

# ПОНИМАНИЕ И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ ЧЕЛОВЕКОМ ЛИЧНОГО ОПЫТА СВОБОДЫ И ЗАВИСМОСТИ

Чернобровкина В.А.

**Чернобровкина К. Розуміння та інтерпретація людиною особистісного досвіду свободи та залежності**

*У статті здійснюється аналіз феномена внутрішньої свободи і залежності людини в категоріях особистісного досвіду. Розглядаються підходи до аналізу процесів і механізмів розуміння й інтерпретації особистого досвіду свободи і залежності в ході розвитку особистості. Зміст феномена внутрішньої свободи аналізується в контексті когнітивних утворень, з яких складається його ментальна модель.*

**Ключові слова:** внутрішня свобода, залежність, особистий та особистісний досвід, ментальна модель.

**Чернобровкина Е. Понимание и интерпретация человеком личного опыта свободы и зависимости**

*В статье осуществляется анализ феномена внутренней свободы и зависимости человека в категориях личностного опыта. Рассматриваются подходы к анализу процессов и механизмов понимания и интерпретации личного опыта свободы и зависимости в ходе развития личности. Содержание феномена внутренней свободы анализируется в контексте когнитивных образований, из которых состоит его ментальная модель.*

**Ключевые слова:** внутренняя свобода, зависимость, личный и личностный опыт, ментальная модель.

**Chernobrovkina E. Understanding and interpretation of human personal experiences of freedom and addiction**

*In the article the analysis of the phenomenon of internal freedom and dependence of man is carried out in the categories of personality experience. Going is examined near the analysis of processes and mechanisms of understanding and interpretation of the personal experience of freedom and dependence during development of personality. The table of contents of the phenomenon of internal freedom is analysed in the context of cognitive elements which his mental model consists of.*

**Key words:** internal freedom, dependence, personal and personality experience, mental model.

**Постановка проблеми.** Последние два десятилетия в развитии психологии отмечены особым интересом к человеку как существу, обладающему способностью к саморазвитию и самотворчеству, авторскому построению своей жизни, к проявлению свободы в процессе своего становления и существования (С. Рубинштейн, К. Абульханова, Д.

Леонтьев, В. Слободчиков, В. Татенко и др.). При этом в философской и психологической литературе дифференцируются *внешняя* свобода, или *свобода от*, которую может предоставить человеку среда, общество, и внутренняя, – свобода для, которой он способен овладеть и воспользоваться сам (Г. Балл, И. Ильин, Э. Фромм). Относительно последней используется также понятие *личностной*, или *психологической свободы* [2]. Если внешняя свобода является предметом социальных наук, то внутренняя – изучается в психологии.

**Анализ последних исследований и публикаций.** В современных психологических подходах доминирует взгляд на свободу как на *функциональную* характеристику, определяющую общий «принцип» функционирования психической активности, который заключается в *самодетерминации*, т.е. *в сознательном, рефлексивном определении и регулировании субъектом содержания, направления и процесса собственной активности (поведения, деятельности, жизнедеятельности) на основе внутренних мотивационных, целевых и ценностно-смысловых факторов при опосредованном влиянии внешних условий, вследствие чего активность является относительно независимой от них* (С.Л. Рубинштейн, Д.А. Леонтьев, В.А. Петровский, В.И. Слободчиков и др.).

Так понимаемая свобода определяет онтологию существования человека как самоопределяющегося, способного к построению особых отношений с миром, границы взаимовлияния внутри которых определяются и устанавливаются им. В этом же смысле свобода определяет родовую сущность человека, в силу чего он «обречен на свободу» (Ж.-П. Сартр), «свободен по принуждению» (Х. Ортега-и-Гассет). Однако свобода проявляется не в каждом «индивидуальном бытии» (Г.А. Балл [1]), поскольку не любой человек «присваивает» ее как принадлежащую ему «по праву рождения». Важную роль играет история становления личности, которая связана с процессом приобретения личностного опыта – либо опыта свободы и автономии, либо несвободы и зависимости.

**Цели статьи.** Наше исследование направлено на изучение личностной, внутренней свободы человека в контексте феноменологического подхода.

Мы исходим из того, что опыт свободы-несвободы-зависимости есть у любого человека, и полагаем, что он составляет одну из стержневых структур личностного (и субъектного) опыта, т.к. содержит репрезентации, отвечающие за важнейшие свойства интенционального, действующего Я. Нас интересует, каким образом происходит формирование – понимание, интерпретация и реинтерпретация – этого опыта в личной истории человека.

Поэтому поиск подхода, на основе которого можно исследовать свободу человека в категориях опыта, не остановил нас на ее функциональном толковании, где она определяется с позиции внешнего наблюдателя. Для нас важно, чем она является для самой личности, каким образом и через какие внутренние процессы или состояния она воспринимается, понимается и переживается ею.

**Изложение основного материала.** В этом контексте важно обозначение свободы как *состояния*, которое можно испытать, пережить. Д.А. Леонтьев говорит о ней как о некоем базовом состоянии, относящемся «более к возможности, чем к акту ее осуществления... Если я испытал свободу, то тем самым уже обрел ее» [7, с. 16-17]. Этот аспект свободы (возможность быть переживаемой, испытываемой через внутренние состояния) позволяет представить ее в качестве психического феномена.

Понятие психического феномена, обоснованное Э. Гуссерлем, определяется как *переживание* субъекта, существующее в единстве процессуальных и смысловых характеристик и раскрывающееся самому субъекту в акте внутренней фиксации определенного смысла, то есть в форме переживания «чего-то» [4]. Исходя из этого, свобода как психический феномен может быть представлена во внутренней жизни личности в виде смысловых процессов (переживаний, осознаний) и смысловых образований (представлений, убеждений) личности.

Важным является вопрос о психологической категоризации этого феномена, т.е. определение того, какие психологические понятия могут быть использованы для описания процессов, механизмов и соответствующих психических структур, представляющих феноменологический аспект личностной свободы. Двигаясь в этом направлении, мы пришли к ее пониманию как *смыслового переживания личности своими отношениями с миром, другими людьми и собой*.

Выбор понятия *смыслового переживания* основывается на анализе Л.С. Выготским переживания как единицы сознания, в которой отражается отношение человека к тому или иному моменту действительности, поскольку любое переживание является переживанием чего-то [3, с. 382]. Л.С. Выготский вводит также термин «*смысловое переживание*», понимая под ним обобщение переживаний. Поэтому, когда мы определяем внутреннюю свободу как феномен смыслового переживания человеком своих отношений с миром, мы понимаем ее, во-первых, как более или менее устойчивую характеристику личности, рассматриваемой в контексте этих отношений, и, во-вторых, как переживание, которое имеет свою «смысловую ткань» и поэтому может производиться в той или иной конкретной ситуации.

Термин «смысловое переживание» используется в психологии не часто, хотя многие авторы указывают на связь понятий «смысл» и «переживание». По мнению Ф.Е. Василюка, например, *переживание* может быть раскрыто как специфическая *деятельность смыслопорождения*, преобразования глубинных структур личности. Он говорит о переживании как об «особой работе по перестройке психологического мира, направленной на установление смыслового соответствия между сознанием и бытием, общей целью которого является повышение осмысленности жизни» [2, с. 30]. Результатами деятельности смыслопорождения, как мы полагаем, становятся смысловые образования разного уровня вербализованности и осознанности – образы, предвосхищения, убеждения, личностные ценности, которые, интегрируясь, становятся структурами личностного опыта. Сама эта деятельность протекает в единстве аффективной и когнитивной сторон; она осуществляется в пространстве диалога, являющегося – в широком его понимании – исходным условием человеческого сознания и самосознания.

Будучи смысловым переживанием, внутренняя свобода является достоянием личностного опыта. Процесс ее интеграции в личностный опыт (это процесс перехода от повторяющихся переживаемых состояний к смысловому переживанию) связан с механизмами понимания и интерпретации [14]. В этой связи следует указать на дифференциацию личного и личностного опыта, предлагаемую Н.В. Чепелевой. *Личный* опыт – это дорефлексивная составляющая сознания, на основе которой без переработки и осмысления происходит фиксация и «автоматическое» присвоение человеком тех или иных жизненных ситуаций. *Личностный опыт* является более сложным образованием; именно он определяет поведение человека, восприятие и понимание происходящего. Единицы личного опыта – события – подлежат обработке, в результате которой формируется личностный опыт. Н.В. Чепелева выделяет несколько механизмов интерпретации личного опыта и преобразования его в личностный. Механизм *семиотизации* представляет собой выделение и упорядочивание ситуативных смысловых единств в результате переживания и осмысления реальных жизненных событий. *Нарративизация* заключается в вербализации выделенных смыслов и их выражении в форме историй, рассказов о тех или иных жизненных событиях. Механизм *рефлексии* позволяет повысить уровень осмысления произошедших событий, интерпретировать их в плоскости психологических, а не житейских, смыслов. *Концептуализация* позволяет кристаллизовать опыт в виде «теоретических» положений, схем, концептов, т.е. в виде явно выраженных когнитивных структур [14].

Мы полагаем, что внутренняя свобода, рассматриваемая в качестве феномена смыслового переживания, образует важную (в функциональном и смысловом отношении) часть структуры личностного опыта человека. И здесь встает вопрос о трансформации первичного опыта переживаемых состояний, относящихся к смысловому контексту свободы-несвободы-зависимости, в опыт личности, содержащий продукты осмысления, интерпретации и концептуализации. Прежде всего, нас интересует, каким образом происходит семиотизация того или иного испытываемого человеком состояния как переживания внутренней свободы (или, соответственно, переживания несвободы, зависимости).

Поиск понятий, на основе которых внутреннюю свободу можно представить как переживание, имеющее свою семиотическую ткань, привел нас к когнитивно-психологическим концепциям, которые изучают смысловые основы опыта человека. Ключевыми в этих концепциях являются положения о том, что в основе опыта любого человека лежат ментальные (когнитивные) образования, называемые «базисными убеждениями» (А. Бек), «моделями» (Дж. Боулби, К. Крейк и др.), «репрезентациями» (Ж. Пиаже), «конструктами» (Дж. Келли) [8]. В целом, названные понятия рассматриваются как близкие, однако их можно дифференцировать по таким критериям, как уровень осознанности, возможность вербализации, представленность на языке образов.

Понятие *модели* является наиболее широким; *репрезентации*, *конструкты* и *базисные убеждения* могут рассматриваться как ее компоненты. Ментальная модель – это целостная, упорядоченная система глубоко укорененных предвосхищений, обобщений, картин и образов, которые определяют понимание человеком мира (К. Крейк, цит. по [13]). Она функционирует как *интерпретационный фильтр*, через который проходит восприятие ситуаций, событий и т.д. (М.Л. Смутьсон [10]). Понятие «ментальная модель» близко понятию «мировоззрение», однако они отличаются, т.к. ментальная модель практически не осознается, хотя сама принимает участие в понимании и оценке событий и явлений, а мировоззрение – это совокупность осознанных представлений, которые могут быть вербализованы. Если говорить о них как о структурах опыта, то ментальная модель соответствует, вероятно, уровню личностного опыта, который образуется посредством семиотизации и нарративизации, а мировоззрение – посредством рефлексии и концептуализации.

На этой основе мы строим предположение о том, что *внутренняя свобода человека составляет интегративную структуру опыта личности, связанную с определенной ментальной моделью и мировоззренческими образованиями*, а когнитивные элементы этой структуры

содержат те «единицы смысла», которые образуют феномен внутренней свободы как смысловое переживание личностью своих отношений с миром, людьми и собой.

Истоки формирования этой структуры представлены в концепции Дж. Боулби, соединяющей в себе психоаналитическую и когнитивно-психологическую ориентации [16]. Боулби вводит понятие *внутренней рабочей модели* для описания онтогенетически первичных смысловых образований, формирующихся у детей 1-2-го года жизни. В процессе накопления опыта взаимодействия с другими людьми ребенок конструирует модель важнейших аспектов мира, на основе которой он воспринимает и интерпретирует происходящее. Понятие модели автор рассматривает в связи с проблемой формирования близких эмоциональных отношений (привязанности), потребность в которых занимает центральное место в развитии ребенка. Поскольку удовлетворение этой потребности обеспечивает получение защиты и заботы, необходимых для выживания, то именно ее содержанием очерчен круг *первичных смыслов* – пока очень простых и поэтому доступных ребенку, – в пределах которых он «истолковывает» происходящее с ним.

В структурном отношении рабочая модель состоит из моделей себя и близкого человека, которые неразрывно связаны и комплиментарны. Модель себя определяется тем, как «меня» воспринимает объект привязанности, а модель Другого – его принятием «меня» и той эмоциональной поддержкой, которую он способен оказать. Комплиментарность этих двух моделей заключается в том, что свойства Я и Другого логически вытекают друг из друга. Скажем, для обиженных, нелюбимых детей Я выступает как не заслуживающий любви и внимания окружающий объект, а объект привязанности – как требовательный, запрещающий и жестокий [9]. Оптимальная рабочая модель формируется у детей, родители которых заботятся о них, откликаются на их нужды и в то же время поддерживают самостоятельную активность и автономию ребенка.

В процессе возрастного развития рабочие модели становятся все более устойчивыми и практически не поддаются сознательному контролю. Поэтому первичная рабочая модель становится прототипом взрослой ментальной модели, в которой свойства мира с большой вероятностью будут воспроизводить свойства объекта ранней привязанности. Боулби доказывает, что если ребенок рассчитывает на откликаемость, поддержку и защиту со стороны объекта привязанности, то он способен свободно проявлять себя в исследовательской или любой другой активности, и это значит, что *свободная самореализация не только ребенка, но и взрослого человека возможна при базовом чувстве доверия к миру, или базисном убеждении в его надежности.*

Поскольку в основе рабочей модели лежит прошлый опыт отношений, важнейшую роль в ее становлении играет система памяти. Глубинная память сохраняет образы и образцы поведения, которые постоянно повторяются в ситуациях взаимодействия, в результате чего складывается некий обобщенный образ поведения при взаимодействии с близким взрослым. *Семантическая* память включает обобщенные представления о структуре отношений и об отношениях с конкретными людьми, выраженные в вербальной форме. Выделяется также *эпизодическая* память, которая сохраняет конкретные случаи из жизни, значимые эпизоды, которые могут фиксироваться как визуально, так и вербально [9].

О.Е. Смирнова пишет о том, что теория привязанности Дж. Боулби помогает сделать шаг к пониманию *невербального «языка»* *глубинного слоя сознания* [9], что согласуется с нашими представлениями о влиянии ранних, довербальных репрезентаций опыта отношений человека с другими людьми на формирование в структуре его личного опыта смысловых образований, связанных с феноменом внутренней свободы (или зависимости). В отношениях привязанности ребенок изначально зависим, поскольку возможность удовлетворения его основных потребностей находится во власти взрослого. Таким образом, первый опыт отношений в жизни человека – это опыт зависимости, симбиоза, в котором, вместе с тем, содержится и возможность формирования опыта достижения желаемого, опыта власти (т.е. управления миром посредством доступных ребенку средств, например, сигналов крика и др.) – при условии, что забота и поддержка, в которых он нуждается, доступны и гарантированы. Следовательно, рабочая модель ребенка аккумулирует в себе как опыт переживания зависимости, так и опыт переживания себя в качестве причины происходящего с ним. Таким образом, первичный опыт переживания свободы-несвободы-зависимости человек приобретает очень рано – еще в тот период, когда только начинает познавать мир и себя; этот опыт фиксируется в глубинных слоях сознания. Формирование смысловой «ткани» такого опыта связано с ограниченными возможностями интерпретации ребенком воспринимаемых событий. И если все изложенное позволяет нам говорить о специфическом механизме «невербальной» семиотизации, продукты которой «оседают» в глубинном слое сознания, то более сложные механизмы – нарративизация, рефлексия и концептуализация – пока не принимают участия в этом процессе.

Ограниченность способов интерпретации и фиксации раннего опыта приводит к тому, что состояния свободы, несвободы или зависимости, испытываемые человеком в последующие периоды жизни, могут вос-

производить эмоционально-смысловые переживания, содержащиеся в глубинных фрагментах раннего опыта, которых он не помнит и поэтому не осознает. Если учесть когнитивную незрелость, несформированность речи и особую аффективность ребенка первых лет жизни, то можно говорить о том, что обобщения, которые он делает при семиотизации этого опыта, могут содержать «когнитивные ошибки» (А. Бек) и приводить к формированию так называемых «иррациональных верований» (А. Эллис) [8]. В этом, как мы думаем, заключается причина формирования ригидных ментальных моделей, лежащих в основе паттернов зависимости, несвободы или «иллюзии свободы» ("власти" над миром). В то же время, «незрелость» средств интерпретации раннего опыта повышает возможность трансформации ментальной модели при реинтерпретации человеком своего опыта в последующих возрастах на основе использования адекватных и зрелых мыслительных процессов. Последнее является одной из важнейших задач психотерапии.

Следующим важным вопросом в рамках нашего исследования является дальнейшее формирование опыта свободы-зависимости при использовании механизмов его интерпретации, связанных с речью. С этой целью обратимся к концепции личностных конструктов Дж. Келли.

Понятие *личностного конструкта* означает идею или мысль, «которую человек использует, чтобы осознать или интерпретировать, объяснить или предсказать свой опыт» [12, с. 438]. Примерами личностных конструктов могут быть любые антонимичные пары понятий, которые используются человеком для оценки, интерпретации и предсказания событий: «сильный – слабый», «доброжелательный – враждебный», «опасный – безопасный» и т.д. Формирование личностных конструктов, согласно Келли, происходит на основе когнитивного процесса, который позволяет человеку фиксировать сходство и различие событий или явлений, в силу чего они обладают свойством биполярности. Понятия «свобода – несвобода» и «свобода – зависимость» можно рассматривать как личностные конструкты, если они участвуют в восприятии, оценке и интерпретации опыта человека.

Вместе с тем, первичный опыт переживания свободы-несвободы-зависимости, как уже говорилось, человек приобретает раньше, чем формирует соответствующий речевой конструкт для его интерпретации. Вербальная семиотизация этого опыта предполагает появление в когнитивной системе ребенка определенных конструктов, например: «попкорный – упрямый», «хочу – должен», «сильный – слабый», «подчинение – самостоятельность» и т.п. На этом уровне уже возможна нарративизация опыта свободы-зависимости; ее смысловые рамки бу-



дуг заданы содержанием используемых конструктов. Соответствие этих конструктов опыту свободы-несвободы-зависимости основано на непосредственной доступности сознанию состояний-переживаний, связанных с *локусом каузальности* (Р. де Чармс; цит. по [15]). При внутреннем локусе каузальности причины, обуславливающие поведение, переживаются личностью как находящиеся внутри нее, а действия – как выполняемые по своей воле. При внешнем локусе, напротив, причины, детерминирующие поведение, воспринимаются как находящиеся вне личности. Семиотизация опыта таких переживаний происходит в пространстве диалога с окружающими людьми (прежде всего, взрослыми), она дополняется оценочными смыслами и воспитательными родительскими посланиями. Думаем, что опыт ребенка, связанный с переживаниями внутренней и внешней каузальности, не всегда, но часто вступает в противоречие с оценочным «педагогическим» смыслом родительских воздействий. В результате ребенок конструирует индивидуальные «схемы» интерпретации своих и чужих поступков и переживаний, например: «быть послушным хорошо, но не всегда хочется»; «если не буду слушаться, меня накажут»; «упрямых детей не любят»; «меня любят, если я делаю то, что хотят взрослые» и т.д. Понятно, что в подобных условиях может существенно повыситься ценность для самого ребенка такого поведения, которое основано на внешних детерминирующих и регулирующих факторах, и его закрепление в дальнейшем может привести к вытеснению потребности действовать «по своей воле». Это может привести к формированию ментальной модели мира, в которой власть над человеком и его поступками принадлежит не ему, а внешним силам, обстоятельствам, людям.

Появление конструктов «свобода – несвобода» и «свобода – зависимость» в когнитивной системе человека возможно в таком возрасте, когда его сознанию становится доступным смысл данных понятий, на основе чего он сможет уловить содержательную связь своего опыта с ними. Это предполагает работу механизма психологической рефлексии опыта. Полагаем, этот процесс становится возможным, начиная с подросткового возраста, поскольку в этот период резко возрастает стремление к самостоятельности, независимости, – с одной стороны, и к самоосознанию, – с другой. Процесс интерпретации такого опыта может происходить стихийно, в процессе жизни, а может состояться в психотерапевтическом диалоге, где катализирующая роль психолога способствует его выведению на уровень рефлексии.

Анализируя феномен внутренней свободы, мы используем также некоторые положения когнитивной концепции психической травмы Р.

Яноф-Бульмана [17]. Автор исходит из того, что с раннего возраста ребенок начинает структурировать собственный опыт, создавая базисные убеждения о *доброжелательности* и *справедливости окружающего мира*, а также о *ценности* и *значимости своего Я* [6]. В дальнейшем эти убеждения обеспечивают ему чувство собственной неуязвимости, уверенности в том, что в мире ему ничто не угрожает. Ментальная модель такого человека базируется на так называемых позитивных иллюзиях (иллюзии «неуязвимости», «контроля» и «нереалистического оптимизма»), которые проявляются в переоценке вероятности возникновения позитивных ситуаций и недооценке вероятности негативных. Позитивные иллюзии, как показывают исследования, свойственны большинству хорошо адаптированных людей (Ш. Тейлор; цит. по [6]). В результате переживания психической травмы эти базисные убеждения разрушаются, и человек приходит к пониманию, что прежняя уверенность в собственной защищенности была иллюзией, в результате чего он попадает в состояние дезинтеграции [17]. В случае успешной реабилитации восстановление базисных убеждений происходит не полностью, а только до определенного уровня, на котором человек уже не считает себя неуязвимым. Его новая ментальная модель содержит убеждения о доброжелательности и справедливости мира, о наличии у него права выбора, но с поправкой на то, что так бывает не всегда. Наличие в «до-травматических» ментальных моделях взрослых людей базисных убеждений о надежности мира способствует успешному совладанию с посттравматическими переживаниями [6].

Отметим, что опыт отношений человека с деструктивными аспектами мира (безразличием, враждебностью, насилием и т.д.) важен с точки зрения формирования внутренней свободы-несвободы. Характеристики мира, воплощенные в ментальной модели человека, комплиментарно связаны с соответствующими свойствами его образа Я. Если мир видится человеку доминантно-агрессивным – угрожающим, способным подавить, подчинить и т.д., то себя он с большой вероятностью воспринимает незащищенным, вынужденным подчиняться, то есть *не свободным*. И наоборот, если мир воспринимается как надежный (безопасный и поддерживающий), то это способствует восприятию себя как полноценного субъекта. Поэтому наличие в детском опыте человека травматических эпизодов затрудняет формирование у него внутренней свободы (и, согласно многим исследованиям, приводит к формированию паттернов зависимости). Если же травматические эпизоды случаются со взрослым человеком, то возникают трудности, связанные с сохранением представлений о себе как о способном выбирать и

определять свою жизнь. Следует, вместе с тем, учесть, что конструктивный способ совладания с посттравматическим стрессом может привести не только к восстановлению позитивной модели мира, но и к формированию новой модели себя как способного преодолевать сложные обстоятельства, выбирать к ним конструктивное отношение, находить новый смысл. Если модель надежного мира не подвергается более или менее серьезным проверкам, в результате которых человек мог бы приобрести опыт противостояния разрушительным влияниям, то его состояние внутренней свободы сходно с чувством очарованности миром и собой у ребенка, еще не искушенного проблемами и испытаниями.

**Выводы.** Таким образом, приведенный анализ позволяет рассматривать личностную свободу как феномен смыслового переживания человеком своих отношений с миром, в основе которого лежит *целостная структура опыта личности, связанная с определенной ментальной моделью и мировоззренческими образованиями*. При этом человек способен феноменологически переживать и проявлять свободу, если указанная структура включает следующие смысловые моменты.

1. Базисные убеждения о *позитивных свойствах мира и своего Я* («Мир доброжелателен, безопасен, чувствителен к моим потребностям», «Мир надежен», «Я обладаю ценностью, значимостью, я уместен в мире»). Данные убеждения образуют базисную составляющую ментальной модели, формирующуюся в раннем опыте и определяющую жизненную позицию «Я о'кей – Ты о'кей», которая в транзактном анализе рассматривается в качестве необходимого условия автономии (Э. Берн). Они определяют функционирование «интерпретационного фильтра», который придает *восприятию субъектом себя и мира* позитивную эмоциональную окраску, основанную на чувстве доверия к миру и оценке своего Я как способного успешно и адекватно проявлять себя в нем.

2. Убеждения о том, что *другие люди и сам субъект в равной мере имеют право на самоопределение*. Это совокупность смысловых образований, регулирующих поведение человека в плане дифференциации сферы личного самоопределения и области ответственности других людей. По сути, речь идет о признании себя и других самоопределяющимися субъектами. С. Рубинштейн связывает это с понятием этического субъекта, а Ф. Перлз использует подобный концепт в качестве основания гештальт-подхода: «Я делаю свое, и ты делаешь свое... Ты – это ты, а я – это я...» [8, с. 65]. Ведущим смысловым акцентом этой составляющей является понимание собственной идентичности и ответственности, которые основываются на осознании психологической границы, отделяющей Я от не-Я.

3. Убеждения о *возможностях и пределах детерминирующего влияния мира на человека и человека на мир*. С одной стороны, человек осознает свои возможности: «Я могу влиять на некоторые процессы в мире; могу создавать и вносить что-то в окружающий мир, влиять на других людей», «Я определяю свою жизнь в мире, наполняю ее смыслом, реализацией ценностей, достижением целей, которые могу выбирать». Осознавая свои возможности, человек одновременно оценивает пределы своего влияния на мир, что воплощается в убеждениях об ответственности. Он осознает также, что внешние факторы и обстоятельства могут влиять на его жизнь, но тоже до некоторого предела: то, что будет происходить с человеком в результате этого влияния, определяет он («Есть события и ситуации, которые я не выбираю, но я выбираю свое отношение к ним»). Смысловые акценты этой составляющей личности нового опыта соответствуют положениям В. Франкла о «ноопсихическом антагонизме», «противостоянии заданности» и «упрямстве духа» [11].

4. Убеждения о *сущностной связи, единстве Я и мира*. Эти убеждения содержат осознание себя частью мира, одновременно отражающей в себе целый мир, переживание своей причастности к бытию. Они составляют экзистенциальный аспект опыта, основанный на переживании человеком конечности своего существования как фрагмента в бесконечном существовании мира (Р. Мэй, И. Ялом, С.Л. Рубинштейн). Личностная свобода здесь обнаруживает себя как духовное самоопределение человека в ценностном отношении к миру, людям, себе, своей жизни (Б.С. Братусь, В.И. Слободчиков, В. Франкл, И. Ялом и др.).

Приведенная система убеждений, по нашему предположению, имеет иерархическое строение. Онтогенетическое формирование всех ее смысловых образований происходит в определенной последовательности – от первого уровня к четвертому, при этом развитие элементов каждого следующего уровня возможно при условии сформированности предыдущего. Формирование убеждений нового уровня может рассматриваться как возникновение определенного новообразования, касающегося ментальной модели и мировоззрения личности, которое переводит ее на новый, более высокий уровень зрелости и интегрированности. В связи с этим, формирование новых смысловых позиций побуждает человека перепроверять валидность убеждений предыдущего уровня. При этом вся система движется в направлении развития и совершенствования в том случае, когда после периодов некоторой дезинтеграции (сомнений, внутренних противоречий, напряженных диалогов с собой и другими людьми) личность наполняет свои предыдущие убеждения новым смыслом, начинает осознавать и переживать их по-новому. Формирование убеждений каждого

следующего уровня, таким образом, происходит более осознанно и рефлексивно, по сравнению с предыдущим, при этом сознательное принятие новых смысловых позиций повышает осмысленность прежних.

**Перспективы дальнейшего изучения проблемы.** Практика психотерапии свидетельствует о том, что причиной несформированности у человека тех или иных смысловых элементов, убеждений, которые входят в очерченную модель, является опыт несвободы или зависимости, который она «извлекла» из событий своей жизни (отношений со значимыми другими, травматических эпизодов и др.). Однако возможность приобретения нового опыта всегда открыта для человека, в частности, в условиях психотерапевтического процесса. Аутентичные, открытые, взаимно ответственные отношения с психологом, полноценный диалог, свободный от давления и создающий пространство для самоопределения клиента в его собственных ценностях и смыслах, рефлексивная и понимающая среда – это те условия, в которых личность способна пересмотреть и реконструировать свой опыт. Диалог с миром, который человек вел в процессе жизни и в котором возникли смысловые переживания несвободы и зависимости, может быть заменен диалогом, где будут рождаться новые смыслы – восприятие мира как принимающего и поддерживающего, чувство собственной ценности и значимости в мире, понимание своей способности сознательно выбирать цели и ценности, определять свою жизнь, конструктивно противостоять давлению и разрушительным влияниям, защищать и поддерживать свое личное психологическое пространство, – то есть быть свободной личностью. Трансформация смыслов ведет к изменению отношений с миром, которые человек сможет строить и реализовывать в своем новом опыте на основе тех ценностей, которые выбирает сам.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Балл Г.О. Орієнтири сучасного гуманізму (в суспільній, освітній, психологічній сферах). – Рівне: Видавець Олег Зень, 2007. – 172 с.
2. Василюк Ф.Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). – М.: Изд-во МГУ, 1984.
3. Выготский Л.С. Кризис семи лет. Собр. соч.: В 6 т. Т. 4. М.: Педагогика, 1982. – С. 376-385.
4. Гуссерль Э. Феноменология. Статья в Британской энциклопедии// Логос. – 1991. – №1. – С. 12-21.
5. Дергачева О. Е. Личностная автономия как предмет психологического исследования. – Автореф. дис... канд. психол наук. – М., 2005. – 21 с.

6. Калмыкова Е.С., Падун М.А. Качество привязанности как фактор устойчивости к психической травме // Журнал практической психологии и психоанализа. Ежеквартальный научно-практический журнал электронных публикаций. – 2002. – №1 (март). – <http://psyjournal.ru>
7. Леонтьев Д.А. Психология свободы: к постановке проблемы самодетерминации личности. – Психол. журнал. – Т. 21. – №1. – 2000. – С. 14-25.
8. Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. – СПб: Издательство Питер, 2000.
9. Смирнова Е.О. Теория привязанности: концепция и эксперимент // Вопросы психологии. – 1995. – №3. – С. 139-150.
10. Смульсон М.Л. Інтерпретаційні схеми опрацювання особистого досвіду в старості // Наукові студії із соціальної та політичної психології. – К.: Вид-во «Міленіум», 2009. – Вип. 22 (25). – С. 19-28.
11. Франкл В. Человек в поисках смысла: Сборник: Пер. с англ. и нем. – М.: Прогресс, 1990.
12. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности (Основные положения, исследования и применение). – СПб: Питер Ком, 1998.
13. Цивьян Т.В. Модель мира и ее лингвистические основы. – М.: КомКнига, 2006.
14. Чепелева Н.В. Психологические механизмы понимания и интерпретации личного опыта // Актуальні проблеми психології. Том 2. Психологічна герменевтика / За ред. Н.В. Чепелевої. – К., 2002. – Вип. 2. – С. 3-13.
15. Чирков В.И. Самодетерминация и внутренняя мотивация поведения человека // Вопросы психологии. – 1996. – №3. – С. 116-132.
16. Bowlby J. Attachment and loss. – 2. Separation. Anxiety and anger. – Basic Books, N.Y., 1973.
17. Janoff-Bulman R. Rebuilding shattered assumptions after traumatic life events: coping processes and outcomes. In: C.R. Snyder (Ed.) Coping: The psychology of what works. N.Y. Oxford University Press, 1998.