

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ В ЕКЗИСТЕНЦІЙНОМУ РОЗУМІННІ

Каргіна Наталія

КЗВО Одеська академія неперервної освіти Одеської обласної ради,
м. Одеса, Україна;
lavanda_87@ukr.net

У статті розглянуто питання розуміння феномену психологічного благополуччя особистості в контексті екзистенціальної філософії та психології. Поняття «психологічне благополуччя» описує стан й особливості внутрішнього світу людини, які визначають переживання благополучності, а також поведінку, що продукує та проявляє благополуччя. Екзистенціальна філософія стосується проблематики вивчення психологічного благополуччя. Зовнішній (предметний) світ ця філософія розглядає як «відчужене буття» людської екзистенції. Так, зокрема, проблеми благополуччя особистості розглянуто в працях екзистенційних філософів Ж. –П. Сартра, С. К'єркегора, А. Камю, П. Тілліха, В. Франкла. Екзистенціальна психологія також займається вивченням психологічного благополуччя. Серед представників екзистенційної психології, котрі досліджують психологічне благополуччя, можемо виокремити імена Л. Бінсвангера, Дж. Б'юдженталя, Д. О. Леонт'єва, Р. Лейнг, О. Ленглі, Р. Мея, Е. Фромма, І. Ялома, К. Ясперса й ін. Цей підхід у психології виник як опозиція природничо-науковому підходу, у якому людину описано як об'єкт, подібно до інших об'єктів світу, представлених свідомості та вивченню. В основу покладено тезу про постійний екзистенційний пошук, усвідомлення внутрішньої свободи та відповідальності, здатність людини до саморозвитку, наявність сенсу життя, екзистенційної сповненості, відчуття власної психологічної цілісності й задоволеності життям, що впливають на психологічне благополуччя людини. Сьогодні, у часи соціально-економічних, етнічних та культурологічних трансформацій, глобальної інформатизації суспільства, людині треба буде пройти набагато важчий, із погляду здійснюваних екзистенціальних виборів, шлях особистісного розвитку заради укріплення власного психологічного благополуччя.

Ключові слова: екзистенція, екзистенційна сповненість, благополуччя, психологічне благополуччя, особистість.

Karhina Natalia. Theoretical Aspects of Psychological Well-Being in Existential Understanding. The article deals with the problem of understanding the phenomenon of psychological well-being of the individual in the context of existential philosophy and psychology. The concept of «psychological well-being»

describes the status and features of man's inner world that define the experience of wealth, and the behavior that produces and shows well-being. Existential philosophy touches upon the problems of studying psychological well-being. The external, objective world, this philosophy regards as «alienated existence» of human existence. Thus, in particular, the problems of the well-being of the individual are considered in the works of existential philosophers J. P. Sartre, S. Kierkegaard, A. Камю, P. Tillich, V. Frankl and others. Existential psychology also deals with the study of psychological well-being. Among the representatives of existential psychology, who are investigating psychological well-being, we can identify the names of L. Binswanger, J. Bugental, D. A. Leontiev, R. Laing, A. Langley, R. Mey, E. Fromm, I. Yalom, K. Jaspers and others. This approach to psychology emerged as an opposition to the natural-scientific approach, in which man is described as an object, like other objects of the world, represented by consciousness and study. The thesis is based on the constant existential search, awareness of internal freedom and responsibility, the ability of a person to self-development, the availability of meaning of life, existential completeness, a sense of their own psychological integrity and satisfaction with life, having an impact on the psychological well-being of a person. Today, at the time of socio-economic, ethnic and cultural transformations, of global informatization of society, a person will have to undergo much more difficult, from the point of view of existential elections, the path of personal development in order to strengthen his own psychological well-being.

Key words: existential, existential completeness, well-being, psychological well-being, personality.

Каргина Наталья. Теоретические аспекты психологического благополучия в экзистенциальном смысле. В статье рассматривается вопрос понимания феномена психологического благополучия личности в контексте экзистенциальной философии и психологии. Понятие «психологическое благополучие» описывает состояние и особенности внутреннего мира человека, которые определяют переживания благополучия, а также поведение, что производит и проявляет благополучие. Экзистенциальная философия касается проблематики изучения психологического благополучия. Внешний (предметный) мир эта философия рассматривает как «отчужденное бытие» человеческой экзистенции. Так, в частности, проблемы благополучия личности рассматриваются в работах экзистенциальных философов Ж.-П. Сартра, С. Кьеркегора, А. Камю, П. Тиллиха, В. Франкла и др. Экзистенциальная психология также занимается изучением психологического благополучия. Среди представителей экзистенциальной психологии, изучающих психологическое благополучие, можем выделить имена Л. Бинсвангера, Дж. Бьюдженталя, Д. А. Леонтьева, Р. Лейнг, А. Лэнгле, Р. Мэя, Э. Фромма, И. Ялом, К. Ясперса и др. Данный подход в психологии возник как оппозиция естественно-научному подходу, в котором человек описывается как объект, подобно другим объектам мира, представленным сознанию и изучению. В основу положен тезис о постоянном экзистенциальном поиске, осознании внутренней свободы и ответственности, способности

человека к саморазвитию, наличию смысла жизни, экзистенциальной исполненности; ощущении собственной психологической целостности и удовлетворенности жизнью, влияющих на психологическое благополучие человека. Сегодня, во времена социально-экономических, этнических и культурологических трансформаций, глобальной информатизации общества, человеку предстоит пройти гораздо сложнее, с точки зрения осуществляемых экзистенциальных выборов, путь личностного развития ради укрепления собственного психологического благополучия.

Ключевые слова: экзистенция, экзистенциальная исполненность, благополучие, психологическое благополучие, личность.

Постановка наукової проблеми та її значення

Як ніколи раніше, актуально сьогодні звучить сформульований свого часу Е. Фроммом онтологічний виклик: «Життя не може бути «прожито» шляхом простого повторення моделі свого виду. Людина повинна жити сама, усвідомлюючи власне психологічне благополуччя. ...Людина – єдина жива істота, яка відчуває буття як проблему, яку вона повинна розв'язати» (Фромм, 1990). Екзистенціалізм поставив у центр уваги індивідуальні смисложиттєві питання: буття, сенс життя, відповідальність, рішення й вибір, проблема смерті, утіленого, тілесного, емоційного, ситуаційного існування, екзистенційної ізоляції, здатності до мови, символізм, рефлексію, прагнення до осмислення, свободу вибору, самоактуалізацію, життєві цінності, які становлять сутність екзистенціальної сфери та впливають на психологічне благополуччя особистості.

Горизонт майбутнього до сучасної людини наблизився настільки близько, що запусив механізми базальної тривоги та страху з відчуттям «небуття» (за Р. Меєм) або стану «ніщо» (по М. Гайдеггеру). У цілому це викликало формування негативних уявлень про життєвий простір, гнітюче діючи на суспільство, приводячи його представників до стану глибинної екзистенціальної травми, негативно впливаючи на психологічне благополуччя людини в цілому (Франкл, 2000).

В екзистенціальній філософії логічною основою є усвідомлене існування особистості. Його можемо розумітися як форму чуттєвого споглядання або рефлексивну категорію, як сутність речі, як логічний предикат або реальний суб'єкт, як просту зв'язку в судженні або форму дії речей (Майданский, 2001). «Існувати» означає діяти на себе, бути причиною та водночас дією цієї причини, створювати себе за допомогою себе.

Життя людини можна уявити як складну лінію, у якій є дві крайні точки – народження та смерть (Рожков, 2011). Між ними відбувається безліч різних подій. Але вплив на людину чинять лише значущі події (як позитивні, так і негативні). Значуща подія впливає на розвиток людини, сприяє змінам у її житті. Психологічне благополуччя людини може бути представлено тільки в рамках її буття, що складається з подій. З іншого боку, психологічне благополуччя є фундаментальною основою значущих подій, представлених усіма аспектами благополуччя та гармонійного розвитку людини.

Мета та завдання статті полягають у теоретичному аналізі дослідження проблеми психологічного благополуччя з позиції екзистенціальності.

Методи аналізу та синтезу в цьому випадку будуть застосовані щодо філософських і психологічних праць, у яких розглянуто аспекти екзистенційного розуміння психологічного благополуччя.

Аналіз останніх досліджень із цієї проблеми

Дж. Грінберг, С. Куулі й Т. Піжинський, укладачі та редактори унікального видання з експериментальної екзистенціальної психології, вважають, що екзистенціальний рух виник у свій час багато в чому як реакція на ортодоксальний фрейдизм. Отто Ранк був першим теоретиком, розглядав екзистенційні концепти – страх перед смертю та страх перед життям – у широкій теоретичній концептуалізації людської поведінки, аналіз розвитку в дитинстві й протягом життя. Європейські вчені, такі як Л. Бінсвангер, М. Бос і В. Франкл, розвивають ідеї екзистенціального аналізу, указують на необхідність пошуку основ людської поведінки у феноменологічному світі суб'єкта, що впливають на психологічне благополуччя особистості. К. Хорні описує образ майбутнього як найважливішу детермінанту поведінки. Е. Фромм аналізує пошук та втечу від свободи. К. Роджерс акцентує на автентичності, А. Маслоу – на самоактуалізації. Серед сучасних учених автори виокремлюють Р. Лейнга, Е. Беккера, Р. Ліфтона й І. Ялома (*Handbook of Experimental Existential Psychology*, 2004: 6).

Як пише на початку своєї книги Б. Якобсен, діагностика психологічного неблагополуччя не є єдиною метою сучасної психології. «Психологія також повинна показувати людям, як можна розвивати повноту власного буття, як досягати трепетного почуття бути живим, як зустрічати нещастя та наближатися до станів щастя і любові й знання того, що є добро та зло в їхньому житті» (Jacobsen, 2007: 9).

Д. О. Леонтьєв у своїй програмній статті стосовно екзистенційного підходу в психології особистості вказує на низку передумов, що визначають запит на екзистенційні ідеї з боку академічної психології особистості, та приходить до висновку, що екзистенціальна психологія «може розглядатися сьогодні не лише як важлива сфера психологічної науки, а й, значною мірою, як зона її найближчого розвитку» (Леонтьєв, 2016: 13).

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження

Екзистенційний філософ Ж. -П. Сартр пише про важливість самодетермінації та аутентичного життя, а не дотримання догм чи диктату інших заради власного благополуччя. Також автор зауважує на «онтологічних страхах», які сповільнюють прояви життєвої позиції, знижують власну значущість людини і її загальний рівень психологічного благополуччя (Сартр, 2000).

А. Камю підкреслює, що в переживанні «єднання – неможливості єднання» зі світом, що виникає на основі диспропорції між думкою та дійсністю, через виниклі суперечності між реальними силами людини й поставленою нею життєвою метою, що, загалом досить негативно позначається на її психологічному благополуччі в майбутньому (Камю, 1990).

Дж. Б'юдженталь порівнює благополуччя із щастям та глобальними параметрами оптимізму. Науковець розглядає психологічне благополуччя в контексті гармонійного балансу базових діалектичних дихотомій «Разом, але незлитно» (Б'юдженталь, 1998).

Л. Бінсвангер говорить про те, що благополуччя є екзистенціалом людського буття. Згідно з концепцією Бінсвангера, благополуччя людини передбачає усвідомлення свого способу конституювання світу та, як наслідок, відкритість у ставленні до наданих долею можливостей (Бінсвангер, 1999).

Р. Мей інтерпретує психологічне благополуччя в дусі екзистенціальної парадигми, де особистість – система, що постійно змінюється здійснює пошук свого сенсу життя. Автор вважав, що благополучна особистість кидає виклик своїй долі, цінує й оберігає власну свободу та живе повноцінним життям, чесним у ставленні до себе й інших (Мей, 2001).

С. К'еркегор наголошує на тому, що благополуччя – це знання того, що буття не одновимірне та особистість існує не лише в

сьогоднішньому, але й у минулому та майбутньому; не тільки в обмеженому, але й у вічному; не лише у видимому, а й у невидимому. Це сприйняття світу та себе не у викривленому дзеркалі, як зазвичай, а такими, якими ми є насправді. Це відчуття справжнього задуму, який набагато цікавіше, глибше, складніше й гармонійніше, ніж нам зазвичай здається (Кьєркегор, 1993). Отже, психологічно благополучна особистість має здатність як до зовнішньої, так і до внутрішньої трансценденції, екзистенціальної спрямованості; у неї переважає позитивне ставлення до світу, себе та інших людей як до цілого, діалектично взаємопов'язаного.

Екзистенціальний підхід акцентує увагу на екзистенціальних проблемах існування людини у світі. В. Франкл свого часу критикував думку представників гуманістичного підходу, відповідно до якої самоактуалізація може розглядатися як головне призначення життя людини. Самоактуалізація – це своєрідний діалог людини із собою, який «замикає» її на її внутрішньому світі, а має йтися про діалог людини зі світом життя (Франкл, 2000).

У рамках екзистенціального підходу, що звертається до метафізичних вимірів, психологічне благополуччя людини визначається його відкритістю екзистенційним проблем свого існування, здатністю до інтеграції всіх сторін життя людини, у тому числі й тому, що завдає болю та страждання, і повноті їх проживання, тим, що М. М. Бахтін називав «не-алібі-в-бутті» (Бахтин, 2000).

У своїй знаковій роботі «Мужність бути» П. Тілліх зазначає, що людина є людина лише тому, що, відповідно до смислів та цінностей, має здатність розуміти й формувати реальність, тобто свій світ і саму себе як частину цього світу. Утрата сенсу апріорі призводить до виникнення небуття та загрози духовному життю людини та її психологічному благополуччю. Зі свого боку, загроза духовному буттю руйнує всю життєву повноту існування людини (Тілліх, 1995). Власне, таку особистісну та соціальну девальвацію ми спостерігаємо сьогодні в нашому суспільстві. Сучасна людина в пошуку себе й свого місця у світі стає якісно «іншою», часто «ніякою» в тому сенсі, що на тлі прискорювальних життєвих процесів перетворюється у фантомну невловимість.

М. Махоні та С. Махоні у своїй статті під назвою «Жити в сутнісних напруженнях» пишуть про виклики існування людини: криза надії та пошуки сенсу, складні відносини між індивідами й

соціальними системами, вічні питання відповідальності за свої дії. Ці виклики описуються науковцями в термінах сутнісних напружень, які вони включають, і діалектичного розвитку, котрий вони роблять можливим (Mahoney, Mahoney, 2001). Отже, проживання екзистенційних проблем і становить зміст життєвого процесу та психологічного благополуччя особистості.

У континуумі життєвого середовища психологічне благополуччя підпорядковується таким інтегральним критеріям: цілесмисловій орієнтації й актуалізованим потребам, життєвій позиції, екзистенційній сповненості, рефлексивній оцінці життєвого середовища, соціальній упорядкованості та гармонізації міжособистісних відносин і взаємодій. Отже, як зауважує, Ю. М. Швалб, психологічне благополуччя особистості в континуумі життєвого середовища має розглядатися в контексті виокремлення його зовнішніх і внутрішніх компонентів (Швалб, 2015: 13–14). Внутрішній компонент психологічного благополуччя представлений смисловим складником (смисловим світом людини, екзистенційним компонентом), а зовнішній – поведінковим та діяльнісним (поведінковим і діяльнісним світами), як зазначає академік С. Д. Максименко (Максименко, 2007: 175–176).

Відомий представник екзистенціальної філософії та психології В. Франкл психологічне благополуччя співвідносив із поняттям «екзистенціальна сповненість» (Франкл, 2000). Під екзистенціальною сповненістю розуміємо таке благополуччя, яке пов'язане з повнотою екзистенції людини, її потенціалу. Повнота екзистенції людини постає як внутрішня узгодженість, суб'єктивна задоволеність собою, гармонійне самовідношення. Екзистенціальний сенс указує на співмірність власних цінностей із вимогами та пропозиціями зовнішнього світу, що дає змогу коригувати власні потреби й інтереси з обставинами, що розгортаються. Розвинена персональність та екзистенційність допомагають людині перебувати в діалогічних відносинах із життєвим контекстом.

Основою психологічного благополуччя людини є здатність до осмислення власного буття. Тут відбувається зіткнення із ще однією категорією екзистенціалізму – проблемою вибору. У людини є потенціал усвідомити своє життя, зрозуміти його та зробити конструктивні кроки на шляху до того, щоб жити більш автентично. Але вся справа в тому, чи зуміє людина реалізувати цей потенціал (Фромм, 1990). Вона завжди робить вибір, навіть якщо нічого не

вибирає, вона тим самим усе ж робить вибір. Вибір відбувається стосовно власного розвитку, морального, духовного та фізичного здоров'я, психологічного благополуччя. Від вибору людини залежить стратегія її поведінки й щодо корегування власного благополуччя. Зроблений вибір є для людини єдино правильним. Найважливіша здатність «людської природи» – внутрішньо притаманна особі мотивація до «пошуку благополучного», який спонукає людину рухатися до більшої ефективності. Якщо в особі немає можливості вибору, то вона не може бути психологічно благополучною повною мірою. Відповідно, щоб бути психологічно благополучною, потрібно отримати цю можливість (Фромм, 1990).

Отже, психологічне благополуччя людини полягає в протидії двох мотивів – розвитку та стабільності. Особа робить вибір на користь одного з мотивів. Використовуючи одні можливості, вона тим самим відмовляється від інших. Хворобливий стан виникає в разі, якщо людина не може здійснити цей вибір і боротьба мотивів загострюється. Навколишній світ наповнений розбіжностями, дисгармонією. Психологічне неблагополуччя починається зі спроб сховатися від цієї дисгармонії. Психологічно благополучна людина, навпаки, готова рухатися вперед, балансує на вістрі власної нестабільності.

В екзистенційній психології аналізується взаємозв'язок емоціонального вигорання з екзистенційною сповненістю О. Ленгле в статті «Екзистенціальний аналіз синдрому емоціонального вигорання» (Längle, 1994). Учений розуміє симптоматику емоціонального вибору як прояв неекзистенційної установки стосовно життя; показує, що, ігноруючи екзистенціальну дію, поступово приводячи до дезадаптації та появи нездорових симптомів як у соматичному, так і в психічному аспекті, негативно впливаємо на психологічне благополуччя людини.

До проблема благополуччя індивіда звертається Р. Лейнгом. Людина може бути собою лише у своєму світі та за допомогою нього (Лэнг, 1995: 10). Цей світ Р. Лейнг слідом за Г. Гегелем розуміє як єдність даного та побудованого (Лэнг, 1995: 204), у якому «елементи світу, набувають тієї чи іншої ієрархії значимості» (Лэнг, 1995: 38), що, зі свого боку, відображається на психологічному благополуччі особистості.

Екзистенціальна концепція В. Франкла, О. Ленглі, І. Ялома та ін. співвідносить благополуччя (щастя) як «екзистенціальну сповненість»,

що відображає ступінь самоосмислення життя, внутрішню згоду, саморозуміння. Сьогодні відома діагностика екзистенціальної сповненості (Лэнгле, 2016). Звернемо увагу на ту обставину, що екзистенціальна методологія допускається в самій природі людини як безпосереднє почуття, «картина себе», як усвідомлювана оцінка, суб'єктивна правда, на основі якої проявляється свобода особистісного рішення. Екзистенціальна сповненість суб'єктивно відчувається самою людиною. Ця обставина обґрунтовує діагностику її якості життя як інтегрального показника психологічного благополуччя.

І. Ялом указує на наявність емпіричних даних, які доводять, що благополуччя сприяє зниженню страху смерті, виступаючи тим самим як чинник позитивного захисту від страху смерті. Залежність як характеристика людських відносин, на думку психотерапевтів, є поширеною та болючою психологічною проблемою. Однак її альтернативою не може бути незалежність, оскільки вона неможлива для будь-якої людини, уключеної в систему соціальних відносин. Більше того, фіксованість на помилковій цілі незалежності може, зі свого боку, породити психологічні проблеми в людини, викликавши психологічне неблагополуччя (Yalom, 1975).

К. Ясперс, ставлячи в приклад філософів, показує, як людина, знаходячи опору в собі, підноситься над світом та приходиться до трансцендентальної ясності, знаходить благополуччя, усвідомлює своє місце в цілісності буття. Автор вважає, що різноманіття історії й історичність людини (а отже, життя кожного) підпорядковані вимозі «нікого єдиного» й усе, що має цінність та здоровий глузд для людини, співвідноситься з ним. Ця єдність народжується зі значущості людей один для одного, і життя людей є рухом до неї, ця єдність і є тією метою, яка виростає з глузду (Ясперс, 1991).

Висновки та перспективи подальших досліджень

У результаті аналізу напрацювань вітчизняних і зарубіжних дослідників, систематизації основних конструктів екзистенційної філософії та психології показано, що людина переживає «становлення» особистості в діалозі зі світом, у зустрічі з базовими екзистенційними даностями та переживаннями, що їх супроводжують, в активній взаємодії з такими важливими життєвими питаннями, як постійний екзистенційний пошук, усвідомлення внутрішньої свободи й відповідальності, саморозвитку через механізм трансценденції, здатності до саморозвитку та самоактуалізації, наявності сенсу життя,

відчуття власної психологічної цілісності, що впливають на її психологічне благополуччя. Отже, щоб бути по-справжньому психологічно благополучною й здоровою, людина повинна навчитися відповідати на своєчасні екзистенційні «виклики» життя, знаходячи в собі сили боротися з труднощами, бути відповідальною за власний життєвий вибір, вірити в себе та свої сили.

Тому серед перспективних завдань цих досліджень – насамперед, розвиток екзистенціального розуміння психологічного благополуччя людини як здатності до глибокої та відкритої взаємодії зі світом, зустрічі з базовими екзистенціальними даностями, емоціональними переживаннями, які їх супроводжують, із подальшим вивченням цих особливостей на різних вікових вибірках.

Література

1. Бахтин, М (2000). *Автор и герой в эстетической деятельности*. Санкт-Петербург: Изд-во «Питер». 40–125.
2. Бинсвангер, Л. (1999). *Бытие-в-мире*. Москва: Ювента. 300 с.
3. Бьюдженталь, Дж. (1998). *Наука быть живым: Диалоги между терапевтом и пациентами в гуманистической терапии*. Пер. с англ. А. Б. Фенько. Москва: Независимая фирма «Класс». 336 с.
4. Камю, А. (1990) *Бунтующий человек. Философия. Политика. Искусство*. Москва: Политиздат. 415 с.
5. Кьеркегор, С. (1993). *Болезнь к смерти. Страх и трепет*. Москва: Республика. 382 с.
6. Леонтьев, Д. А. (2016). Экзистенциальный подход в современной психологии личности. *Вопросы психологии, № 3*, 3–15.
7. Лэнг, Р. Д. (1995). *Расколотое «Я»*. Санкт-Петербург: Белый Кролик. 352 с.
8. Лэнгле, А. (2016). Почему мы страдаем? Понимание, обхождение и обработка страдания с точки зрения экзистенциального анализа. *Национальный психологический журнал, № 4(24)*, 23–33.
9. Майданский, А. Д. (2001). Категория существования в «Этике» Спинозы. *Вопросы философии, 1*, 161–174.
10. Максименко, С. Д., Максименко, К. С., Папуча, М. В. (2007). *Психология личности: Підручник*. Киев: ТОВ «КММ». 296 с.
11. Мэй, Р. (2001). *Экзистенциальная психология*. Москва: Апрель Пресс ЭКСМО-Пресс. 149 с.
12. Рожков, М. И. (2011). Концепция экзистенциальной педагогики. *Ярославский педагогический вестник, № 4*, 43–47.
13. Сартр, Ж.-П. (2000). *Бытие и ничто: опыт феноменологической онтологии*. Предисл., примеч. В. Колядко. Пер. с фр. Москва: Республика. 639 с.
14. *Соціально-психологічні засади становлення екологічно орієнтованого способу життя особистості (2015): Монографія*. Ю. Швалб, О. Вернік,

О. Вовчик-Блаkitна, О. Рудоміно-Дусятська та ін.; Ю. Швалб (Ред.). Киев: Пед. думка. 216 с.

15. Тиллих, П. (1995). *Мужество быть. Избранное*. Москва. 7–131.

16. Франкл, В. (2000). *Воля к смыслу = The will to meaning*. Москва: Апрель Пресс; ЭКСМО-Пресс, 2000. 97 с.

17. Фромм, Э. (1990). *Бегство от свободы*. Москва, 1990. 207 с.

18. Ясперс, К. (1991). *Смысл и назначение истории*. Москва: Политиздат. 527 с.

19. Jacobsen, B. (2007). *Invitation to Existential Psychology: A Psychology for the Unique Human Being and Its Applications in Therapy*. Chichester: Wiley Interscience.

20. *Handbook of Experimental Existential Psychology* (2004) ed. by Jeff Greenberg, Sander L. Koole, T. Pyszczynski. New York: Guilford Press.

21. Längle, A. (1994): *Sinnvoll leben. Angewandte existenzanalyse*. St. Pölten: nö pressehaus, 4.2, 90–94.

22. Mahoney, M., Mahoney, S. (2001). Living Within Essential Tensions: Dialectics and Future Development. In: K. Schneider, J. Bugental, F. Pierson (Eds.), *The Handbook of Humanistic Psychology. Leading Edges in Theory, Research and Practice*. New York, NY: Sage. 659–666.

23. Yalom, I. D. (1975). *Theory and practice of group psychotherapy*. New York, 1975. 529 p.

References

1. Bakhtyn, M. (2000). *Avtor y heroï v estetycheskoi deiatelnosti [Author and hero in aesthetic activity]*. Sankt-Peterburh: Yzdatelstvo «Pyter», 40–125 [in Russian].

2. Bynsvanher, L. (1999). *Bitye-v-myre [Being-in-the-world]*. Moskva: Yuventa, 1999. 300 p. [in Russian].

3. Biudzhenal, Dz. (1998). *Nauka bit zhyvim: Dyalohy mezhdru terapevtom y patsyentamy v humanystycheskoi terapiyy [The science of being alive: Dialogues between the therapist and patients in humanistic therapy]*. Moskva: Nezavysyamaia fyрма «Klass», 336 p. [in Russian].

4. Kamiu, A. (1990) *Buntuiushchyi chelovek. Fylosofyia. Polytyka. Yskusstvo [Rebellious man. Philosophy. Politics. Art]*. Moskva: Polytyzdat, 415 p. [in Russian].

5. Kerkehor, S. (1993). *Bolezn k smerty. Strakh y trepet [Disease to death. Fear and awe]*. Moskva: Respublyka, 382 p. [in Russian].

6. Leontev, D. A. (2016). Эkзистенциальный подход в современной психологии личности [Existential approach in modern psychology of personality]. *Voprosy psikhologii – Psychology issues*, 3, 3–15 [in Russian].

7. Lәnh, R.D. (1995). Raskolotoe «Ia» [Broken «I»]. Sankt-Peterburh. Belii Krolyk, 352 p. [in Russian].

8. Lәnhle, A. (2016). Pochemu мы stradaem? Ponymanye, obkhozhdene y obrabotka stradaniya s tochky zreniya эkзистенциального анализа [Why do we suffer? Understanding, dealing with and handling suffering in terms of existential analysis]. *Natsyonalnii psikhologicheskyi zhurnal – National Psychological Journal*, 4(24), 23–33 [in Russian].

9. Maidanskyi, A. D. (2001). Katehoryia sushchestvovanyia v «Этыке» Spynozy [The category of existence in Spinoza's Ethics]. *Voprosy fylosofyy – Philosophy issues, 1*, 161–174 [in Russian].

10. Maksymenko, S. D., Maksymenko, K. S., Papucha, M. V. (2007). Psykholohiia osobystosti: Pidruchnyk [Psychology of personality]. Kyiv: TOV «KMM», 296 p. [in Ukrainian].

11. Мэй, Р. (2001). Экзистенциальная психология [Existential psychology]. Moskva: Aprel Press ЭКСМО-Press, 149 p. [in Russian].

12. Rozhkov, M.Y. (2011). Kontseptsyia эkзистенциальной педагогике [The concept of existential pedagogy]. *Yaroslavskiy pedahohycheskyi vestnyk – Yaroslavl Pedagogical Gazette, 4*, 43–47 [in Russian].

13. Sartre, Zh.-P. (2000). *Bitye y nychno: opyt fenomenolohycheskoi ontolohyy* [Being and Nothing: The Experience of Phenomenological Ontology]. Per. s fr. Moskva: Respublyka, 639 p. [in Russian].

14. Shvalb, Yu., Vernik, O., Vovchuk-Blakytina, O., Rudomina-Dusiatska O. et al. (2015) *Sotsialno-psykholohichni zasady stanovlennia ekolohichno oriientovanoho sposobu zhyttia osobystosti* [Socio-psychological principles of the formation of the environmentally oriented way of life of the individual]. Yu. Shvalba (Ed.). Kyiv: Pedahohichna dumka, 216 p. [in Russian].

15. Tyllykh, P. (1995). *Muzhestvo byt. Yzbrannoe* [Courage to be. Favorites]. Moskva, 7–131 [in Russian].

16. Frankl, V. (2000). *Volia k smislu* [The will to meaning]. Moskva: Aprel Press; ЭКСМО-Press. 97 p. [in Russian].

17. Fromm, Э. (1990). Behstvo ot svobody [Escape from freedom]. Moskva, 207 p. [in Russian].

18. Yaspers, K. (1991). Smisl y naznachenyie ystoryy [The meaning and purpose of the story]. Moskva: Polytyzdat, 527 p. [in Russian].

19. Jacobsen, B. (2007). Invitation to Existential Psychology: A Psychology for the Unique Human Being and Its Applications in Therapy. Chichester: Wiley Interscience.

20. Greenberg, Jeff, Sander L. Koole, Pyszczynski Tom (Eds.). Handbook of Experimental Existential Psychology (2004) ed. by New York: Guilford Press.

21. Längle, A. (1994): Sinnvoll leben. *Angewandte existenzanalyse. St. Pölten: nö pressehaus, 4.2*, 90–94.

22. Mahoney, M., Mahoney, S. (2001). Living Within Essential Tensions: Dialectics and Future Development. In: K. Schneider, J. Bugental, F. Pierson (Eds.), *The Handbook of Humanistic Psychology. Leading Edges in Theory, Research and Practice*. New York, NY: Sage, 659–666.

23. Yalom, I.D. (1975). *Theory and practice of group psychotherapy*. New York, 1975. 529 p.

Received: 09.05.2019

Accepted: 16.05.2019