия человека на свой опыт. Базовым самостоятельным переживанием, обеспечивающим “норму”, является субъективное ощущение свободы, возможности трансценденции. Для каждого возраста есть свои доступные формы свободы. Свобода ребенка в том, чтобы быть любимым; свобода подростка - быть собой; свобода взрослого - быть собой с другим; свобода зрелого человека - это свобода быть с миром, быть реализованным в мире. Интегративная функция самосознания проявляется в восстановлении целостности на каждом следующем этапе жизни через возможность принятия соответствующей ролевой и предметной ответственности.

Введение

Тема самооценки - самоотношения - является одной из разделов общей

психологии личности. На данный момент существует ряд концепций самооценки, с разных сторон рассматривающих эту проблематику.

Тот подход, которого придерживаемся мы, имеет своим основанием учение Ф. Brentano об интенциональном содержании актов сознания и их отличии от «объектных» отношений мира. [3] Интенциональность как смыслопорождающий акт представлена также философией Эдмунда Гуссерля, ученика и последователя Brentano. [5]

В этом подходе нам важна именно обращенность сознания на объект - как проявление того внимания, которое выделяет. М. Босс полагая, что нет никакого смысла говорить о существовании чего бы то ни было, если «нет того, кто «высвечивает» это сущее». Босс специально оговаривается: речь должна идти не только о предметах, созданных человеческим трудом; существование любого предмета зависит от нашего видения. За феноменами ничего не стоит; они не представляют внешних проявлений конечной реальности вне восприятия их человеком. [19]

Затем хотелось бы вспомнить положение М. Вертгеймера, сформулированное в рамках классического гештальт подхода - о том, что процесс соотношения субъекта и объекта имеет этапы и структуру. [4] Именно в этом подходе выделено представление о самоотношении как о финальной стадии процесса контакта живого и мира. На основании этого положения в 60-х годах прошлого века Ф. Перлзом была сформулирована теория и методика терапии личности, основанная на коррекции поведенческих, эмоциональных и когнитивных этапов гештальтоформирования или, как сказали бы мы - *смыслопорождения*. [21]

В советской психологии проблема самооценки рассматривалась в основном в аспекте динамики функционального развития и самосознания; это направление исследований связано с именами Б. Г. Ананьева, С. Л. Рубинштейна, М. З. Неймарк, Л. С. Славиной и др. [1], [8], [10], [12]

Разворачивание практики самооценки в бытийных полях нашло свое отражение также в методике исследования самоотношения, разработанной В.В. Столиным и С.Р. Пантелеевым, в которой выделены три измерения самоотношения: симпатия, уважение, близость [14].

В отечественной науке экзистенциальный аспект самоотношения выделен в трудах Э. В. Сайко. [13] Она рассматривает самоотношение как условие человеческого самоосуществления, базовую интегративную функцию, делающую возможным осуществление всех остальных высших функций человеческого бытия. Феномен отношения к себе наряду с сознанием и самосознанием является элементом базовой структуры человеческого присутствия, переживанием осознания собственного наличия в структурах отношений с окружающей действительностью, его целесообразно рассматривать как аспект само-осознания.

Продолжая исследовать эту область, мы пришли к пониманию того, что основной проблемой, связанной с понятие и явлением самоотношения, является то, что самость может выступать как объект рассмотрения и одновременно являться его субъектом. Эта позиция неотменима, так как выступают условием самосознания, фиксированным противоречием как условием движения. В практике же самоотношения это порождает возможность быть - одновременно или последовательно - как тем, кого оценивают, так и тем, кто оценивает - что и порождает всю сложность и многообразие предмета самоотношения. То есть, самоотношение - это сложное структурное образование, оно включает характер непосредственного переживания опыта, соотнесенность, соответствие с принятыми индивидуально формами и правилами и ответственность за личное воплощение "себя", своей точки зрения, своей позиции или решения. Эти три позиции являются "полным циклом" функционального, самостоятельного отношения к себе.

Отношение к себе человека - это феномен сознания, которое, в свою очередь, как поле открывается целиком и сразу. Самоотношение выступает как неизбежный фрагмент структуры сознания и разворачивается в зонах значимой коммуникации. Вспомним, что поле сознания формируется в значимой коммуникации, взаимоотношениях, со значимыми взрослыми. Сутью этой коммуникации является то, что взрослый прерывает естественное исполнение организмических функций, становится посредником, устанавливающим сознательный способы поведения. Термин “посредник” означает то, что эти новые формы поведения устанавливаются в отношениях именно с кем-то, со взрослым сознательным, (социализованным, подключенным уже к “полю социализации”) существом, выступающим посредником социализации, “проводящим”, “подключающим” ребенка к этому полю. В возрасте младенчества и раннего детства происходит формирование зерна сознательной самости. Из всех участников социализации ребенок, конечно, последним узнает, что обращаются именно к нему [9]. Но в конце концов он это осознает, и начинает соотносить свой непосредственный опыт именно с собой. Разделение на “себя” и “не себя”, становится основой всех последующих дифференциаций (различений), которые являются прямым выражением сознания. Только с текущей позиции знания и ответственности мы можем быть осведомлены об этом в большей или меньшей степени. Таким образом, самоотношение является интегративной функцией психики, так как соотнесенность текущего опыта именно с “собой” позволяет найти “свое место” в потоке опыта, структурировать текущий опыт именно относительно “себя”. На основе самоотношения происходит построение индивидуальной линии поведения среди предлагаемых коммуникативных трактовок и оценок поведения человека.

Ребенок сует руку в костер, потому что ему интересно, но ребенок не знает последствий, последствия известны взрослому, являются феноменом его сознания. В самом действии ребенка содержится потенциал травмы, но знает об этом взрослый - и осуществляет регуляцию поведения ребенка на основании своего знания. Это знание уже есть целиком в момент начала действия, но оно не проявлено. Если оно не проявится через взрослого, то оно будет дано ребенку напрямую в его ощущении боли. Взрослый заботится о ребенке и не желает его разрушения, поэтому стремится не допустить этого опыта боли. Однако, если взрослый заботится о правильной передаче ответственности ребенку, то он все же даст ему испытать этот опыт в минимально разрушительной для ребенка форме (больно - а может быть еще больнее), обозначит этот опыт в коммуникации и познакомит ребенка с причинами и следствиями этого события, то есть развернет формат полного сознательного контакта ребенка с этим событием.

Рассматривая самоотношение как позицию интеграции текущего сознательного опыта, протекающего в сложном пространстве разнесенной ответственности сознательного действия, мы не можем выделить “объективно правильной” предметности самоотношения. Так как в каких-то ситуациях адекватна высокая самооценка, в каких-то низкая, а в каких-то - отсутствие какой бы то ни было явной оценки себя (как, например, в состоянии полной вовлеченности захваченности действием).

С точки зрения оценки самоотношения мы можем выделить личностную патологию на уровне заболевания невротического или психотического характера. Например, длительная низкая самооценка (самоотношение) является симптомом эндогенной депрессии, а завышенная самооценка может быть признаком какой-либо мании. Однако положительные определения пространства самоотношения возможны. Если мы смотрим на

этот процесс с точки зрения функции интеграции, то одним из условий успешной интеграции является принятие происходящего, согласие с ним. Определяющим признаком гармоничного принятия является переживание **субъективной свободы** момента принятия - своих желаний, долженствований и решений, и здесь основным вопросом является вопрос формы, в которой мы эти свои интенции можем принять.

До какого-то момента мы даже не думаем о том что нас кормят, далее мы можем это сознательно принимать. А а потом нам может стать стыдно кушать за чужой счет. Стыд - это невозможность принять "себя такого/такую". Соответственно на основании этой позиции мы не можем строить свою линию поведения, которая включает самоуважение. Однако, в какой-то момент мы можем оказаться в ситуации необходимости принять собственную беспомощность взрослого. Всё это - разные формы, разные уровни принятия своих интенций. Опыт жизни, который по-разному интегрируется на разных уровнях развития, на разных этапах жизни. Об этом подробнее поговорим в следующей части статьи.

Интеграция

В самом широком смысле понятие *интеграции* включает в себя объединение отдельных частей или функций системы, а также процесс уподобления или сближения, в результате которого части, ранее существовавшие сами по себе, образуют единое целое. Говоря об интеграции опыта в контексте образования самоотношения, мы выделяем аспект именно согласия человека на свой опыт, принятия, не-отторгающего совпадения с собственным опытом, полагания этого опыта своим на

глубинном уровне, что включает с необходимостью гармоничный этап освоения - . присвоения - этого опыта. *Успешная интеграция предыдущего действия, регулируемого в сознательном поле коммуникации, практически означает легкий, свободный переход в следующее действие, вовлеченность.*

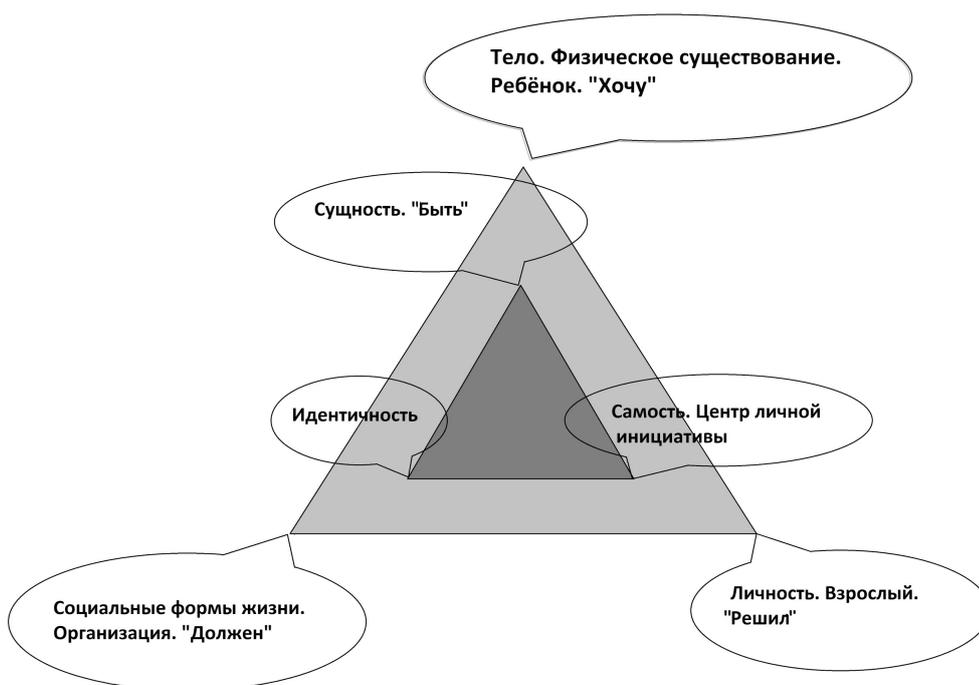
Например, “туалетное” воспитание ребенка происходит путем прерывания естественной формы удовлетворения потребности. Предлагается общесоциальная форма удовлетворения потребности. Целостность поведения живого инстинктивного существа была нарушена в процессе значимой коммуникации, направленной на социальное научение. Предлагается другой цикл удовлетворения потребности, связанный с сознательной регуляцией поведения. Таким образом самоотношение ребенка будет структурировано, а новый опыт интегрирован - через подтверждение результата этого поведения теми, кто это поведение запрашивает. В случае принятия результата, подтверждения успеха, ребенок переходит к следующему действию. Возможность свободного, полноценного вовлечения, являющееся основой функционального самоотношения, формируется в переходе к действию последующему, после момента принятия действия предыдущего.

Отношение к себе на первых этапах развития самоотношения, опирается на оценку “себя”, “самости” родителями, (с точки зрения принятости в отношениях), затем - с точки зрения норм и правил той бытийной ситуации, в которую человек погружен (оценка функциональности, соответствия), затем в идеальном случае самоотношение становится автономным явлением, человек располагает собой сам, оценивает, относится к себе сам, - и в этом мы видим суть гармоничного развития самоотношения человека. Интеграция уже происходит относительно “себя”, а не относительно агента

социализации, что в итоге проявляется как свободное, функциональное самоотношение, на которое можно опираться.

Описание целостного поля регуляции сознательного поведения

Каждый акт сознательного соотнесения с собой подразумевает соотнесенность с тремя линиями “оценки присутствия” (рис.1).



Общая схема позиций активации личностного присутствия выглядит следующим образом. В схеме два треугольника, которые отражают соответственно внешний и внутренний аспект источников активации. Внешний, видимый аспект - физическое тело, социальные требования и принятые решения. Внутренний аспект соответствует соотнесению себя с мотивационными силами и включает в себя субъективное переживание единства с телесным опытом, социальное чувство принадлежности, идентичности объемлющим структурам общества и чувство реальности

собственного существования, наличия “Я”, вытекающее из следования своим решениям. Гармоничное сочетание объективных и субъективных позиций порождает чувство смысла в индивидуальной жизни, создает ощущение целостности. Внутренний треугольник представляет собой аспекты и структуру самоотношения. Верхний угол - это переживание своего наличия в смысле ощущений. Левый нижний - это переживание себя в социальных отношениях, которое проявляется как пространство “должных” форм. Основа этого пространства - инструментальные навыки достижения цели (организации себя, предметные навыки). Если хочешь получить вот это, то необходимо делать вот так. Правый нижний угол на схеме, третья вершина треугольника - это переживание себя как источника личностной ответственной инициативы.

Для понимания структуры целостного поля регуляции сознательного поведения приведем такой пример из практики. Распространенная проблема, с которой приходится сталкиваться практически каждый день - отсутствие личной жизни, отношений у “самостоятельных”, “сложившихся” женщин. Первый этап помощи связан с коррекцией поведенческого паттерна контроля. “Успешная позиция” связана с необходимостью контролировать, чувствовать себя уверенно в позиции того, кто контролирует; такой тип контроля в отношениях неуместен, они гаснут на начальной стадии развития или не завязываются вообще. После того как проблема контроля осознана клиентом и он согласен с ней работать, проясняются эмоциональные блоки, связанные с опытом близких отношений в родительской семье и индивидуального опыта. Затем наступает интересный момент, связанный с потребностью наличия совершенно иного ”мужества быть”. Девушка как правило готовит себя к отношениям: платья, косметика, изучение иностранных языков, философии, психологии, кулинарного искусства и т.д. Но этим она

попадает в позицию “а полюбят ли меня и за что?” - и “что бы еще в себе изменить такое, чтобы меня всё-таки полюбили”. Потом оказывается, что улучшить себя можно бесконечно, задерживаясь в позиции ожидания, структурирующей самоотношение как “я завишу от того, на что могу повлиять только косвенным образом”. Обычно субъективно это воспринимается как конфликтная ноша, она является местом затраты ресурсов и служит маркером достаточно низкого самоотношения. В ответе на вопрос о том, что я действительно делаю, чтобы дотянуться, прийти в контакт с интересным человеком, ключевым является **мужество** задаться вопросом: кто **мне** нравится, кто **мне** интересен? Ну и, конечно, безопасность: насколько человек свободен для того, чтобы строить близкие отношения со мной - сколько такой свободы, свободы выбора, я могу ему предоставить. Тогда возникает открытость в отношениях, которая желаемая, будет адресна, направлена к конкретному человеку, и защищена. Именно на этом этапе мы обнаруживаем, что для ответа на эти вопросы необходимо все-таки выйти в **активную позицию**, третью вершину, из которой мы можем что-то решать по поводу наших чувств, нашей безопасности, умения обращаться с предметом.

В данном вопросе ориентация на реального человека всё-таки является неизменным условием для того, чтобы заметить в отношениях себя. Если контакт с Другим затруднен (причины могут быть как объективные, так и субъективные), то включается разворачивание фантазий по значимому поводу. Тогда другой человек, даже если он возникает рядом, становится поводом для продолжения фантазий, он не виден - и в то же время от него сложно отделиться, увидеть себя. Единственный выход заключается в том, чтобы как можно раньше начать соотносить свои чувства с реальным человеком. Таким образом становятся возможны более глубокие интеграции происходящего.

Пока мы взрослеем, точки оценки нашей неизбежной (в силу наличия отношений и сознания) соотнесенности, принадлежат всему объему, в котором структурировано индивидуальное сознательное присутствие. Любое сознательное, направленное действие имеет целостную структуру, оно отвечает на вопрос “что?”, “как?” и “зачем?”, даже если человек об этом не помнит или этого не осознает в данный момент.

Когда мы погружаемся в поле сознания - оно предоставлено нам все и сразу. Тем не менее, это не отменяет того факта, что в нашем развитии мы проходим несколько закономерных этапов освоения этого поля сознания - самосознания - ответственности. Младенец не знает о том, что он может умереть, об этом знают его родители. Восприятие родителями смерти во многом конституируется отношением к этому аспекту бытия у старшего поколения - дедушек, бабушек. Далее, в процессе нашего роста, меняется наше восприятие этого поля, меняемся мы сами под воздействием этого поля и этого меняющегося восприятия. Присутствие и ответственность неизбежно разносится между агентами социализации, причем на разных этапах нашего развития доля нашего сознательного присутствия и нашей ответственности - различна. На начальных этапах развития мы не несем ответственности за ключевые моменты нашего выживания, но потом, постепенно, происходит последовательное присвоение этой ответственности, которое на каждом из этапов имеет свои “тематические особенности”. За первичную установку сознания, - разрыв между инстинктивными и сознательными способами поведения - ответственность несут родители или те, кто выступает в их роли; успешность этого перехода определяется возможностью ребенка самостоятельно практиковать формы сознательного поведения. Происходит это следующим образом: задается единая бытийная ситуация, требующая наличия сознания и наличия субъекта сознания, и структурируется она именно через самоотношение.

Если есть самоотношение, то оно и проявляет наличие субъекта. Установка индивидуального сознания происходит, когда мама обучает ребенка “быть им самим”, носитель сознания возникает в процессе коммуникации. Сначала мама относится к ребенку, воспринимая его как коммуникативного субъекта, в результате чего и появляется “сам”, сначала как “он”, потом уже как “я” - актер, деятель, стоящий непосредственно в центре действия. Когда это происходит, ребенок начинает “относиться к себе сам” - получая свой опыт, оценивает свои действия, действия “себя как актора” с точки зрения тех правил, носителем которых является его идентичность (он присоединился), затем он обнаруживает, что у него есть своя жизнь, он ее реализует.

Про трансценденцию и свободу

Говорить об ощущении “свободы-несвободы” как о явлении мы можем, наверное, и у животных. Мы достоверно не знаем, что переживает лев в клетке - сердится ли он, что его не выпускают, боится ли хлыста - или как-то по-другому чувствует, что не свободен. Мы легко можем представить себе, что он смиряется с несвободой или привыкает к режиму раздачи пищи. Однако, когда слышим слова о том, что лев “тоскует по свободе”, мы понимаем, что такой перенос качеств происходит в сознании воспринимающего (человека, который видит льва в клетке), и уже в этом качестве вступающего в самостоятельные связи с другими понятиями, вызывающими мыслеобразы, заряженные эмоциями - с неизбежным соотношением с собой, своими ощущениями и переживаниями в данной ситуации, с оценкой себя с точки зрения представленности и формы данного качества. То есть, феномен восприятия “свобода-несвобода” выступает как аспект само-сознания; этот феномен (в противоположность “животному”, инстинктивному переживанию свободы-несвободы в

текущем моменте) относится исключительно к психике человека, входит в структуру личности как системообразующий фактор и выражает переживания субъекта. Именно в этом смысле “свобода” как понятие и как явление становится предметом исследования в психологии.

Каждый, наверное, сможет сказать что-то свое о свободе, нашим же постулатом является постулат о том, что свобода - основной ресурс личности. Сохранения себя как актора, того, кто действует, возможности располагать собой, своими решениями, опираться на это. Современные обстоятельства предлагают нам высокие требования относительно возможности выбора и активности. Иными словами, основным ресурсом личности является понимание человеком того, что он *свободно собою располагает*. Конечно, здесь мы сталкиваемся с вопросом уровня, качества интегративных процессов.

Свобода является возможностью расширения путем трансценденции. Конечно, затрагивая эту тему в своих рассуждениях, мы заходим уже на территорию философии. Особенно когда беремся оперировать такими категориями как свобода, вечность и их связь с возможностью индивидуальной, личной ответственности в этом мире. Но фактически, говоря, например, о “вечности-в-ощущении” мы имеем в виду простое переживание того, что в тот момент, когда мы вовлечены, мы свободны от саморефлексии и не думаем о времени. Время, конечно, есть, но для нас, субъективно, сейчас, его не существует, оно не актуально. Эти состояния вовлеченности структурируют предметы мира не как цели, а как средства прохода куда-то, присоединения к чему-то значимому, воплощения своей игры, творческого видения. В идеале мы пользуемся МИРОМ как набором инструментов для этих проходов (прорывов) в вечность - в наших отношениях, в нашем творчестве, труде, в наших желаниях при помощи ответственности и предметных навыков. Ответственность всегда завязывается как своя, именно поэтому она является высшим

интеграционным моментом для личности, моментом, обеспечивающим самоотношение как положение взрослого самостоятельного человека, находящегося в своем мире.

Таким образом, “сухим остатком” сказанного выше является следующее. Приходя в мир, мы погружаемся в сознание как целостное поле отношений со значимыми Другими. В них же происходит выделение “себя” как субъекта коммуникации. Базовым самостным переживанием, обеспечивающим “норму” является субъективное ощущение свободы, возможности трансценденции. Интегративная функция самосознания проявляется в новом совпадении с собой - в восстановлении целостности на новом уровне через возможность принятия соответствующей ролевой и предметной ответственности.

Очевидно, никто не берет на себя обязательств, которые не дают субъективного ощущения возможности присоединиться к чему-то важному, к тому, что интересует, что является неперенным условием хорошей интеграции, отражающейся в самоотношении. Трансценденция проявляется как центральное, наиболее сильное переживание. Мы попадаем в центр ситуации, вовлечены и становимся источником новой действительности. В переживании этого состояния нет времени; субъективное “время” возникает относительно (“ради”) этой точки. Это время существует как функция разворачивания ценности в мире. То есть, когда центральное переживание заканчивается, мы попадаем во время - чтобы воспроизвести это переживание, запускается механизм воплощения, через реалии мира и отношения с другим (другими). Именно эта позиция дает основания относиться к миру не как к набору более или менее бессмысленных условий, а к пространству решений и возможностей. Что, конечно, является основой жизни нормального человека. Индивидуальный, ответственный выход к столь желаемому для нас состоянию возможен только если

завершается, интегрируясь в самоотношение, полный цикл ответственности - за свое состояние и положение в мире. Этот выход связан с проживанием кризиса установления полноценной ответственности; это происходит на достаточно позднем этапе развития личности, что, тем не менее, вовсе не означает того, что состояния интеграции и “проходов” в вечность недоступны нам на предыдущих стадиях. Просто с точки зрения рассматриваемого нами параметра ответственности мы будем наблюдать большее или меньшее количество и качество факторов, обуславливающих это прохождение.

Для каждого возраста вечность (свобода) своя, свои доступные формы вечности. Свобода ребенка в том, чтобы быть любимым; свобода подростка - быть собой; свобода взрослого - быть собой с другим; свобода зрелого человека - это свобода быть с миром, быть реализованным в мире. Ниже мы будем это рассматривать предметно, разбирая системные кризисы развития форм индивидуальной ответственности.

Рассмотрим разные формы интегративного опыта. Тотальная свобода (как свобода от компаса и карты, от пищи и крыши над головой, от физического тела в конце концов, от сознания) является более легко достижимой, чем «тематическое» расширение. Расширение проходящее, действующее мир, материю, отношения. Уйти в вечность сейчас, переживая соприкосновение со своим Ребенком. Но так, чтобы внутреннее чувство говорило о спокойной завершенности всего, что начато. Вокруг этого мероприятия достаточно много дел, запускающих время. В ценностях, присоединяясь к смыслам, к смысловым полям, мы неизбежно стремимся к какой-либо вечности (погруженности, захваченности, экстатичности). Присоединение к вечности может

происходить разными путями. Мать, которая держит на руках ребенка - скорее всего присоединяется тем самым к своей вечности (хотя, возможно, конечно, всякое), к полю материнства - через свои чувства к ребенку, через нежность и заботу в понимании того, что она делает, в сознательном присутствии. Вечность пианиста за роялем на концерте - это уже пример послепроизвольного присоединения к вечности. Человек учился, работал, оттачивая свои способности. Теперь он выступает перед залом и одновременно выступает посредником между полем искусства и полем сознания людей, пришедших на концерт. Но для этого всем надо обладать навыками - как играющему в плане игры, так и воспринимающим музыку нужно быть включенными в контекст. Так, например, в сонате зафиксировано некое чувство, и это чувство будет переживаться в объеме готовности, подготовленности его воспринять. Мы все можем испытывать какие-то чувства, слушая, например, Вагнера, но совершенно другой опыт мы выносим из этого процесса, когда вступаем в обладание "культурным кодом", знакомимся со скандинавским и германским эпосом, постигаем этапы развития человеческой культуры, выходим на уровень именно германской проблематики, затем понимаем именно видение автора, его акценты, оформление базовых тем эпоса (темы соблазна золота, гибели богов и т.д.). То есть, становится возможным присоединение к вечности культуры через переживание формы созданной автором. Но и место Композитора в общем культурном контексте не стало таким само по себе, оно также является производным от того опыта воспринимающих, слушающих сознаний, людей, которые ранее подключились к этому полю и включили тем самым композитора в этот контекст на уровне активных воспринимающих слушателей. То есть, важным фактором в становлении искусства является творческая работа того, кто воспринимает это искусство, воспринимающего начала. Именно таким образом и возникает эта вечность-в-искусстве; вечность-в-

социуме, то есть постулируется объемное поле искусства, открывающееся нам в вечности сиюминутных, текущих восприятий, переживаний.

Вспомним с другой стороны историю триумфов римских полководцев, воплощающих предельную форму экстатических состояний, присоединяющих граждан к идее государства. Это значит, что человек настолько воплотил в своем поступке какое-то качество Всеобщего, что все живущие и присоединенные к этому же полю значимости не могут этого не чувствовать. Личное, индивидуальное, именованное, - на какое-то время становится проводником разных объемов всеобщего, и это признается всеми, кто воспринимает окружающую действительность так же, таким же образом. В этот момент зеркало личного поворачивается к зеркалу всеобщего, возникает вечность двух зеркал. То есть мы имеем дело с центральным, самостоятельным переживанием.

В заключение параграфа можно обратить внимание на следующее. Внутри системы существуют отношения между частями: принятию себя в отношениях предшествует право собой распоряжаться, которое опирается на спокойное принятие своих желаний. Эмпирически также замечено, что формы свободы, о которых мы говорим, могут быть организованы по парам (свобода ребенка быть любимым соотносится со свободой быть собой с другим; свобода подростка быть собой - со свободой зрелого человека быть с миром), и таким образом формируют в каждой из пар два независимых, но сообщающихся между собой уровня. В противоположность первой и третьей позиции, которые связаны скорее с искусством принятия, вторая и четвертая позиция представляют ценности самостоятельности, выделенности, возможности понимания своих решений и управления

ресурсами, где ключевой является индивидуальная ответственность, постановка внешних целей, выход в мир.

С точки зрения практики жизни, свобода и обусловленность представляют собой просто две разные линии образования личностного присутствия. Обусловленности проявляются как страхи, и, получив в процессе взросления некоторую возможность не принимать участие в ситуациях, которые не нравятся, люди бегут трудностей (как могут), но тогда их свобода настолько же мелка, насколько мелки их сознательные усилия что-либо воплотить. Чем ответственнее свобода, тем она безопаснее, и тем более есть за что себя уважать.

Описание системных кризисов. Формирование аспектов самоотношения. Предметность и характер интеграции

Общая ситуация

Включение позиций сознательного присутствия, организующего поведение, проходит через три системных кризиса. (рис 2)

1 Разрыв динамики инстинктивного поведения

2 Обнаружение необходимости самостоятельного утверждения "Я"

3 Принятие идеи собственной конечности



Представление о том, что личность развивается путем преодоления кризисов - является общенаучным и на этой точке зрения построены практически все психологические теории личности. Наиболее полно и широко цитируемой моделью формирования системы осознания ответственности является модель Э.Эриксона "Полный жизненный цикл" [20]. При всей эффективности данного подхода, целесообразным представляется несколько расширить поле возможностей психологического анализа поведенческих кризисов. В нашей концепции мы подчеркиваем, что кризисы остаются актуальными в любой точке организации сознательного поведения. [18]

Основным вопросом прохождения кризисов является характер тех механизмов, путем которых кризис фокусируется и регулируется. [17] С самого момента возникновения сознания и самосознания в активированном состоянии оказываются все три кризиса, а «взросление», собственно, и заключается в том, что субъект проходит процесс, результатом которого является присвоение себе активности, ответственности, в зоне «должен» и в

зоне «решил». Если мы говорим о сознательном способе регуляции поведения, то все три позиции представлены и работают одновременно, только с разными источниками ответственности, актуализированной через «посредника» в индивидуальной зоне развития субъекта. Все три кризиса активны в едином акте реализации сознательного управления, они распределены между участниками социализации по принципу осознания, коммуникации и позиций ответственности. Сознательный поведенческий акт неизбежно соотносится в единый момент времени с содержаниями всех трех кризисов.

Говоря кратко, каждое сознательное действие отвечает на три вопроса: “что?”, “как?”, “зачем?” В тот момент, когда при каждой сознательной деятельности все три ответа на эти вопросы даем мы сами, мы попадаем в зону полной личностной ответственности. Качество и функциональность ответов, естественно, могут быть различны. [17]

Первый кризис, о котором уже упомянули - связан с разрушением инстинктивной целостности, разрывом между инстинктивными и сознательными способами поведения. Второй кризис связан с установлением своего права решения в личной ситуации. Третий - с осознанным контактом с фактичностью, измеримостью и исчерпаемостью имеющихся ресурсов, начиная с наличия или отсутствия карманных денег - и заканчивая переживанием собственной конечности, смерти.

Объединение со своим “хочу” дарит нам ощущение наполненности жизнью. Выполнение своих обязанностей, долженствований - дает субъективное чувство идентичности, знание о том, кто мы такие в окружающем социуме. Реализация собственных решений на фоне “хочу” и “должен” - устанавливает сознательный контакт с субъективным переживанием самости в акте ситуативного личного решения: “сам решил”, утверждение себя в сознательной форме. Динамика третьего перехода - к сознательной смерти - связана именно с наличием и качеством тех

решений, которые мы предпринимали как “сами”, в качестве субъекта собственной жизни.

Качество прохождения кризисов обуславливает нашу успешность, функциональность, результативность как личности. Мы интегрируем мир, наш опыт мира, через себя, и феномен самоотношения как раз является отражением этой функции. Если мы интегрированы, то у нас есть наше присутствие, мы реалистичны, функциональны.

Кризис первого перехода. Ребенок

Этот кризис выражается в напряжении между естественными потребностями и социально - коммуникативными формами их реализации. Проходя через него, ребенок приобретает инструмент разрешения противоречия между инстинктивным базовым поведением и поведением “им” - агентам социализации. Его самоотношение на этом этапе - это отношения с ними, их отношение к нему, его - к ним.

На этом этапе развития самосознание принимает следующую форму. Младенец имеет телесные ощущения переживания (комфорт, дискомфорт), которые частично осознаются, названы посредником, который в том числе оказывает заботу и помощь в преодолении дискомфортных состояний, который также обращается к ребенку так, как будто тот все понимает и может с ним разговаривать. Вербальное обращение подтверждается прикосновениями и действиями, меняющими субъективное состояние маленького ребенка. Поведением ребенка управляют, устанавливая правила (“можно” и “нельзя”), регулярно соотнося происходящее в мире детеныша со словами и собственной оценкой - оценкой самости ребенка. Таким образом, отношение маленького ребенка к себе - это система оценок и действий родителей. Построения управляющей коммуникации прекрасно описаны Г.Бейтсоном. [2], [17] Кризис этого этапа в развитии самости

проявляет себя в качестве коммуникативных процессов, связанных с установкой индивидуального сознания и системы управления поведением. В случае дисфункциональности этой системы наблюдается низкая возможности разумного управления, повышенный фон тревоги (попытка контролировать то, что в принципе контролю не поддается - состояние мамы, например), низкой возможностью свободного вовлечения в игру. Минимален или отсутствует ресурс присоединения к рекреационным состояниям (покой, наполненность, безопасность). Отношение человека к себе на уровне низко дифференцированных восприятий целиком зависит от отношения к нему посредников. Положительное самоотношение на уровне этой феноменологии означает преимущественное отсутствие низко дифференцированной тревоги и возможности свободного течения интереса к внешнему миру.

Ось, на которой располагаются качественные критерии переживания самости, может быть задана следующим образом. На одном полюсе располагаются состояния, связанные с тревогой. Переживаний много, они дискомфортные, много “нельзя”, ребенок капризничает, его опять прерывают, он нервничает. На другом полюсе - установленный режим, внимательный уход, ровное состояние родителей. Все это поддерживает состояние спокойной вовлеченности ребенка в его занятия. Ребенок более свободен в проявлении своего интереса. “За спиной”, в той области, где о нем заботятся, - все хорошо. Можно посмотреть на игрушки. Это значит, что с мамой все хорошо и мама позволяет финализировать этот опыт.

Таким образом, первичная самость, восприятие и переживание себя, может быть более или менее свободным от тревоги, а свобода от тревоги обеспечивает более качественное вовлечение ребенка в происходящее вокруг. Что является надежным основанием для его развития. **Ребенок свободен, когда его любят.**

Обращая внимание на фактуру “детских” переживаний в структуре психики взрослого человека, можно отметить следующее. “Угол 1” (см рис 1), “ребенок” - актуализируется в тот момент, когда в системе появляется первичная соотнесенность с собой. Внутренний угол: содержанием этих переживаний является не фактура (хорошо, тепло страшно, расслабленно), а именно **характеристики** этих переживаний. Их тотальность, низкая критичность. То есть, важно не на что реагирует “ребенок”, а как он реагирует, каким способом. Мы узнаем “угол 1” как тотальность реакции, как то, что мы захвачены ею полностью. Чем тотальнее реакция - тем младше “ребенок”. То, что этот феномен “запускается” структурами сознания, можно увидеть в том, как мы реагируем на, например, увольнение с работы. В текущей ситуации, нам в общем тепло, сыто, и деньги еще есть, но на уровне реакций мы можем переживать панический страх, острую тревогу... То есть, сильное состояние, захватившее нас целиком. Тревога “ребенка” по поводу наличия ресурса. Следует отметить и положительные переживания. Переживание покоя, расслабленности, прикосновения, океанические чувства и ощущения. Это проход к вечности для формирующейся структуры личности, в котором также задействуется тотальность переживания.

Конечно, говоря о “детском” поведении мы можем говорить о различных феноменах зависимости, как объективной, так и манипулятивной. На манипулятивной зависимости основаны сложные коммуникативные игры, принятые в определенной семейной ситуации с целью “продавить” свое, на фоне множественных вторичных выгод, активирующих пассивно-агрессивную позицию. Однако, здесь скорее надо говорить о нарушениях ответственности в поле вертикальной управляющей коммуникации, чем о специфически “детском” поведении.

Подросток. Право на себя

В силу того, что агенты социализации относятся к ребенку как к “нему” - у него возникает потребность прояснения того, что значит “я”. Постепенное и последовательно прояснение “я”, его границ, его отличности от того, что могут хотеть и запрашивать “они” - приводит его в конце концов к тому, что является кризисом второго перехода. Актуальным становится сохранение собственной эффективности в достижении компромисса между “хочу” и “должен” - при обязательном условии наличия собственного решения.

Прохождение кризиса второго этапа порождает новое качество самоотношения с вопросом о том, “как и насколько я могу собой располагать”. В сознательном решении быть собой, отстаивать зону своего права собой распоряжаться, мы также восстанавливаем базовую целостность ориентации, совпадаем сами с собой в новом качестве. Обретенное таким образом право распоряжаться собой - это свобода подростка.

Когда ребенок взрослеет, становясь подростком, ему предлагают все больше ответственности, и он начинает испытывать это как давление на себя, на свою самость. В процессе социализации родители неизбежно особым образом выделяют того, к кому они обращаются, как все более и более сознательное существо, и в какой-то момент это выделенное обращение должно эволюционировать в осознанное “сам”, полагающееся на себя. В этом и заключается суть и движущая сила подросткового кризиса.

Положительное разрешение этого кризиса ведет к возможности самому выбирать свои задачи. Однако, первичная свобода - это “свобода от” - “просто так”, “ни для чего”, которая должна предшествовать “свободе для”

- “для чего-то”, “с какой-то целью”. Успешная интеграция означает, то, что силу обретает получение подтверждения от самого себя (и, конечно, сверстников в горизонтальных отношениях) - подтверждения того, что **“у меня получилось быть собой”**. Осознание необходимости фактического подтверждения этого права, осознание необходимости личной ответственности, представляет собой сложный и постепенный процесс передачи этой ответственности. Здесь мы могли бы сказать, что в первом прикосновении к теме самостоятельной свободы опыт переживается тотально и вызывает соответствующие чувства. “Смогу ли я, не смотря на все вот это, ...” - и тотальность требует подтверждения того, что смогу. В том случае, если на первом этапе развития самости в детстве наш опыт оказался скорее положительным (мы были свободными как дети), то тот материал, на котором подросток будет хотеть актуализировать свое право быть собой, окажется менее разрушительным и последующая ответственность будет опорой, а не преградой. **Гармоничная интеграция подростка - это подтверждение его права собой распоряжаться.**

В подростковом периоде с точки зрения развития самости мы имеем дело с предметностью социального порядка. Оценка подростка происходит относительно возможности этого подростка нести ответственность за определенный круг задач, сообразно моменту развития. Поскольку предъявление требования ответственности неизбежно выделяет того, к кому собственно обращаются, у подростка встает вопрос о собственном праве выбирать, какие вызовы принимать, а какие - нет.. Не забываем о том, что “свободе для” предшествует “свобода от”. Очевидно, желание подростка отгородиться от родителей, закрыть за собой дверь - не слишком высокая плата за то, что он или она примет свою жизнь и отстоит свое право на нее. Это основа уважения к себе, понятие и принятие того, что “я могу сам”. Также в этом приобретении “права на себя” присутствует нужная перспектива - быть кем-то, заслужить положительную оценку себя

как деятеля, получить результат. Взрослеющий подросток становится кем-то, в глазах окружающих и собственных глазах, получая результаты; такая цель требует соблюдения определенных правил. Таким образом формируется то, что мы назвали “идентичность”. Это структура самости, позволяющая иметь устойчивую систему взаимоотношений с окружающим социумом.

Говоря о ресурсах этого периода, следует отметить следующее. Свобода “закреть за собой дверь” присоединяет подростка к “вечности своего решения”, что выражается в его бесповоротности, в решимости настоять на своем, что бы ни говорили окружающие; в чувстве собственного достоинства, которое ведет к тому, что можно выступать в горизонтальных отношениях со сверстниками с позиции “я могу”, “я смог”, “я в себе уверен”. Это ведет также к самостоятельному ощущению принятости референтной группой сверстников. Поддержка и разумное управление процессами передачи ответственности со стороны родителей может значительно сократить период необходимого подросткового “доказательства себе и другим” и присоединить к ощущению перспективы от участия в сложных социальных действиях, ведущих к определенным целям, к длинным, перспективным для самости стратегиям поведения, расположенным во времени и требующим социального сотрудничества. **В идеальном случае подросток свободен, если он может закрыть за собой дверь, и ощущать перспективу в том, чтобы кем-то быть.**

Самостные структуры ранней взрослости. Юность

Следующий возраст ставит другие задачи. Кризис третьего перехода сосредоточен в позиции “свобода оставаться собой, будучи в отношениях”. Это, конечно, еще более сложное искусство, чем умение быть собой, полагаться на себя. Здесь мы сталкиваемся с тем, что при наличии

близости, сопоставимой с нашими глубокими интимными отношениями с родителями в детстве, все же человек, находящийся с нами рядом - это самостоятельное существо, отличное от родительского.

Происходит установление личных, интимных отношений, образование пары - в опоре на сформированные стратегии социализации. Этот уровень развития самости относится к удовлетворенности (или неудовлетворенности) жизнью в области близких отношений и получению результатов от самостоятельной жизни как в интимном, так и в социально материальном смысле. Вторая позиция, социально материальная, будет настолько менее проблемной, насколько в предыдущем этапе сформировалась устойчивая перспектива идентичности, дающая свои плоды. В области близких отношений есть задача разделения глубоких переживаний, сексуального, эмоционального, межличностного характера. Это практика выстроенной совместной ответственности за отношения. определение их формата и глубины. В целом мы можем судить об успешности этого периода по чувству субъективной удовлетворенности происходящим. Самостное умение "быть собой с кем-то" напрямую зависит от способности "быть собой самим"; если этой способности нет на глубоком уровне, то нет ни возможности раскрыться в отношениях самому, ни получить от другого достаточную степень открытости [18]

Отрицательная динамика этого периода выражается в переживании отсутствия личной перспективы в текущих идентичностях и отношениях. Однако сложностью является то, что мы имеем дело с уже установленными системами отношений. Неудовлетворенность требует их менять, но это требует наличия "себя" и наличия "другого", а также желания прийти к общему решению. Есть мои переживания, представления, есть переживания другого; есть представления о себе у меня - и представления обо мне у другого, есть представления мои о другом в этих отношениях, есть его представления обо мне. Общее решение - это то, что является точкой

структурирования будущего мира и является результирующим интеграции опыта жизни, который, по прохождении через эту точку, может восприниматься исключительно как “наш”, как единое целое, которое не равно уже сумме составных частей. При невозможности такой интеграции, общего решения, вступают в силу различные компенсаторные механизмы. Происходит формирование пассивно агрессивной позиции, которая удерживает отношения в ситуации кризиса, не давая возможности произойти изменениям. Формирующаяся в результате самостная позиция отличается субъективным ощущение безнадежности, отсутствием субъективно переживаемой перспективы в межличностных отношениях. Кризис сосредоточен в отсутствии или наличии возможности прийти к единому решению. **Успешная интеграция на этом этапе означает “быть собой с другим”, иметь удовлетворяющие отношения.**

Кризис третьего перехода. Проблема включения личностно активной позиции

Рассматривая установление и усложнение форм активности, в первом приближении, мы можем видеть следующее. За моментом рождения следует погружение будущего человека в пространство коммуникации. Затем происходит регулирование поведения на основании некоторых предъявляемых ему норм и правил. Успешная установка сознания подразумевает возможность ребенка вести себя в соответствии с этими нормами и соответствующую идентичность. Ребенок знает, кто он такой. Однако он не является инициатором, источником этих правил. ответственность принадлежит не ему.

На ранних этапах развития такое положение вещей является оптимальным,

но в ситуации взросления неизбежно встает вопрос о регулировании поведения на основании собственных выборов, что подразумевает индивидуальную ответственность. В зависимости от особенностей формирования поля сознания индивидуальной ответственности, эта ответственность субъективно может быть построена либо на стремлении к собственным целям, либо на сопротивлении правилам, задаваемым посредником на первом этапе. Сопротивление правилам в преимущественном отсутствии установления собственного поля целей означает экзистенциальный кризис.

Таким образом вопрос о том, в каких коммуникативных актах непосредственно устанавливается форма сознания - поведения, является системообразующим для индивидуальной формы сознательной ориентации. Если регуляция поведения происходит путём личностной оценки и угрозы значимым отношениям, то самостоятельный контакт с реальностью проблематичен и осуществляется через управляющую фигуру-посредника [16], [18]. В таком случае переход к личностно активной позиции затруднен. Вместо реального поиска решения и выхода из ситуации человек склонен к активному или пассивному выяснению отношений с посредниками, фактической передаче ответственности. Выход предполагает включение личностно активной позиции [16], что подразумевает необходимость включения индивидуального отношения к долженствованию как к инструменту сознательной реализации себя. В противном случае феномен долженствования начинает закрепляться в сознании как нечто негативное, как ограничение, которое препятствует развитию, и поэтому должно быть сломано. Вместо того, чтобы направлять энергию на реализацию при помощи установленных рамок, мы ее тратим на конфликт с системой социальных отношений, что и ведет к распространенному сейчас феномену пассивно агрессивной позиции по

отношению к реализационным правилам [15]. Мы можем занимать эту позицию, конечно, не только по отношению к правилам и нормам, но им относительно нашей возможности испытывать удовлетворение во всех других зонах нашей жизни. Своя проблемная структура может проявляться в парных отношениях, отношениях с собой. Относительно всех кризисных точек. Соответственно отношение к себе будет отрицательным. И человек неизбежно будет искать более простые интеграции, связанными с более примитивными способами поведения.

В том случае если нас не устраивают примитивные интеграции, мы оказываемся перед необходимостью индивидуального выбора. Этот выбор осуществляется всегда на материале сформированных посредниками предписаний - путем выстраивания уже собственных метакоммуникативных слоев. В случае гармоничной передачи ответственности человек скорее будет занят вопросом о собственных целях, нежели выяснением отношений с посредником по поводу своего права ему не подчиняться. [18] В таком случае личностная активность приобретает необходимые опоры как в свободе индивидуального выбора, так и в пользовании правилами реализации, позволяющими прийти к собственной цели. То есть правила становятся не препятствием, которое надо преодолеть, а опорой, средством реализации себя, при наличии свободного выбора области реализации. Только в случае **разрешения противоречия между зависимостью от других и самостоятельным поведением** мы можем говорить об успешном прохождении второго кризиса в динамике развертывания индивидуальной активности. И мы будем готовы принимать напряжения третьего кризиса, который, как мы помним, связан с пониманием собственной конечности.

Понимание человеком финальности происходящего лично для него и определение исходя из этого всей совокупности целей и устремлений.

Это ответ, с одной стороны проблематике предыдущих двух кризисов. Я решаю, что делать со своими тотальными переживаниями, со своим “хочу”, со своим “должен” - при помощи своего ответственного решения. Это положение лежит в основе требования включения индивидуальной ответственности, которая, в силу наличия сознания, направлена не только в прошлое, к тому что уже есть, случилось, но и в будущее, к тому, чего еще нет. Третий кризис может быть пройден удовлетворительно, не порождать чувство отчаяния и безнадежности перед лицом окончания индивидуального существования в том случае, если человек присоединен, всей своей предшествующей жизнью, к переживанию того, что **его жизнь им не заканчивается**. [16] Этот опыт, зафиксированный в самоотношении, поддерживается на предыдущих этапах успешной трансценденцией, связанной с отношениями с другими людьми, вовлеченностью в игру, выполнением больших и сложных задач, достигаемых только в сотрудничестве. Я есть тот, кто не заканчивается предметами, отношениями, фактами, всем тем, что я могу себе помыслить. Я свободен в себе, а это значит - везде.

Заключение

Говоря о конкретных формах и проявлениях обучения сознательным формам поведения, отметим, что каждое желание имеет свою перспективу в виде возможности удовлетворения. Однако в человеческой ситуации это удовлетворение может выражаться в той или иной форме. Мы неизбежно сталкиваемся с фрустрацией натуральных форм поведения, и в этом суть воспитания, и эта фрустрация открывает нам возможность присоединения к человеческим, сознательным формам поведения, так как трансценденция в сознательных формах поведения осуществляется иными путями. Создание других, сознательных человеческих форм трансценденции, включает сознание и культуру поведения. В самом общем смысле - при регуляции

поведения ребенку не говорят “ты плохой”, а говорят “это нельзя”, “это можно”, “это можно при условии, что...” и т.д. Отрицательная оценка себя - дисфункциональная форма регуляции поведения - это отношение “ты плохой”. Она не трансцендирует, не переводит к контакту с окружающим миром, а оставляет замкнутым в круге самооценки “я хороший - я плохой” [2].

Человек может переживать себя вынужденным совершать те или иные действия, быть объектом влияния внешних сил, - либо ощущать себя субъектом собственной направленной активности, переживать ощущение “свободы себя”, свободы вовлеченности, свободы трансценденции. Это мы, вслед за Х.Кохутом, называем сильной самостью [7].

В самоотношении мы видим прямое выражение субъекта, наличие того, кто относится к текущей предметности именно таким образом. В этом качестве самоотношение лежит в основе последующего поведения. И именно в этом качестве, организации поведения, субъект, как явление, и субъектное, как категория, приобретает качество объективности, выступает как явление, которое мы можем наблюдать и о котором можем судить, что называется, “со стороны”, делая выводы о структуре и качествах субъекта, проявляющих себя в многообразной категории отношения.

В соответствии со взрослением мы переживаем различным образом структурированные напряжения, являющиеся фактурой нашего бытия. И каждая из ситуаций должна иметь “выход” на все аспекты нашего сознательного присутствия. Эти линии соотнесенности присутствуют в более или менее открытом состоянии как возможности трансформации этой ситуации. Наличие сознания открывает в каждом случае возможность выбора, и, в случае осознания выбора, выбор не выбирать тоже является выбором. То есть, каждая ситуация раскрывается не только в то, что есть, но и в то, что для нас это могло бы значить, какие перспективы у этого события возможны при том или ином выборе, насколько мы активны или

реактивны в ситуации, какую ценность мы утверждаем своим выбором, и *кто* именно утверждает.

Восстановление целостности - это достижение непротиворечивости объема опыта. Самоотношение представляет собой момент интеграции сознательного опыта с точки зрения “присутствия себя”. Успешная интеграция означает реалистичную и функциональную личную позицию по отношению к вызовам окружающей действительности. Проблемы в интеграции ведут к нарушению целостности восприятия вызова действительности, человек начинает зависеть от своих страхов и надежд, что выводит его поведение за рамки адекватной функциональности. В самом широком смысле успешная интеграция - это ощущение возможности функционально отвечать напряжению вызовов - как лично, так и с чьей-либо помощью.

Самость описывается нами через понятие самосознания и самоотношения. Концепция самооценки как вынужденного разделения на субъект и объект, с нашей точки зрения, является частным случаем развития отношения к себе и свидетельствует скорее о нарушениях в ходе этого развития, о невозможности трансценденции. Используя понятие самоотношения, мы определяем норму самостных состояний как возможность трансценденции, состояние субъективного переживания свободы.

Список литературы

1. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. Спб.: Питер, 2002. 288 с.
2. Бейтсон Г., Джексон Д.Д., Хейли Дж., Уикленд Х. Дж. К теории шизофрении. - М.: Московский психотерапевтический журнал, 1. 1993.

3. Brentano Ф. Избранные работы. М.: Дом интеллектуальной книги, Русское феноменологическое общество, 1996.- 176 с.
4. Вертгеймер М. Продуктивное мышление. — М.: Прогресс, 1987.
5. Гуссерль Э. Идеи к чистой феноменологии и феноменологической философии. Книга 1. Издательский дом: Академический Проект. 2009
6. Дункер К. Качественное (экспериментальное и теоретическое) исследование продуктивного мышления // Психология мышления. — М., 1965. — С. 21—85.
7. Кохут Х. Восстановление самости. — М.: «Когито-Центр», 2002.
8. Неймарк, М.З. К вопросу об экспериментальном исследовании направленности личности / М.З. Неймарк // Вопросы психологии : девятый год издания / Ред. Б.М. Теплов, В.Н. Колбановский, Сохин Ф.А. . – 1963. – №1 январь-февраль 1963. – с. 3-13.
9. Папуш М.П. Психотехника экзистенциального выбора. - М.: Институт общегуманитарных исследований, 2001. – 544 с.
10. Рубинштейн С. Человек и мир. Спб.: Питер. 2012. 224 с. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. Спб.: Питер. 2008. 398 с.
11. Хефферлин Р., Перлз Ф., Гудмен П. Практикум по гештальттерапии. Изд-во Института Психотерапии, 2007. 240 с.
12. Чудновский В., Славина Л. Трудные дети. М.: МОДЭК, МПСИ. 2002. 432 с.
13. Сайко Э. В. Самоотношение как уникальная способность человека и условие его человеческого самоосуществления (самоопределения, самопознания, самоактуализации и т.д.) // Мир психологии 2005. №3, С. 3-10.

14. Столин В.В., Пантеев С.Р. Опросник самооценки // Практикум по психодиагностике: Психодиагностические материалы. М.: 1988. С. 123-130.
15. Тимофеев Д.С., Василькова Е.А. Личностная активность в иерархических системах. Мир психологии - in print
16. Тимофеев Д.С., Василькова Е.А. Источники активности. Мир психологии - in print
17. Тимофеев Д.С. Динамики психических трансформаций. - М.: Московский психолого-социальный институт, 2007. - 128 с
18. <http://www.transactional-analysis.ru/script/105-other> Тимофеев Д.С. Идея "другого" и сценарные решения.
19. Boss, M., Psychoanalysis and daseinsanalysis. New York, Basic Books. 1963.
20. Erikson, E. H. Life History and the Historical Moment. Norton; 1st edition (1975) .283 p.
21. Perls F.S. Gestalt therapy verbatim. Bantam books-psychology. Bantam psychology., Real People Press, 1969. 279 p.

