

А. Лэнгле: «Русские не хотят жить поверхностно»

Альфريد Лэнгле, профессор кафедры психологии личности ГУ-ВШЭ, руководитель российско-австрийской магистерской программы ГУ-ВШЭ «Персонология и экзистенциальная психотерапия», рассказывает об этой программе, своем участии в жизни Вышки и особенностях русской души.

— *Альфريد, вы — президент Международного общества экзистенциального анализа и логотерапии, вице-президент Международной федерации психотерапии. И вы уже семь лет работаете в Высшей школе экономики. Что особенно запланировано на этот учебный год?*

— Верно, я приезжаю в Высшую школу экономики для того, чтобы прочитать лекции и провести практические занятия со студентами магистерской программы «Персонология и экзистенциальная психотерапия». Также я традиционно читаю [курс лекций по экзистенциальной психологии](#) для бакалавров факультета психологии ГУ-ВШЭ. В этом году мой приезд совпал (вполне намеренно) с проведением на факультете психологии Высшей школы экономики III Всероссийской научной конференции «Психология индивидуальности», где я выступил с докладом об эмоциях в индивидуальной жизни и индивидуальном развитии. Мне было очень приятно, что мое сообщение вызвало значительный интерес у публики. По моим наблюдениям, интерес к проблематике индивидуальности возрастает от конференции к конференции не только в России, но и в мире. Эта конференция — возможность представить российскому и мировому сообществу научные исследования, осуществленные в ВШЭ и в других российских вузах, инициировать дискуссию и вдохновить на дальнейшие научные поиски. Я вижу в ней шанс построить прочный мост между академической и прикладной психологией.

— *Возвращаясь к вашей преподавательской деятельности, в чем специфика магистерской программы «Персонология и экзистенциальная психотерапия»?*

— Программа «Персонология и экзистенциальная психотерапия» позволяет превосходно обучиться психологическому консультированию и основам психотерапии в рамках академического образования. Осваивать академическую психологию, развивать научное, персонологическое мышление, вести исследовательскую деятельность, получить ученую степень магистра и одновременно научиться применять полученные знания на практике. Подобное сочетание позволяет наилучшим образом подготовить наших студентов к жизни и к психотерапевтической практике.

Особенность обучения экзистенциальному анализу заключается в том внимании, которое уделяется личностному развитию студентов, что обычно не рассматривается в качестве основной задачи в университетском образовании. В этом аспекте вышкинская программа — одна из самых передовых в России и даже в Европе (только несколько вузов в Европе предоставляют такую возможность). Тот способ обучения, который мы предлагаем, на мой взгляд, адекватно отвечает на запрос современного общества, он сочетает не только развитие

интеллектуальных способностей, но также предполагает личностное развитие и обеспечение студентов практическими инструментами, которые они могут применять в своей профессиональной деятельности.

Я бы хотел отметить высокую степень включенности в обучение слушателей данной программы, которая возникает за счет обязательных занятий, посвященных самопознанию. Самопознание — один из ключевых инструментов обучения экзистенциальному анализу. Студентам нужно приложить значительные усилия для развития собственной личности в процессе индивидуального самопознания, в этом процессе они, становясь клиентами, получают реальное представление о том, как работают психологи-консультанты. Кроме того, на индивидуальных сессиях с преподавателями студенты, испытывающие трудности, получают специальную поддержку и возможность проработать их проблемные «зоны». Выпускники, успешно окончившие эту магистерскую программу и предпринявшие небольшие дополнительные усилия, могут получить диплом психолога-консультанта Международного общества экзистенциального анализа (GLE, Вена) и базовый диплом Международного общества экзистенциального анализа, что в свою очередь, является основанием для получения сертификатов Европейской ассоциации психотерапии (EAP) и Международной федерации психотерапии (IFP).

— *Альфريد, не могли бы вы дать определение экзистенциального анализа, которое будет понятно «непосвященному»?*

— Экзистенциальный анализ — метод психологического консультирования и психотерапии, который «ищет» исполненности в жизни человека. Экзистенциальная психотерапия концентрирует свое внимание на сопровождении индивидуальной жизни (conducting one's existence) и на помощи в достижении исполненной жизни — в жизни, которая распознается человеком и переживается следующий образом: «Моя жизнь хороша для меня и для чего-то большего». Мы определяем экзистенциальный анализ как метод, помогающий человеку жить с внутренним согласием. Найти внутреннее согласие в отношении того, что человек делает, — центральный момент для исполненной жизни. Прийти к внутреннему согласию — значит, прийти к ясному «да» в отношении собственных действий, почувствовать их оправданность, научиться свободно принимать решения и нести за них ответственность.

— *Насколько развита экзистенциальная психотерапия в России?*

— Я приезжаю в Россию одиннадцатый год подряд и вижу те изменения, которые произошли за это время в принятии экзистенциального метода. Поначалу студентам, обучающимся на программах по экзистенциальной психотерапии (кстати, еще пять лет назад программа «Психологическое консультирование: экзистенциальный анализ» начала реализовываться как программа дополнительного образования Института практической психологии ГУ-ВШЭ), — так вот им было сложно следовать «экзистенциальному» мышлению. Сейчас, десять лет спустя, я вижу, что студенты значительно легче понимают экзистенциальные темы. После трудного начального периода освоения, когда студенты пытаются понять, собственно, о чем экзистенциальный анализ, они погружаются очень глубоко в материал. В целом, мне кажется, экзистенциальный взгляд близок русским людям по духу. Я не раз слышал от профессоров университета, что, по их мнению, экзистенциальное движение как философско-психологическое течение возникло в России, но из-за особой социальной ситуации не получило дальнейшего развития здесь. Сейчас оно возвращается на

«родину» и встречается с экзистенциальным отношением, глубоко укорененным в русской душе. Русские — глубокие люди, которые не хотят жить поверхностно, хотя, конечно, окружающая действительность подталкивает нас к этому. Русские люди проявляют искреннюю любовь к жизни и желание ее прожить осмысленно, овладеть искусством жизни и делиться своим знанием с другими людьми. Поэтому я считаю, что экзистенциальное видение и феноменологический метод хорошо соотносятся с российской ментальностью.

— *Достаточно ли тех профессиональных навыков, которые даются в рамках магистерской программы, для вступления в профессиональную жизнь?*

— Так как обучение психологическому консультированию в этой программе «вписано» в магистерскую программу, здесь есть своя специфика. Для того чтобы формально иметь возможность приступить к консультированию, студентам необходимо проделать немного больше работы, чем это предполагается в рамках магистерской программы. Им нужна практика психологического консультирования и супервизии этой практики, по крайней мере, сто часов супервизий. Частично они включены в учебный план нашей магистерской программы, но в меньшем объеме. Чтобы получить международный диплом психолога-консультанта GLE, студентам необходимо самостоятельно продвинуться в обучении, тренироваться в работе с клиентами. И эта работа на первых порах должна сопровождаться супервизорами, которые вместе с начинающими психологами будут работать над качеством применения методов. Психологическое консультирование — сложная работа, требующая высокого личностного развития и хорошего владения профессиональными навыками.

Людмила Мезенцева, Новостная служба портала ГУ-ВШЭ