

На правах рукописи

КУБАРЕВ Вячеслав Сергеевич

**ОСОЗНАНИЕ ЖИЗНЕННЫХ СМЫСЛОВ
В РАБОТЕ СО СНОВИДЕНИЯМИ**

19.00.01 – Общая психология, психология личности,
история психологии

АВТОРЕФЕРАТ
диссертации на соискание ученой степени
кандидата психологических наук

Москва-2013

Работа выполнена в Федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего профессионального образования «Московский государственный университет имени М. В. Ломоносова»

Научный руководитель: **Россохин Андрей Владимирович**,
доктор психологических наук, старший
научный сотрудник кафедры общей
психологии факультета психологии ФГБОУ
ВПО «МГУ имени М. В. Ломоносова»

Официальные оппоненты: **Улыбина Елена Викторовна**,
доктор психологических наук, профессор
Института психологии им. Л. С. Выготского
ФГБОУ ВПО РГГУ

Морозов Станислав Михайлович,
кандидат психологических наук, доцент,
профессор кафедры индивидуальной
и групповой психотерапии ГБОУ ВПО
г. Москвы МГППУ

Ведущая организация: Федеральное государственное научное
учреждение **Психологический институт**
Российской академии образования

Защита состоится *27 декабря 2013* года в *15.00* часов на заседании диссертационного совета Д 501.001.14 в ФГБОУ ВПО «Московский государственный университет имени М. В. Ломоносова» по адресу: 125009, г. Москва, ул. Моховая, д. 11, стр. 9, ауд. 215.

С диссертацией можно ознакомиться в Научной библиотеке ФГБОУ ВПО «МГУ имени М. В. Ломоносова» (г. Москва, Ломоносовский просп., д. 27) и на сайте <http://psy.msu.ru/science/autoref/index.html>

Автореферат разослан _____ ноября 2013 года.

Ученый секретарь
диссертационного совета Д 501.001.14,
доктор психологических наук



М. Ш. Магомед-Эминов

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования определяется двумя аспектами – культурно-историческим и научно-психологическим. В культурно-историческом – особенностью ситуации развития современного человека, а именно его отчужденностью, как от своего жизненного мира, так и от самого себя. Это отчуждение отмечали: В. Франкл (2000) – говоря о ноогенном неврозе; К.Г. Юнг (1996) – называя в качестве базовой проблемы личности духовную нужду и обозначая проблему смысла жизни как основу «невроза нашего времени»; М.К. Мамардашвили (1984) – видя трагедию современного человека в непонимании того, кто он и что с ним происходит; К. Ясперс (1991) и П. Тиллих (1995) – осмысливая духовную ситуацию времени как недостаток самобытия, как потерю субъективности, а вместе с ней и смысла. В этом же контексте повседневный способ существования человека проблематизируется Э. Фроммом (1998), М. Хайдеггером (1993) и другими мыслителями. В качестве источника «ноогенного кризиса» современности называется десимволизация и десакрализация культуры (М.К. Мамардашвили, 1997; С. Московичи, 1998; А.М. Пятигорский, 1997; М. Элиаде, 2010). В связи с этим, отмечает К.Г. Юнг, в XX веке получила широкое распространение психология, призванная помочь человеку пережить ноогенный кризис и найти путь к Себе. Поэтому, как в зарубежной (В. Франкл, 2000; Э. Фромм, 1998; К.Г. Юнг, 1997), так и в отечественной (Б.С. Братусь, 1998; Ф.Е. Василюк, 2005; В.П. Зинченко, 1991; А.А. Пузырей, 2005) психологии отмечается необходимость осмысления духовного опыта человека, что обращает психологию к пограничной с религией и философией области. Одним из путей развития данного направления, по нашему мнению, является исследование динамики и механизмов осознания человеком своих жизненных смыслов, основанное на неклассическом подходе, развиваемом современной отечественной психологией (А.Г. Асмолов, 2002; Ф.Е. Василюк, 2003; В.В. Знаков, 2005; Т.В. Корнилова, 2010; Д.А. Леонтьев, 2003; М.Ш. Магомед-Эминов, 2009; В.Ф. Петренко, 2010; А.А. Пузырей, 2005).

Научно-психологическая актуальность работы заключается, прежде всего, в том, что в онтологической картине отечественной психологии осуществляется сдвиг с субъект-объектной онтологии к онтологии «человек – жизненный мир» (С.Л. Рубинштейн, 2003), при этом базовый психологический принцип деятельностного опосредования сознания (А.Н. Леонтьев, 1983) переформулируется как «принцип бытийной опосредованности» (А.Г. Асмолов, 2001; Д.А. Леонтьев, 2003). В связи с этим происходит переход к рассмотрению смысловых образований личности в контексте целостности жизни и жизненного мира человека. В качестве одной из единиц анализа этой целостности берется жизненный смысл, который: а) в деятельностном аспекте рассматривается в качестве мотивационного вектора, определяющего направленность сложившихся форм жизненных отношений, таких как «жизненные стратегии» (К.А. Абульханова, 1999), «стиль жизни» (А. Адлер, 2002), «варианты жизни» (В.Н. Дружинин, 2005) человека; б) в аксиологическом аспекте в качестве смысловой связи с социокультурной целостностью, в которую человек включен как личность, как носитель «духовного бытия» (В.В. Летуновский, 2002), «родовой сущности» (Б.С. Братусь, 1988), самости (К.Г. Юнг 1997). Эта смысловая связь преломляется в жизненной позиции (К.А. Абульханова, 1999) человека, его «жизненных принципах» (Н.А. Низовских, 2010), смысле жизни (Б.Э. Чудновский, 1999), выступающих референтами того, что С.Л. Рубинштейн (2003) назвал «философским осмыслением жизни».

В современной литературе жизненные смыслы рассматриваются как сложившиеся превращенные формы жизненных отношений, кристаллизованные в смысловой структуре личности, обеспечивающей регуляцию жизнедеятельности субъекта (А.Г. Асмолов, 2001; Д.А. Леонтьев, 2003). В эмпирических исследованиях в большинстве случаев они представляются, либо как независимые от сознания субъекта мотивационные регуляторы его жизнедеятельности, либо как ценностно-идеологические предуготовленные конструкты, к которым субъект обращается для обоснования своих действий, и которые доступны для непосредственного интроспективного

описания. В обоих случаях методологической основой исследований выступает субъект-объектная онтология, приводящая к разрыву двух модусов существования жизненных смыслов: сознания и жизнедеятельности. В тени исследований остаются феноменологический и событийный аспекты проблемы, первый из которых связан с вопросом о том, каким образом субъект сознания посредством рефлексивной деятельности конституирует для себя жизненные смыслы, решая «задачу на смысл» (А.Н. Леонтьев, 1971), и делает их реальными регуляторами своей жизни, решая «задачу на жизнь» (М.Ш. Магомед-Эминов, 2009). Второй аспект связан с вопросом «каким образом человек может выступить не только как участник жизненных отношений, в которые он непосредственно включен, но как субъект личностного пути (Д.А. Леонтьев, 2009), способный занимать рефлексивную позицию к жизни в целом (С.Л. Рубинштейн, 2003), переосмыслять ее, изменять сложившуюся систему отношений с миром и смысловые структуры, в которых они преломляются?»

Одним из возможных направлений ответа на поставленные вопросы, по нашему мнению, может быть рассмотрение жизненных смыслов с точки зрения «системной рефлексии» (Д.А. Леонтьев, 2009), в контексте которой исследование сосредотачивается на раскрытии механизмов личностной рефлексии (А.В. Россохин, 2010), базовым аспектом которой выступает осознание жизненных смыслов. Отметим, что осознание в данном случае выступает не только как вербализация скрытых актуально существующих жизненных смыслов, как их постижение, но и как конструктивный процесс привнесения, обогащения жизни смыслом, как смыслопорождение. В этом ключе, обозначенный Д.А. Леонтьевым (2005) тезис «от смысла жизни к осмысленной жизни», в контексте нашей работы может быть продолжен следующим образом – «от осмысленной жизни к ее осмыслению».

Личностная рефлексия рассматривается нами как диалогическая реконструкция жизненного смысла в сознании субъекта, несущая в своей структуре двойное опосредование (символом и текстом) и разворачиваемая в пространстве двух феноменологических «измерений»: «для Себя» и «для

Другого» (М.М. Бахтин, 1979). Конструктивная функция осознания заключается в переоценке значимости существующих жизненных отношений и актуализации новых смысловых контекстов жизни. Базовый вопрос нашей работы, - «каким образом человек, как субъект сознания, конституирует себя в качестве субъекта жизни», - задает психотехнический контекст исследования (Ф.Е. Василюк, 2003). В его рамках осознание жизненных смыслов, как базовый аспект личностной рефлексии, может быть понято как рефлексивная психотехника знаково-символического опосредования переживания, конституирующая последнее в качестве события жизни личности.

Целью исследования является реконструкция динамики осознания жизненных смыслов, происходящей в работе со сновидениями.

Объект исследования: жизненный смысл в диалогических реконструкциях сновидений.

Предмет исследования: динамика осознания жизненных смыслов в работе со сновидениями.

Гипотезы исследования:

1. В работе со сновидениями активизируются процессы осмысления индивидом своей жизни в целом, приводящие к становлению рефлексивной и произвольной позиции.

2. При работе со сновидениями, в их сюжетах будет разворачиваться процесс смыслообразования, имеющий следующие фазы: 1) проблематизация, высвечивающая недостаточность наличной смысловой структуры; 2) актуализация новой структуры, компенсирующей недостаточность старой и вызывающая внутреннее противоречие; 3) возникновение новой полноценной структуры и ее присвоение.

3. На разных фазах смыслообразования существуют различия в направленности рефлексивной деятельности: если в начале психотехнической работы рефлексивная деятельность направлена на объективацию существующей смысловой структуры жизни в контексте ее трансформации и проблематизации, то в конце – на извлечение опыта самопознания и осознание себя субъектом нового опыта жизни.

4. Позиция Другого в диалогических реконструкциях сновидений является условием, обеспечивающим общую динамику осознания жизненных смыслов: от инициации события сознания через извлечение опыта самопознания к осмыслению жизненной ситуации в контексте изменения способа жизни.

Задачи исследования:

1. Провести теоретический анализ концептуальных основ проблемы смысла жизни и выявить специфику данной проблемы применительно к современным психологическим исследованиям.

2. Рассмотреть жизненные смыслы как единицы анализа экзистенциального опыта личности.

3. Оценить возможности феноменологического исследования динамики осознания жизненных смыслов в психотехническом контексте.

4. Провести эмпирическое исследование динамики осознания жизненных смыслов, инициированной работой со сновидениями.

Методологическая база исследования:

Деятельностный подход (А.Н. Леонтьев, 1983; С.Л. Рубинштейн, 2003); психотехнический подход (Ф.Е. Василюк, 2003); герменевтико-феноменологический подход (П. Рикер, 2002; М.К. Мамардашвили 1984); принцип знаково-символической опосредованности сознания (Л.С. Выготский, 2000; К.Г. Юнг, 1998); метод продуктивной амплификации сознания (А.А. Пузырей, 2005).

Методы исследования:

1. Феноменологический метод, основанный на принципах проведения качественных психологических исследований (Н.П. Бусыгина, 2009; А.В. Россохин, 2010; А.М. Улановский, 2007; А.Ю. Чернов, 2008). Качественный анализ смыслового содержания сновидений и письменных транскриптов, выступающих в качестве контент-аналитических единиц, с последующим определением частот встречаемости и применением к ним методов описательной и аналитической статистики (U-Крускала-Уолиса, T-

Вилкоксона, χ^2 Пирсона и др.). В процессе качественного анализа письменных транскриптов использовался метод экспертной оценки.

2. Методы анкетирования и тестирования: 1) методика ценностного спектра (Д.А. Леонтьев, 1997); 2) тест смысложизненных ориентаций (Д.А. Леонтьев, 2000); 3) методика предельных смыслов (Д.А. Леонтьев, 1999).

Научная новизна исследования

1. Разработана психотехника, позволяющая инициировать и исследовать динамику осознания жизненных смыслов. Данная психотехника основывается на синтезе экзистенциально-феноменологической и аналитической психотерапии с опорой на личностную рефлексю.

2. В рефлексивной деятельности при работе со сновидениями выявлены и эмпирически обоснованы следующие уровни: 1) уровень рефлексивных операций (32 операции); 2) уровень рефлексивных действий (10 действий); 3) уровень субъекта рефлексии (4 типа субъекта).

3. Показаны этапы осознания жизненных смыслов в работе со сновидениями, включающие: 1) конституирование события сознания, запускающее процессы смыслообразования; 2) извлечение опыта самопознания, инициированного психотехнической работой; 3) осмысление жизненной ситуации в контексте изменения способа существования.

4. Выделен механизм смыслообразования, включающий в себя следующие компоненты: 1) проблематизация; 2) актуализация новой смысловой структуры; 3) смысловая отраженность; 4) обращенная проблематизация; 5) присвоение новой смысловой структуры.

Теоретическая значимость исследования

Предпринятое в работе рассмотрение природы жизненных смыслов с учетом различных концептуально-методологических контекстов позволило выявить два основных направления осмысления жизни, связанных, с одной стороны, с погружением в бессознательные глубины личности, ее субъективную жизнь посредством, прежде всего, «первичных символов» (по М.К. Мамардашвили) и, с другой стороны, приобщением к идеальному пространству культуры посредством культурных – «вторичных символов».

Такой подход дает возможность систематизировать в рамках единой концептуальной психологической системы различные объяснительные схемы понимания жизненных смыслов.

Исследование жизненных смыслов в процессе решения субъектом задачи на смысл (по А.Н. Леонтьеву) позволило раскрыть рефлексивные механизмы конструирования жизненных смыслов субъектом сознания. Постановка в этом контексте вопроса о направлениях и средствах осмысления жизни, анализ топологии экзистенциального опыта личности и выделение рефлексивной модели осознания жизненных смыслов позволяет сделать шаг в развитии психотехнических исследований в психологии, наметив пути продуктивной теоретической рефлексии опыта психологической практики.

Практическая значимость

Разработанные конкретные психотехнические процедуры могут использоваться в психотерапевтической практике для помощи людям, столкнувшимся с кризисом осмысленности жизни, а также испытывающим трудности в личностном развитии и росте. Выявленная модель рефлексивной деятельности может использоваться как средство анализа процесса осознания человеком своих личностных проблем в ходе консультативного процесса.

Достоверность данных, полученных в работе, обеспечивается ее теоретической обоснованностью, совмещением качественного и количественного анализа, соответствием требованиям проведения качественных феноменологических исследований. Статистический анализ производился с помощью программы SPSS 11.0.

Положения, выносимые на защиту

1. Диалогическая реконструкция символизированного жизненного смысла инициирует процессы осмысления индивидом своей жизни в целом, позволяя занимать в ее отношении произвольную и рефлексивную позицию.

2. В работе со сновидениями поэтапно разворачивается процесс смыслообразования, который включает в себя следующие компоненты: 1) проблематизация; 2) актуализация новой смысловой структуры;

3) смысловая отраженность; 4) обращенная проблематизация; 5) присвоение новой смысловой структуры.

3. Осознание субъектом жизненных смыслов реализуется в форме рефлексивной деятельности, которая включает в себя: 1) уровень рефлексивных операций; 2) уровень рефлексивных действий; 3) уровень субъекта рефлексии.

4. Динамика осознания жизненных смыслов, разворачивающаяся в работе со сновидениями, имеет следующие этапы: 1) конституирование события сознания, запускающее процессы смыслообразования; 2) извлечение опыта самопознания, инициированного психотехнической работой; 3) осмысление жизненной ситуации в контексте изменения способа своего существования.

5. Позиция Другого в диалогических реконструкциях сновидений выступает фактором, опосредующим общую динамику осознания жизненных смыслов: от события сознания через извлечение опыта самопознания к осмыслению жизненной ситуации в контексте изменения способа жизни.

Апробация результатов

Содержание и результаты диссертационного исследования обсуждались на заседаниях кафедры общей психологии факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова, методологических семинарах кафедры «Психология труда и организационная психология» ОмГТУ, а также в психологической секции Петровской академии наук; представлены на международной научно-практической конференции «Омские социально-гуманитарные чтения» (Омск, 2009, 2012, 2013). Психотехника работы со сновидениями применяется в работе кабинета психологического консультирования ОмГТУ. Материалы диссертации используются в учебных дисциплинах «Психологические теории сознания и бессознательного», «Психология жизненного пути» на гуманитарном факультете Омского государственного технического университета.

Структура работы. Диссертация состоит из введения, четырех глав, заключения, списка литературы и 5 приложений. Работа изложена (включая список литературы) на 222 страницах. В диссертации содержится 30 таблиц и 9 рисунков. В списке литературы указано 270 источников, в том числе 26 – на иностранных языках.

Основное содержание диссертации

Во **Введении** обосновывается актуальность исследования; указываются его объект и предмет; определяются цели и конкретные задачи исследования. Раскрывается научная новизна работы, ее теоретическая и практическая значимость; формулируются положения, выносимые на защиту; обозначается методологическая база исследования.

В первой главе «Феномен смысла жизни и его понимание в философии и психологии: постановка проблемы» определяются основные содержательные аспекты, в рамках которых проблема смысла жизни рассматривается в философско-религиозной и психологической литературе. **В параграфе 1.1.** «Философско-религиозные предпосылки проблемы смысла жизни» обозначаются две стороны проблемы смысла жизни: а) проблема преодоления хаоса естественного существования, в качестве причины которого рассматриваются человеческие «страсти», укорененные в повседневности (И. Кант, М.К. Мамардашвили, 1999; М.М. Рубинштейн, 2003; С.Л. Франк, 2000), средством совладания с которыми являются «духовные упражнения» (П. Адо, 2005), «практики себя» (М. Фуко, 2007), «духовные практики» (С. Хоружий, 2003), «религиозная деятельность» (С.Л. Франк 2000); б) проблема приобщения к сакральному инобытию (Н.А. Бердяев, 2007; Б.П. Вышеславцев, 1994; В. Соловьев, 2009; К.Г. Юнг, 1997), в контексте которой смысл предстает как «зов неизвестной Родины» (М.К. Мамардашвили, 1984), «голос совести» (В. Франкл, 2000; Э. Фромм, 1992; М. Хайдеггер, 1993), «предназначение» (К.Г. Юнг, 1997), то есть, как призыв к ответу-поступку на запросы бытия. Интегральной направленностью проблематики смысла жизни, объединяющей обозначенные аспекты, является стремление человека преобразить себя, свою природу, превратиться из существа естественного в существо сознательно-духовное и этим, превзойдя себя, приблизиться к Богу как абсолютному инобытию (в религии) или истинному бытию (в философии), являющемуся «ядром ядра» жизни (в мифологии). В общепсихологическом контексте смысл жизни может быть рассмотрен как идеальная форма (Л.С. Выготский, 2000; Б.Д. Эльконин, 2001), представленная в качестве

знаково-символического образования (В.П. Зинченко, 1991), событийно возвышающего человека над его естественной природой и превращающая в сознательное существо, личность (С.Л. Рубинштейн, 2003).

В параграфе 1.2. «Жизненный смысл как предмет психологических исследований» мы раскрываем психологический подход к эмпирическому исследованию жизненных смыслов. Его особенность заключается в том, что в нем исследуется не столько смысл жизни как онтологическая структура бытия человека, сколько смысловые образования, определяющие чувство осмысленности жизни индивидуума. Рассматривая данный аспект субъективного бытия, исследователи говорят: о значимой цели, к которой человек мог бы стремиться (А. Адлер, 1997; В. Франкл, 2000; Е. Klinger, 2012; И. Ялом, 1999); жизнестойкости (S.R. Maddi, 2002); толерантности к неопределенности (Е. Frenkel-Brunswik, 1949; Е.Г. Луковицкая, 1998); переживании жизненного потока (М. Чиксентмихай, 2011); чувстве законосообразности, упорядоченности ситуации (J. Greenberg, 2012; R.F. Baumeister, 1991; И. Ялом 1999); удовлетворенности жизнью (Д.А. Леонтьев, 2000; И. Ялом, 1999); субъективном благополучии личности (П.П. Фесенко, 2005; D. Shmotkin, A. Shrira, 2012; C.D. Ryff, 2012); приобщенности к большему целому (Е. Klinger, 1977; P. Wong, 2012; A. Tomer, 2011; Б.С. Братусь, 1988). Е.Н. Осин (2007), обобщая перечень, рассматривает эти смысловые образования как субъективные «переменные» осмысленности жизни. Похожие переменные обозначает И. Ялом (1999), называя их «секулярными действиями, дающими человеку ощущение жизненной цели».

В параграфе 1.3. «Оппозиция «осуществление-приобщение» в проблеме смысла жизни» анализируются два подхода, один из которых рассматривает смысл жизни через конструкцию «приобщение» (Б.С. Братусь, 1998; С.Л. Франк, 2000; К.Г. Юнг, 1997), а другой – «осуществление» (А. Адлер, 1997; М.М. Бахтин, 1986; Ж.П. Сартр, 2000; В. Франкл, 2000). В центре внимания первого подхода находится проблема приобщения человека к духовной вертикали (смысл жизни – связь по вертикали), приобщения (через медитацию, молитву, ритуал) к сакральной, божественной, вечной,

надындивидуальной жизни, которую можно испытать в религиозных практиках. В концепциях «осуществления» центральной темой является самореализация, осуществление человеком Себя в действии, поступке, воплощающегося в жизненном мире и обнаруживающего свой смысл в задачах и достижении ценностно-значимых целей в этом мире, «посюсторонней жизни» (смысл жизни – связь по горизонтали). В первом случае основным упованием (Ф.Е. Василюк, 2003) субъекта жизни является нуминозное переживание (К.Г. Юнг, 1991), а во втором – стремление к цели (В. Франкл, 2000).

В параграфе 1.4. «Жизненные смыслы как рефлексивные единицы субъекта сознания» в качестве центрального звена проблемы смысла жизни мы рассматриваем человека, осмысливающего себя в системе жизненных отношений. Нами обосновывается эвристичность исследования жизненных смыслов на основе следующих теоретических положений: а) жизненные смыслы конституируются сознанием в форме различных моделей, которые определяют как содержательную специфику образа мира человека, так и актуальный опыт, который он «может иметь» в полагаемом им мире (Л. Бинсванер, 1999; В.Ф. Петренко, 2010); б) жизненные смыслы являются имплицитными смысловыми структурами, которые, участвуя в конструировании образа мира и жизненного опыта человека, непосредственно им не осознаются, и предполагают особую задачу на смысл (А.Н. Леонтьев, 1971), влекущую за собой «задачу на жизнь» (М.Ш. Магомед-Эминов, 2009); в) содержательной единицей анализа жизненных смыслов является жизненная философия (С.Л. Рубинштейн, 2003) или нарратив, базирующийся на содержании автобиографической памяти (Д. Макадамс, 2008; K.L. Sommer, 2012; R.F. Vaumeister, 2012; D.R. Veike, 2012; T. S. Crone, 2012; В.В. Нуркова, 2000) и индивидуальной мифологии (Е.Е. Сапогова, 2003). Основная идея обозначенных выше положений заключается в том, чтобы видеть в жизненном смысле не объективную структуру, независимую от сознания личности, но конституируемую сознанием реальность, возникающую в процессе концептуализации и интерпретации человеком своего жизненного опыта. Отсюда, в качестве центральной фигуры исследования принимается

рефлексивная деятельность, опосредованно которой индивид для себя конституирует жизненные смыслы, решая задачу на смысл.

Во второй главе «Жизненные смыслы в контексте экзистенциального опыта личности» вводится концептуальная система координат, разворачивающая проблему смысла жизни в контексте самопознания личности, как понимающего себя бытия (В.В. Знаков, 2005), как субъекта сознания (С.Л. Рубинштейн, 2003). **В параграфах 2.1.** «Жизненный смысл как онтологическая единица жизненного мира» **и 2.2.** «Жизненный смысл как экзистенциальная единица самобытия личности», прежде всего, мы выделяем два аспекта отношений жизненного мира и человека как субъекта сознания: а) мироцентрический, предметом анализа в котором является со-бытие человека и мира или бытие человека в мире (М.М. Бахтин, 1986; Л. Бинсвангер, 1999; М. Босс, 1952; К. Джендлин, 2009; А. Лэнгле, 2004; Ж.П. Сартр, 2000; В. Франкл, 2000); б) субъектоцентрический, предметом анализа в котором является само-бытие субъекта, отношение личности к собственному бытию (К. Дюркхайм, М.Ш. Магомед-Эминов, 2009; М.К. Мамардашвили, 1984; К.Г. Юнг, 1997; К. Ясперс, 1991). В первом случае сознание является условием свободы действий человека в конкретной жизненной ситуации, позволяя ему исходить не из непосредственной натурально воспринимаемой ее данности, но исходя из наделяемого смысла (Л.С. Выготский, 2000; Б.Д. Эльконин, 2001; В. Франкл, 1990). Во втором случае сознание выступает в форме самосознания, являясь условием внутреннего развития человека (В.П. Зинченко, 1991; К.Г. Юнг, 1997). Жизненные смыслы, рассмотренные в первом аспекте, предстают как объективные смысловые структуры жизненного мира человека (В. Франкл, 2000); а рассмотренные во втором аспекте – как переживаемые экзистенциальные структуры самобытия личности (К. Ясперс, 1999).

В соответствии с обозначенными аспектами отношений человека и жизненного мира, мы выделяем две формы практики, в которых эти отношения конституируются: а) внешняя форма, когда практика берется в отношении к миру и рассматривается как деятельность (А.Н. Леонтьев, 1983); б) внутренняя форма, когда практика берется в отношении к самосознанию и рассматривается

как практика себя (М. Фуко, 2007). В контексте проблемы смысла жизни в качестве практик себя, конституирующих жизненные смыслы, выступают духовные практики (П. Адо, 2005; М. Фуко, 2007; С.С. Хоружий, 2003), направленные на самопознание и трансформацию субъекта их реализующего. Нами выделяются две формы духовной практики: а) практики возвышения субъекта к идеальному инобытию; б) практики погружения субъекта в бессознательное самобытие. Отсюда исходят два пути, на которых возможен поиск смысла жизни: а) погружение в бессознательные глубины личности, ее субъективную жизнь посредством первичных символов (К.Г. Юнг, 1998); б) приобщение к идеальному пространству культуры (посредством культурных, вторичных символов), возвышающей человека над его субъективностью и обращающей к объективному духу (Ф.Е. Василюк, 2005; С.С. Хоружий, 2003). Два этих пути предполагают две различные топологические схемы, одна из которых в работах П. Рикера (2002) получила название «герменевтика сознания», а другая – «герменевтика бессознательного».

В параграфе 2.3. «Общепсихологические последствия различения онтологического и экзистенциального аспектов жизненного смысла» проводится детальный анализ выделенных форм экзистенциальной герменевтики, которые, в конечном счете, задают двойную систему координат, образующих топологию экзистенциального опыта личности: 1) самобытие – бытие в мире; 2) бессознательное (субъективное самобытие) – сознание («объективное» бытие). Центральной точкой в этой системе рассматривается сознающий себя индивид, который конституирует себя посредством той или иной «духовной герменевтики». В соответствие с выделенной топологией можно выделить четыре аспекта жизненного смысла.

Жизненный смысл как ...	Самобытие	Бытие в мире
Сознание	Идеальная культурная форма, представленная в духовных образцах (Ф.Е. Василюк, С.С. Хоружий)	Значимые жизненные цели и задачи (А. Адлер, В. Франкл), проект себя (Ж.П. Сартр)
Бессознательное	Символическая структура смыслообразующей динамики личности (К.Г. Юнг, К. Яспере)	Смысловые априори жизненного опыта (Л. Бинсвангер)

В контексте нашего исследования жизненные смыслы рассматриваются как символические структуры, выражающие бессознательную смыслообразующую динамику личности.

В третьей главе «Феноменология как метод осознания жизненных смыслов» раскрывается структура рефлексии, посредством которой конституируется деятельность по осознанию жизненных смыслов. **В параграфе 3.1. «Феноменологическая рефлексия Э. Гуссерля»** мы рассматриваем основные понятия феноменологии Э. Гуссерля (2005), посредством которых анализируется феноменологическая рефлексия как способ и средство познания смыслообразующей деятельности сознания. Этот способ заключается в сдвиге фокуса сознания с объективной стороны жизненной ситуации к интенциональной структуре переживания, выступающей, по словам С.Л. Франка (2000), глубинным слоем, просматриваемым сквозь внешнюю поверхность душевной жизни.

Основным допущением феноменологии Э. Гуссерля (2005) являлось положение о прозрачности, очевидности (К.А. Свасьян, 2010) для сознания интенциональной структуры переживания, то есть, прозрачности бытия сознания для самого сознания. П. Рикер (2002), обозначив это допущение как иллюзию самосознания, отмечает, что интенциональная структура душевной жизни «взятая во всем ее объеме, может иметь иные смыслы, отличные от непосредственного смысла». Основываясь на этом, мы показываем, что начиная с этого сомнения сознания в самом себе, феноменологический метод начинает разворачиваться в качественно новом контексте. Если до этого исходной точкой для феноменологической рефлексии выступала ситуация погруженности субъекта в жизненный мир, а основной заботой было понимание актуального опыта мира, то теперь исходной точкой становится обращенный к себе субъект, забота и рефлексивная задача которого – познать собственное бытие, «понять кто ты и что с тобой происходит» (М.К. Мамардашвили, 1984). Рефлексия, таким образом, из феноменологической превращается в личностную (А.В. Россохин, 2010). Нами раскрываются основные смыслообразующие единицы личностной рефлексии.

В параграфе 3.2. «Символическое опосредование личностной рефлексии» рассматривается символ (Л. Бинсвангер, 1999; Т.М. Буякас 2000; Н.В. Кулагина, 2006; М.К. Мамардашвили, 1997; А.М. Пятигорский, 1997; Е.В. Улыбина, 1999), понимаемый как единица анализа жизни сознания, высвечивающая его бессознательную, то есть, собственно смысловую сторону, которая раскрывается посредством интерпретации (П. Рикер, 2002; З. Фрейд, 1989; К.Г. Юнг, 1998). Отмечается, что символ выступает основой вторичного переживания неосознаваемой смыслообразующей динамики личности, инициирующей новый личностный опыт (В.В. Архангельская, 2013; Т.М. Буякас, 2000; А.А. Пузырей, 2005).

В параграфе 3.3. «Семиотическое опосредование личностной рефлексии» раскрывается категория «текст» (Р. Барт, 1989; Ю.М. Лотман, 1992; П. Рикер, 2002; М.К. Мамардашвили, 1984), под которым понимается особое семиотическое изображение, «дополнительная плоскость отражения» (Е.В. Улыбина, 1999), в котором воплощается, обретая субъективные содержательные формы, неосознанная динамика смыслообразования, недоступная непосредственному интроспективному акту самонаблюдения. В такой содержательной выраженности текст есть опосредованное символом рефлексивное построение (В.Г. Аникина, 2010), используя которое человек осознает жизненные смыслы, изображая их в качестве событий своей внутренней жизни.

В параграфе 3.4. «Диалогическое опосредование личностной рефлексии» производится различение двух феноменологических измерений: «для себя» и «для другого» (М.М. Бахтин, 1979; С.М. Морозов, 2002). Вслед за Ф.Е. Василюком (2005), мы говорим о том, что человек непосредственно идентифицирует себя со своими жизненными смыслами, которые, в свою очередь, персонифицируются в качестве структур феноменального «образа Себя в себе» или имаго (Д. Макадамс, 2008). Выделение измерений «для себя» и «для другого» позволяет, с одной стороны, говорить о неосознанности образа Себя в себе, то есть, его недоступности для наивной рефлексии (что согласуется с критикой постулата непосредственности (П. Рикер, 2002) и, с другой, возможности его осознания, опосредованного «взглядом» Другого.

В заключении, проводятся параллели между выделенной феноменологической топологией и ситуацией психологического консультирования. В психотерапевтическом диалоге в качестве Другого выступает психолог, клиент же «приходит», погруженный в свои переживания, смысл которых он не может понять, опираясь на интроспективное наблюдение. Личностная рефлексия, разворачиваемая в диалоге между ними, позволяет человеку, опосредовано рефлексивными построениями, осознать свои жизненные смыслы и измениться в опыте осознания.

В четвертой главе «Эмпирическое исследование динамики осознания жизненных смыслов в работе со сновидениями» представлена программная часть исследования, в которой обозначены объект, предмет цели, задачи, методы, а также процедура, результаты и выводы, сделанные на основе фактического материала. Исследование проводилось в трех аспектах: исследовались, во-первых, структура и содержание внутриличностного события, инициируемого психотехнической работой (параграф 4.2.); во-вторых, рефлексивная деятельность осознания, осуществляемая внутри происходящего события (параграф 4.3.) и, в-третьих, трансформация превращенных форм сознания индивида, произошедшая вследствие внутриличностного события (параграф 4.1.).

В параграфе 4.1. «Исследование динамики смыслообразования до и после проведения психотехнической работы» представлено исследование динамики смыслообразования с использованием метода сравнения структуры жизненных смыслов до и после проведения психотехнической работы. Целью такого сравнения было, во-первых, показать, что в процессе работы со сновидениями происходит смысловая трансформация на уровне жизненных смыслов личности и, во-вторых, описать качественную специфику производимой трансформации. Предметом исследования были превращенные формы сознания индивида, операционализируемые такими смысловыми образованиями, как: а) семантические структуры картины жизненного мира (параграф 4.1.1); б) предельные смыслы Я (параграф 4.1.2); в) смысложизненные ориентации (параграф 4.1.3). Общая гипотеза, которая проверялась в этой серии

исследования: вследствие проведения психотехнической работы со сновидениями активизируются процессы осмысления индивидом своей жизни в целом, приводя к возникновению в ее отношении рефлексивной и произвольной позиции.

В параграфе 4.1.1. исследовалась динамика семантических структур картины жизненного мира. Для их диагностики использовалась методика «Ценностный спектр» (Д.А. Леонтьев, 1997), являющаяся вариантом метода репертуарных решеток в исследовании жизненных смыслов. Последние, в данном случае, представлены в качестве семантических структур сознания, являющихся «концептуальной рамкой» картины жизненного мира (В.Ф. Петренко, 2010). Методика позволяет осуществлять глубокий качественный анализ «имплицитной картины жизненного мира», единицами которой являются жизненные смыслы. Эмпирическая гипотеза состоит в следующем: вследствие проведения психотехнической работы со сновидениями произойдут изменения в семантической структуре картины жизненного мира: а) актуализируется экзистенциальный вектор «личность - самость»; б) актуализируется произвольная и рефлексивная позиция относительно себя и своей жизни.

Анализ эмпирических данных проведен с использованием ранговой корреляции Кенделла. Определялась взаимосвязь между сферами (жизнь, труд, любовь, человек, смерть, я сам, прошлое, настоящее, будущее) и выстраивались корреляционные плеяды. Далее, относительно каждой взаимосвязи или группы взаимосвязанных сфер проводилось ранжирование бытийных ценностей и выделение наиболее и наименее выраженных ценностей. Затем проводился качественный анализ выделенных ценностей, и определялось общее смысловое содержание их связывающее. Проводился сравнительный анализ семантических структур картины жизненного мира до и после проведения психотехники. Качественный анализ производился по аналогии с факторным анализом с той разницей, что вместо собственно факторов в нашем случае выступали корреляционные плеяды, а вместо семантических шкал – бытийные ценности, содержание которых определено А. Маслоу (1999). Сравнительный

анализ проводился в два этапа: а) качественное сопоставление структуры бытийных ценностей до и после проведения психотехники; б) количественный анализ произошедших изменений.

Оказалось, что психотехническая работа инициировала изменение семантического пространства картины жизненного мира. В результате этого, во-первых, произошло усложнение семантического пространства, которое помимо горизонтального измерения, представленного временным вектором («настоящее – будущее»), приобрело также и вертикальное измерение, представленного в векторе глубины («личность - Самость»). Кроме того, актуализировалась произвольная и рефлексивная позиция испытуемых в отношении себя и своей жизни, о чем свидетельствует, во-первых, опять же, поворот «личность - самость», предполагающий рефлексивную позицию, обращенную к жизни в целом, и, во-вторых, то, что сам человек для себя предстал в качестве «предмета» целенаправленного воздействия, практики себя.

Для оценки достоверности количественных изменений бытийных ценностей, произошедших в результате проведения психотехники осмысления жизни, нами использован непараметрический критерий Вилкоксона. Статистическая процедура показала значимое увеличение показателей следующих бытийных ценностей: «единство противоположностей» ($T=2,05$ при $p=0,04$); «жизненность» ($T=2,41$ при $p=0,02$); «порядок» ($T=2,03$ при $p=0,04$) и «справедливость» ($T=2,12$ при $p=0,03$). Выделенные бытийные ценности можно обобщить в две группы: а) единство противоположностей – жизненность; б) порядок – справедливость. В первом случае мы имеем дело с динамической формой существования, преодолевающего собственную внутреннюю противоречивость. Во втором случае – с ориентацией на объективность, очищенную от субъективных проекций. Обе описанные характеристики представляют собой диалектическую единицу смыслообразования, которая, с одной стороны, динамична и в этом плане несет в себе инициальный потенциал, а с другой – законосообразна, неслучайна, имеет собственную внутреннюю логику развития, независимую от Эго-сознания человека.

В параграфе 4.1.2. исследовалась динамика предельных смыслов Я для того, чтобы показать изменения в смысловой структуре самосознания субъекта. Для их диагностики использовалась методика «Предельные смыслы» (Д.А. Леонтьев, 1999). Необходимо отметить три важные, в контексте нашей теоретической позиции, характеристики данной методики: а) ее диалогический характер, предполагающий, как отмечает Д.А. Леонтьев, что «... экспериментатор и испытуемый в майевтическом диалоге совместно оформляют и совместно осмысливают субъективную реальность испытуемого»; б) ее проективность, что соответствует нашему теоретическому положению о недоступности смысловой реальности для непосредственного наблюдения; в) ее феноменологическую направленность. В отличие от варианта Д.А. Леонтьева, мы придерживались следующей схемы: а) испытуемый называет три наиболее характерные на сегодняшний день его черты; б) далее производится процедура, аналогичная описанной Д.А. Леонтьевым. Такое изменение связано с тем, что в центре нашего внимания в данном случае находилось не столько мировоззрение, сколько сам субъект как сознающий себя индивид. Если в первом случае мы имеем дело со смысловой структурой жизненного мира, то во втором – со смыслом себя (смыслом Я), как рефлексивной единицей субъекта сознания. Планируя эту часть исследования, мы полагали, что проведение психотехнической работы со сновидениями инициирует изменения в содержании предельных смыслов Я в следующих направлениях: а) «социальное благополучие – полнота жизни»; б) «сохранение позитивного образа себя – рефлексивная жизненная позиция».

Обработка данных производилась следующим образом: 1) строилось «дерево» предельных смыслов по каждой из обозначенных испытуемым своих характеристик; 2) проводился качественный анализ всех компонентов «дерева», в результате которого они объединялись в группы (факторы), имеющие общее смысловое содержание; 3) производился сравнительный анализ структуры факторов до и после психотехнической работы (таблица 1).

В таблице 1 представлены следующие направления смысловой трансформации, конституируемой в процессе психотехнической работы: а) от

ориентации на сохранение существующего образа себя и самоутверждение к ориентации на поиск нового опыта и полноты жизни; б) от ориентации на социальное признание к ориентации на рефлексивную жизненную позицию. Отметим, что одной из важных характеристик человека как личности является полнезависимость сознания (Л.С. Выготский, 2000) или разотождествленность с объектом (К.Г. Юнг, 1998). Это, в свою очередь, и предполагает рефлексивную и произвольную позиции в отношении к своей жизни.

Таблица 1

Общие содержательные характеристики предельных смыслов Я
до и после психотехнической работы

Типичные особенности предельных смысловых структур до психотехнической работы	Типичные особенности предельных смысловых структур после психотехнической работы
Забота о сохранении существующей формы самосознания	Озабоченность чувственным переживанием событийности и полноты жизни
Забота об образе себя (эго-образе) в глазах окружающих и в этом ключе о самооценке и самоуважении	Ориентация на смыслообразующую динамику жизни и готовность к ее выражению и осуществлению
Принятие своей ценности (индивидуальности) через признание со стороны окружающих	Полнезависимость, позволяющая, во-первых, занимать в отношении к ситуации разные позиции (гибкость мировосприятия), во-вторых, быть независимым от непосредственной данности жизненной ситуации, в-третьих, обращаться за границу очевидности, к новым возможностям жизненной ситуации.
Гедонистическая ориентация, направленная либо на получение удовольствия, либо на переживание позитивных эмоциональных состояний	

В таблице 1 представлены следующие направления смысловой трансформации, конституируемой в процессе психотехнической работы: а) от ориентации на сохранение существующего образа себя и самоутверждение к ориентации на поиск нового опыта и полноты жизни; б) от ориентации на социальное признание к ориентации на рефлексивную жизненную позицию.

Отметим, что одной из важных характеристик человека как личности является полнезависимость сознания (Л.С. Выготский, 2000) или разотождествленность с объектом (К.Г. Юнг, 1998). Это, в свою очередь, и предполагает рефлексивную и произвольную позиции в отношении к своей жизни.

В параграфе 4.1.3. исследовались смысложизненные ориентации. Для их диагностики использовался «Тест смысложизненных ориентаций» (Д.А. Леонтьев, 2000), который сегодня может быть признан классическим методом исследования смысложизненной проблематики. В нашем исследовании тест используется не только для получения содержательной картины смысложизненных ориентаций, но и с целью оценки обоснованности качественного анализа, производимого в рамках других методик, средствами стандартизированного опросника. Эмпирические гипотезы состоят в следующем: а) вследствие проведения психотехнической работы со сновидениями инициируются изменения по шкалам «цели в жизни», «процесс жизни», «общий показатель осмысленности жизни»; б) значительно повысятся эмпирические показатели шкал «цели в жизни» и «локус контроля-Я» по отношению к их нормативным значениям.

Динамика смысложизненных ориентаций определялась посредством сравнения показателей теста до и после проведения психотехнической работы. Для этого мы, во-первых, с помощью критерия Вилкоксона определяли значимость отличий показателей теста СЖО до и после психотехнической работы и, во-вторых, с помощью критерия Стьюдента, производилась оценка значимости отличий полученных показателей шкал СЖО от их нормативного значения.

Анализ показывает, что по шкалам «цели в жизни» ($T=2,43$ при $p=0,02$), «процесс жизни» ($T=2,39$ при $p=0,02$) и «общий показатель ОЖ» ($T=2,55$ при $p=0,01$) получены статистически значимые отличия. По всем трем шкалам произошло статистически значимое увеличение показателей. Это свидетельствует о том, что в процессе психотехнической работы, во-первых, усилилась ориентация на будущее и постановку значимых целей и, во-вторых, усилилось переживание эмоциональной насыщенности и смысловой

наполненности жизни в настоящем. Применение критерия Стьюдента показало, что значения шкал СЖО до проведения психотехнической работы значимо не отличаются от нормативных, в то время как после нее можно наблюдать статистически значимое отличие от нормативных показателей по шкалам «цели в жизни» ($t=4,9$ при $p=0,001$) и «локус контроля-Я» ($t=3,7$ при $p=0,01$). Преувеличенные по сравнению с нормой значения показателей ориентации на будущее и осознание себя человеком готовым и способным воплощать жизненно значимые для себя цели, свидетельствует об усилении субъектной направленности наших респондентов, то есть, занятии ими произвольной позиции в отношении своей жизни.

В параграфе 4.2. исследовалась динамика смыслообразования, выраженная в сюжетах сновидений. Для этого нами реализован следующий алгоритм: 1) каждое сновидение классифицировано в соответствии со структурой механизма смыслообразования; 2) каждому сновидению присвоен порядковый номер (от 1 до 8), соответствующий последовательности, в которой сновидение разбиралось в процессе психотехнической работы; 3) построена таблица сопряженности между переменными «структура смыслообразования» и «порядковый номер». Мы предположили, что обнаружение значимой зависимости компонента смыслообразования от порядкового номера сновидения, выражающего тот или иной компонент, явится признаком закономерной динамики, разворачивающейся в процессе психотехнической работы. Гипотеза исследования состояла в следующем: в процессе работы со сновидениями, в их сюжетах будет разворачиваться процесс смыслообразования, имеющий определенные компоненты и фазы протекания.

Выделены следующие компоненты механизма смыслообразования: 1) проблематизация; 2) смысловая отраженность (событийный переход); 3) обращенная проблематизация (возврат к проблематизации); 4) актуализация новой смысловой структуры; 5) присвоение новой смысловой структуры. Применение критерия χ^2 Пирсона ($\chi=85,81$ при $p=0,001$) при анализе таблиц сопряженности показало значимое различие в частоте встречаемости того или иного структурного компонента смыслообразования в порядковом номере

сновидения. Это значит, что по мере проведения психотехнической работы со сновидениями на определенном этапе актуализируется и приобретает ведущую роль та или иная структура (либо проблематизация, либо актуализация и т.д.). И эта последовательность имеет закономерный характер (рис. 1).

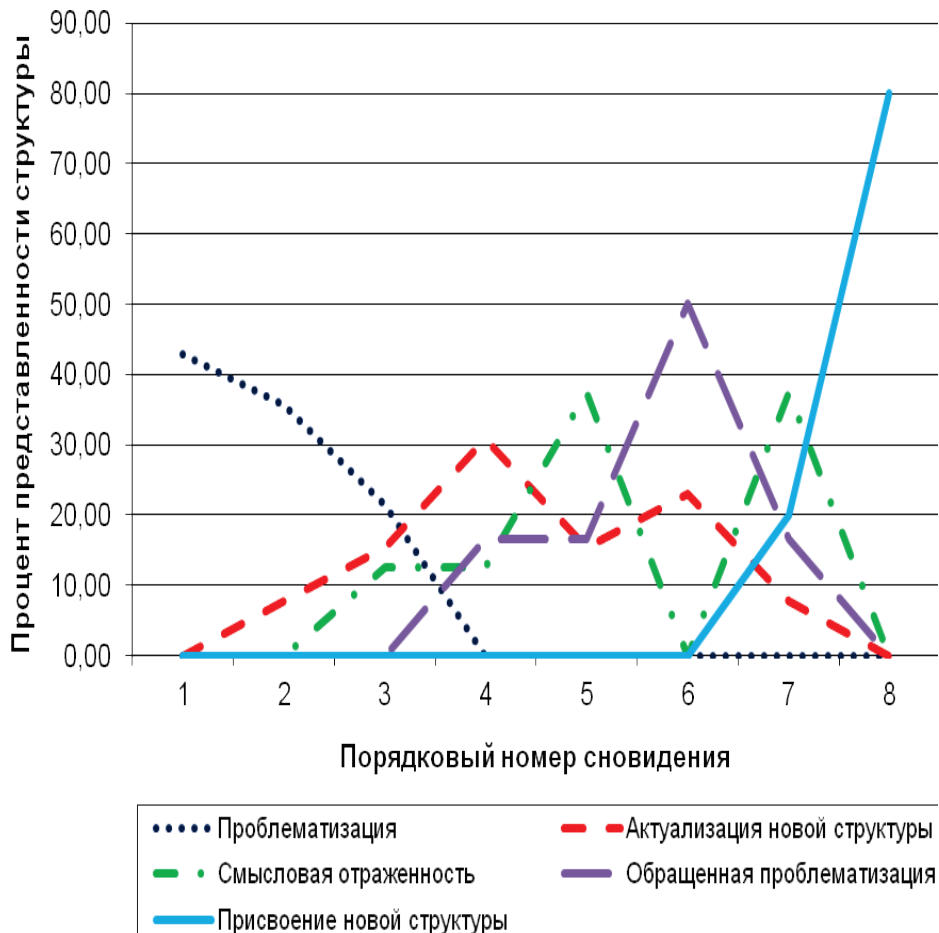


Рисунок 1. Процентное распределение доли структурных компонентов смыслообразования в психотехнической сессии.

Анализ рисунка 1 позволяет утверждать, что: 1) компонент «проблематизация» получил свое 100% распределение в первых трех сновидениях; 2) компонент «актуализация новой структуры» распределен на отрезке между 3-им и 7-ым сновидением, получив свою максимальную выраженность в 4-ом сновидении (30,77%); 3) компонент «отраженная субъектность» актуализируется уже в 3-ем сновидении и получает свою максимальную выраженность в 5-ом и 7-ом сновидениях (по 37,5%,

соответственно); 4) компонент «обращенная проблематизация» актуализируется в 4-ом сновидении и получает свою максимальную выраженность в 6-ом сновидении (50%); 5) компонент «присвоение новой структуры» распределен между 7-ым и 8-ым сновидениями, получая свою максимальную представленность в 8-ом сновидении (80%). Таким образом, смыслообразующая динамика, развертывающаяся в процессе психотехнической работы, выглядит следующим образом: проблематизация – актуализация новой смысловой структуры – отраженная субъектность – обращенная проблематизация – отраженная субъектность – присвоение новой смысловой структуры. В этой динамике можно выделить три этапа смыслообразования: а) фаза проблематизации; б) фаза актуализации новой смысловой структуры; в) фаза присвоения новой смысловой структуры.

В параграфе 4.2. представлена динамика и механизмы осознания жизненных смыслов, происходившего в процессе психотехнической работы. Данный этап исследования реализован следующим образом: а) разрабатывалась матрица, позволяющая выделять и исследовать деятельность осознания; б) производилась классификация фрагментов текста субъектов в соответствии с разработанной матрицей; в) проводился анализ динамики осознания, развертывающейся на протяжении психотехнической сессии; г) производился анализ динамики осознания в рамках отдельного психотехнического шага. Отметим, что единицей исследования выступали не отдельные слова в письменных транскриптах респондентов, но фрагменты текста, в которых выражалась та или иная форма активности сознания, производящего рефлексивную работу. В зависимости от объема фрагмента относительно общего объема текста, ему приписывался тот или иной коэффициент. Гипотеза состоит в следующем: существуют различия в направленности рефлексивной деятельности на разных фазах смыслообразования.

В параграфе 4.3.1. исследовалась динамика осознания, происходящая на протяжении психотехнической сессии. Динамика осознания исследовалась нами на трех уровнях рефлексивной деятельности (таблица 2): а) на уровне субъекта; б) на уровне рефлексивных действий; в) на уровне рефлексивных

операций. В качестве независимой переменной выступали фазы смыслообразования (фаза проблематизации, фаза актуализации новой смысловой структуры, фаза возникновения новой смысловой структуры); а в качестве зависимой – рефлексивная деятельность на протяжении психотехнической сессии.

Таблица 2

Эмпирическая модель рефлексивной деятельности

Тип субъекта	Рефлексивные действия	Рефлексивные операции
Субъект сновидения	1. Объективация смысловой структуры сюжета сновидения	1. Реконструкция содержания смысловых единиц сновидения в логике сюжета
		2. Объективация ключевого содержания сновидения (идея сюжета)
		3. Объективация содержания проблемной ситуации субъекта сновидения
	2. Символизация отношений с Собой	1. Введение контекста для символизации
		2. Объективация недостаточного способа бытия в контексте возможности его изменения
		3. Конституирование смыслового противоречия (переход недостаточность-полноценность)
		4. Актуализация новой структуры личности и объективация ее смыслового содержания
5. Актуализация новой целостности, объединяющей в себе противоположности и объективация ее содержания		
Субъект самотрансформации	3. Смысловая трансформация	1. Прямая проекция на жизненную ситуацию проблемной ситуации субъекта сновидения
		2. Переоценка значимости существующих смысловых ориентиров
		3. Смысловая переоценка (изменение знака «отрицательное/положительное»)
		4. Смысловая инверсия (обращение знаков «отрицательное/положительное» двух противопоставляемых смысловых ориентиров)
		5. Смысловая изнанка выделение (внешней мнимой и внутренней действительной сторон смысловой структуры)
	4. Возникновение конфликта и сопротивление изменениям	

Субъект самотрансформации	5. Проблематизация способа бытия	1. Осознание недостаточного способа бытия как непреодоленного прошлого (прошлое-настоящее)
		2. Описание недостаточности существующего (наличного) способа бытия индивида (настоящее)
		3. Фиксация на своей недостаточности
		4. Актуализация нового способа жизни
	6. Переживание изменения содержания сознания	1. Описание изменения эмоционального состояния
		2. Экзистенциальное переживание происходящих изменений
3. Трансцендентное чувство событийности жизни		
Субъект осмысления	7. Рефлексия измененного содержания сознания	1. Рефлексия произошедшего изменения содержания сознания
		2. Соотнесение смыслового содержания различных сновидений
	8. Изменение смыслового контекста жизненного мира	1. Обнаружение нового смыслового контекста жизненной ситуации
		2. Переосмысление в новом смысловом контексте своего способа жизни
		3. Чувство присутствия нового смыслового горизонта, нового горизонта опыта
	Субъект жизни	9. Перенесение измененного содержания сознания в практику себя
2. Артикуляция смысловой матрицы		
3. Планирование способа реализации смысловой матрицы		
10. Конституирование себя в качестве субъекта жизни		1. Осознание необходимости жизненных перемен (новой практики себя), но неспособность к их реализации
		2. Самоопределение на преодоление недостаточности
		3. Осознание себя субъектом практики себя

Применение непараметрического критерия Крускала-Уолиса показало статистически значимые изменения направленности рефлексивной деятельности на трех ее уровнях.

1. На уровне рефлексивных операций обнаружены статистически значимые изменения по следующим операциям: 1) введение контекста для

символизации ($U=7,72$ при $p=0,02$); 2) прямая проекция содержания сновидения на жизненную ситуацию ($U=8,17$ при $p=0,02$); 3) смысловая переоценка ($U=9,25$ при $p=0,01$); 4) осознание недостаточного способа бытия как непреодоленного прошлого ($U=8,38$ при $p=0,02$); 5) описание недостаточности существующего (наличного) способа бытия индивида ($U=6,78$ при $p=0,03$); 6) описание изменения эмоционального состояния ($U=8,83$ при $p=0,01$); 7) рефлексия произошедшего изменения содержания сознания ($U=7,51$ при $p=0,02$); 8) чувство присутствия нового смыслового горизонта, нового горизонта опыта ($U=9,19$ при $p=0,01$); 9) осознание себя субъектом практики себя ($U=6,39$ при $p=0,04$). Представленность первых 6 операций на протяжении психотехнической сессии уменьшается от фазы проблематизации к фазе присвоения новой смысловой структуры, а 3-х последних, наоборот, возрастает. Эти результаты свидетельствуют о том, что в процессе психотехнической работы фокус сознания последовательно смещается от существующих смысловых структур жизни – через рефлексию их трансформации и проблематизации – к новому горизонту опыта, субъектом которого человек себя осознает. Иными словами, в первой фазе смыслообразования человек работает над освобождением себя от сложившейся неполноценной структуры жизненного мира, с которой он отождествлен, в то время как в последней фазе обращается к возможности нового опыта.

2. На уровне рефлексивных действий обнаружены статистически значимые изменения по следующим действиям: 1) «смысловая трансформация» ($U=9,96$ при $p=0,01$); 2) «проблематизация способа бытия индивида» ($U=9,66$ при $p=0,01$); и 3) «рефлексия изменений содержания сознания» ($U=8,31$ при $p=0,02$). Такие рефлексивные действия, как смысловая трансформация и проблематизация существующего способа бытия, значимо снижаются, в то время как частота рефлексии изменений содержания сознания значимо возрастает. Динамика заключается в следующем: если в начале психотехническая работа направлена на переосмысление установок сознания индивида, высвечивающее недостаточность существующей смысловой структуры жизни, то в конце – на извлечение опыта самопознания.

3. На уровне субъекта рефлексии обнаружены статистически значимые изменения по следующим вариантам субъектной позиции: 1) субъект самотрансформации ($U=15,02$ при $p=0,001$); 2) субъект осмысления ($U=9,16$ при $p=0,01$); 3) субъект жизни ($U=5,61$ при $p=0,05$). В работе со сновидениями сначала актуализируется субъект самотрансформации, что предполагает обращение человека на себя и превращение себя в предмет познания и преобразования. Далее происходит извлечение опыта самопознания, что позволяет по-новому осмыслять жизненную ситуацию в контексте измененного содержания сознания. В завершение, извлеченное содержание сознания преобразуется в смысловую матрицу жизни, что позволяет человеку в режиме практики себя поддерживать субъектную позицию. Говоря словами Ф.Е. Василюка (2005), выделенная нами динамика осознания предполагает «не только смену образа мыслей, но и смену образа действий».

В параграфе 4.3.2. исследовалась динамика осознания в рамках отдельного психотехнического шага. Для исследования микродинамики осознания жизненных смыслов все письменные транскрипты были разделены на две группы: а) самостоятельные интерпретации респондентами содержания сновидения на основе его вторичных значений (измерение для Себя); б) интерпретации, опосредованные совместной работой с психологом (измерение для Другого). Выдвинута гипотеза о том, что в текстах, создание которых опосредовано совместной работой с психологом, рефлексивные действия, направленные на самотрансформацию индивида (смысловая трансформация, сопротивление, проблематизация, переживание), будут представлены значимо более, чем рефлексивные действия, направленные на объективацию и символизацию смысловых структур личности. Обратная тенденция обнаруживается в текстах самостоятельной интерпретации. Целью исследования являлось показать влияние Другого на динамику осознания жизненных смыслов.

Для оценки значимости различий рефлексивных действий, осуществляемых при самостоятельной и опосредованной взглядом Другого интерпретациях, нами использован непараметрический критерий Вилкоксона. В результате, по 8 из 10 форм рефлексивных действий мы получили

статистически значимые различия. В текстах самостоятельной интерпретации максимальное выражение получают параметры «объективация смысловой структуры сюжета сновидения» ($T=3,53$ при $p=0,001$) и «символизация отношений с Собой, опосредованная сюжетом сновидения» ($T=4,19$ при $p=0,001$). В то же время, в текстах совместной интерпретации эти параметры характеризуются минимальными показателями. Такие рефлексивные действия, как «сопротивление» ($T=2,59$ при $p=0,01$), «проблематизация способа бытия индивида» ($T=2,98$ при $p=0,001$), «переживание изменения содержания сознания» ($T=2,81$ при $p=0,01$), «изменение жизненного контекста» ($T=2,91$ при $p=0,001$), «перенесение измененных содержаний сознания в практику себя» ($T=2,93$ при $p=0,001$) и «осознание себя субъектом жизни» ($T=2,94$ при $p=0,001$) в текстах самостоятельной интерпретации выражены минимально, в то время как в текстах совместной интерпретации характеризуются максимальными показателями.

Представленные результаты свидетельствуют о том, что «взгляд» Другого: 1) делает существующую смысловую структуру индивида предметом для преобразования, высвечивая ее недостаточную теневую сторону и этим вызывая деятельность переживания; 2) активизирует процессы переосмысления жизненной ситуации, высвечивая в ней новые горизонты опыта; 3) позволяет человеку осмыслить для себя матрицу разумного действия как ориентировочную основу нового способа жизни, перенести измененные в результате психотехнической работы содержания сознания в практику себя и почувствовать в себе способность и готовность реализовывать эту практику в своей жизни (осознание себя субъектом жизни).

Результаты сравнительного статистического анализа текстов самостоятельной и совместной интерпретации на уровне субъекта рефлексии подтверждают конститутивную функцию Другого. По всем четырем субъектным позициям получены статистически значимые отличия. В текстах самостоятельной интерпретации максимальную выраженность имеет субъект сновидения ($T=5,29$ при $p=0$), в то время как другие субъекты рефлексии – субъект самотрансформации ($T=3,21$ при $p=0,001$), субъект осмысления ($T=2,91$ при $p=0,004$) и субъект жизни ($T=4,21$ при $p=0,001$) получили минимальные

показатели. В текстах же совместной интерпретации наблюдается обратная картина. Это означает, что осознавая себя в рефлексивном измерении «для себя» человек может идентифицироваться с теми или иными смысловыми структурами сновидения, обращать взгляд на себя, символизируя опосредованно сновидением свои внутренние отношения. Однако этого недостаточно, чтобы произошло событие сознания, которое инициирует процессы смыслообразования – именно взгляд Другого выступает как условием трансформации смысловой структуры индивида, так и условием, обеспечивающим динамику осознания жизненных смыслов: от события сознания через извлечение опыта самопознания к осмыслению жизненной ситуации в контексте изменения способа бытия в мире.

Общие выводы

1. Итогом исследования является раскрытие динамики осознания жизненных смыслов, происходящей в работе со сновидениями. Раскрыты: а) особенности трансформации превращенных форм сознания в процессе психотехнической работы; б) закономерности и содержание процесса смыслообразования, инициирующего психотехническое событие; в) структура деятельности осознания, осуществляемой внутри этого события. Из этого делаем вывод, что осознание жизненных смыслов в диалогических реконструкциях сновидений представляет собой рефлексивную деятельность, направленную на субъективацию смысловой структуры сюжетов сновидений, посредством чего происходит осмысление индивидом своей жизни.

2. Проведение психотехники работы со сновидениями инициировало специфическую динамику на уровне жизненных смыслов, представленных такими смысловыми образованиями, как: 1) семантическая структура картины жизненного мира; 2) предельные смыслы Я; 3) смысложизненные ориентации. Динамика произошла по следующим базовым направлениям: а) актуализировался вектор «личность – самость», в контексте которого жизнь рассматривается не только в отношении внешних обстоятельств существования, но и в отношении ее скрытой смыслообразующей динамики; б) актуализировалась произвольная и рефлексивная позиция в отношении себя

и своей жизни, в результате чего респонденты стали рассматривать себя в качестве «предмета» целенаправленной трансформации, что является основой готовности респондентов быть субъектом своей жизни и изменять сложившийся образ жизни.

3. Выделены пять компонентов, последовательная смена которых образует общую динамику смыслообразования. Эта динамика имеет следующий вид: 1) проблематизация; 2) актуализация новой смысловой структуры; 3) отраженная субъектность; 4) обращенная проблематизация; 5) отраженная субъектность; 6) присвоение новой смысловой структуры. Выявлены следующие фазы динамики смыслообразования в работе со сновидениями: 1) проблематизация, высвечивающая недостаточность наличной смысловой структуры; 2) актуализация новой структуры, компенсирующей недостаточность старой и конституирующая внутреннее противоречие; 3) возникновение новой полноценной структуры и ее присвоение. Эксплицированы механизмы, обеспечивающие событийные переходы в фазах смыслообразования: «отраженная субъектность» и «обращенная проблематизация». Они опосредуют изменение направленности внутренней динамики: от воспроизводства старой недостаточной смысловой структуры жизни к осуществлению новой полноценной структуры.

4. Построена эмпирическая модель рефлексивной деятельности, разворачивающейся в процессе психотехнической работы и направленной на субъективацию смысловой структуры сновидений. Модель включает в себя: а) уровень рефлексивных операций (32 операции); б) уровень рефлексивных действий (10 действий); в) уровень субъекта рефлексии (4 типа субъекта). Показано, что характер рефлексивной деятельности человека изменяется в процессе психотехнической работы в зависимости от фазы происходящего процесса смыслообразования.

5. На протяжении психотехнической сессии выявлена статистически значимая динамика осознания жизненных смыслов на трех уровнях рефлексии: уровне рефлексивных операций, уровне рефлексивных действий и уровне субъекта рефлексии.

На уровне рефлексивных операций динамика заключается в следующем: если в начале психотехнической работы сознание человека направлено на объективацию существующей смысловой структуры жизни в контексте ее трансформации и проблематизации (опыт самопознания), то в конце оно направленно на извлечение опыта самопознания и осознание себя субъектом нового опыта жизни. На уровне рефлексивных действий особенности динамики таковы: если в начале психотехническая работа направлена на переосмысление установок сознания индивида, позволяющее высветить недостаточность существующей смысловой структуры жизни, то в конце – на извлечение опыта самопознания. На уровне субъекта рефлексии динамика может быть представлена следующим образом: если в начале психотехнической сессии работа направлена на конституирование события сознания, вызывающего деятельность переживания, то в конце на конституирование смысловой матрицы разумного действия, которая лежит в основе обновленного способа жизни. Общая динамика осознания жизненных смыслов имеет следующий вид: 1) конституирование события сознания, запускающее процессы смыслообразования; 2) извлечение опыта самопознания, инициированного психотехнической работой; 3) осмысление жизненной ситуации в контексте изменения способа жизни.

6. На уровне психотехнического сеанса выявлена статистически значимая динамика рефлексивной деятельности. В результате этого показано, что взгляд Другого является условием не только процесса самотрансформации, но и условием, обеспечивающим общую динамику осознания жизненных смыслов: от события сознания через извлечение опыта самопознания к осмыслению жизненной ситуации в контексте изменения способа жизни.

Основные положения диссертации отражены в 9 публикациях автора (общий объем – 22,3 п.л.; авторский вклад – 22,3 п.л.).

Публикации в рецензируемых журналах, рекомендованных ВАК при Министерстве образования и науки РФ для публикации результатов диссертационных исследований:

1. Кубарев, В.С. Неклассический подход к проблеме смысла жизни: онтологические основы / В.С. Кубарев // Омский научный вестник (The Omsk scientific bulletin). – 2009. – № 3 (78) С. 120-124 (0,6 п.л.). ИФ РИНЦ – 0,029

2. Кубарев, В.С. Неклассический подход к проблеме смысла жизни: понимание себя / В.С. Кубарев // Омский научный вестник (The Omsk scientific bulletin). – 2009. – № 4 (79) С. 117-122 (0,8 п.л.). ИФ РИНЦ – 0,029

3. Кубарев, В.С. Неклассический подход к проблеме смысла жизни: жизненная философия / В.С. Кубарев // Омский научный вестник (The Omsk scientific bulletin). – 2009. – № 5 (81). – С. 114-119 (0,7 п.л.). ИФ РИНЦ – 0,029

4. Кубарев, В.С. Исследование динамики смыслообразования, выраженной в сюжетах сновидений / В.С. Кубарев // Омский научный вестник (The Omsk scientific bulletin). – 2013 – № 1 (115). – С. 116-122 (0,8 п.л.). ИФ РИНЦ – 0,029

5. Кубарев, В.С. Феноменология как метод осознания жизненных смыслов. Часть 1. / В.С. Кубарев // Консультативная психология и психотерапия. - 2013. - № 1. - С. 153-176 (1,4 п.л.), ИФ РИНЦ – 0,027

6. Кубарев, В.С. Проблема развития в культурно-исторической психологии: от деятельности к сознанию / В.С. Кубарев // Культурно-историческая психология. 2013. № 2. – С. 2-9. (0,9 п.л.). ИФ РИНЦ - 0,219

Монография:

7. Кубарев, В.С. Психология субъективности: опыт неклассического осмысления человека. Психотехническая теория смысла жизни: монография / В.С. Кубарев. – Омск: Изд-во ОмГТУ, 2010. – 236 с. (16,5 п.л.).

Научные публикации в других изданиях:

8. Кубарев, В.С. К психотехнике осмысления жизни / В.С. Кубарев // Омские социально-гуманитарные чтения – 2012. Материалы V Международной научно-практической конференции (Омск, 15-16 марта 2012). – Омск: изд-во ОмГТУ, 2012. – 428 с., С. 225-230 (0,3 п.л.).

9. Кубарев, В.С. Философско-психологическое содержание проблемы смысла жизни / В.С. Кубарев // Омские социально-гуманитарные чтения - 2013: Матер. VI Международной науч.-практ. конф. / Отв. редактор Л.А. Кудринская. - Омск: Изд-во ОмГТУ, 2013. - 341 с., С. 208-212 (0,3 п.л.).

Печатается в авторской редакции

Компьютерная верстка *О. Г. Белименко*

Подписано в печать 20.11.13. Формат 60×84¹/₁₆. Бумага офсетная.
Отпечатано на дупликаторе. Усл. печ. л. 2,25. Уч.-изд. л. 2,25.
Тираж 120 экз. Заказ 635.

Издательство ОмГТУ. 644050, г. Омск, пр. Мира, 11; т. 23-02-12
Типография ОмГТУ

