

УДК 101.1

DOI <https://doi.org/10.24195/spj1561-1264.2022.1.11>**Карпова Світлана Геннадіївна**

кандидат філософських наук,
доцент кафедри філософії, соціології та історії
Дніпровського державного аграрно-економічного університету
вул. С. Єфремова 25, Дніпро, Україна
orcid.org/0000-0002-9184-2179

Солоділова Олена Володимирівна

кандидат філософських наук,
доцент кафедри філософії, соціології та історії
Дніпровського державного аграрно-економічного університету
вул. С. Єфремова 25, Дніпро, Україна
orcid.org/0000-0003-3991-6721

ФІЛОСОФСЬКІ КОНТЕКСТИ ЕКЗИСТЕНЦІАЛЬНОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ ІРВІНА ЯЛОМА В ДИСКУРСІ СУЧАСНОЇ КУЛЬТУРИ

Актуальність проблеми. Від початку ХХ століття і до сьогодні окрема людина, суспільство і людство постійно знаходяться у стані культурного, соціального, політичного та економічного потрясіння. Тому важливим стає пошук таких концепцій, які можуть запропонувати міждисциплінарні рішення, що містять теоретичні та практичні варіанти, враховують особливості світогляду та свідомості людини, специфіку соціально-культурного пласту. Однією з тих концепцій, що може запропонувати практичні рекомендації щодо подолання кризового стану, може стати концепція екзистенціальної психотерапії сучасного американського дослідника Ірвіна Ялома.

Мета дослідження: здійснити філософське дослідження екзистенціальної психотерапії Ірвіна Ялома в дискурсі сучасної культури.

Об'єкт дослідження – екзистенціальна психотерапія Ірвіна Ялома. **Предмет дослідження** – філософські контексти екзистенціальної психотерапії Ялома.

Методи дослідження: аналізу та синтезу, герменевтичний, феноменологічний, синергетичний.

Результати дослідження:

1) Проаналізовано основні наукові та публіцистичні праці І.Ялома: «Брехуни на кушетці», «Вдивляючись у сонце: долаючи страх смерті», «Коли Ніцше плакав», «Ліки від кохання», «Шопенгауер як ліки: психотерапевтичний роман», «Питання життя і смерті», «Проблема Спінози».

2) Розкрита сутність екзистенціальної психотерапії Ялома та специфіка побудови його методологічного підходу, через впровадження філософських дискурсів Епікура, Ніцше, Спінози, Шопенгауера та ін., та поєднання з практичним психотерапевтичним досвідом, що за своєю сутністю відображає постнекласичні синергетичні принципи.

3) Філософські обґрунтовано, спираючись на основні праці американського автора, як через поєднання екзистенціально-філософської та психотерапевтичного підходів вибудовується та реалізується його основний метод.

4) Розкрито основні екзистенційні теми і концепти, які Ялом інтерпретує в своїх побудовах: пошук сенсу життя, страх смерті, свобода та самотність.

5) Показано, як розкриваються в дискурсі сучасної культури базові для Ялома екзистенційні теми і концепти через непряме використання синергетичних підходів. А також те, якого значення ці базові теми набувають особисто для американського дослідника та його дружини – Мерилін.

Ключові слова: екзистенціалізм, екзистенціальна психотерапія, міждисциплінарний підхід, сенс життя, смерть, сучасна культура

Вступ. Від початку ХХ століття і до сьогодні, окрема людина, суспільство і людство постійно знаходяться у стані культурного, соціального, політичного та економічного потрясіння. З'являються ті чи інші соціально-гуманітарні дослідження, що намагаються віднайти засоби, як

екзистенційно можливо сприйняти весь той вантаж, що окрема людина і суспільство вимушено несе на собі. Тому актуальною стає необхідність пошуку таких концепцій, які можуть запропонувати міждисциплінарні рішення, що містять теоретичні та практичні варіанти, враховують особливості світогляду та свідомості людини, специфіку соціально-культурного пласту. Однією з тих концепцій, що на нашу думку, може запропонувати практичні рекомендації щодо подолання кризового стану, може стати концепція екзистенціальної психотерапії сучасного американського дослідника Ірвіна Ялома.

Враховуючи те, що Ірвін Ялом є сучасним автором, який постійно пише і практикує, то нажаль на сьогодні є лише поодинокі розвідки його творчості, які у вітчизняному соціально-гуманітарному дискурсі майже не зустрічаються. Окремі дослідження його наукової діяльності відносно нещодавно відбувалися в працях закордонних дослідників – Руселен Джоссельсон [11] та Джеффри Бермана [10]. Але, нажаль, вони здійснювалися не в філософському дискурсі. Тому актуальною стає необхідність здійснити аналіз його базових положень, щоб з одного боку поглибити вузькоспеціальні соціально-гуманітарні дослідження, а з іншого – при можливості віднайти відповіді на ті питання, що постали перед людиною та суспільством у зв'язку з нескінченними соціальними, економічними та політичними потрясіннями (особливо враховуючи пандемію Covid-19, воєнну агресію та ін.).

Мета та завдання. Мета – здійснити філософське дослідження екзистенціальної психотерапії Ірвіна Ялома в дискурсі сучасної культури.

Об'єкт дослідження – екзистенціальна психотерапія Ірвіна Ялома. Предмет дослідження – філософські контексти екзистенціальної психотерапії Ялома.

Відповідно до мети, завданнями нашого дослідження є:

- 1) Проаналізувати основні наукові та публіцистичні праці І. Ялома;
- 2) Розкрити сутність екзистенціальної психотерапії Ялома та специфіку побудови його методологічного підходу;
- 3) Спираючись на основні праці американського автора, філософські обґрунтувати, як вибудовується його основний метод;
- 4) Розкрити основні екзистенційні теми і концепти, які Ялом інтерпретує в своїх побудовах;
- 5) Показати, як розкриваються в дискурсі сучасної культури базові для Ялома екзистенційні теми і концепти.

Методи дослідження: аналізу та синтезу, герменевтичний, феноменологічний, синергетичний.

Для Ірвіна Ялома, професора Стенфордського університету, доктора медичних наук, на методологічному рівні важливим є використання тексту в процесі здійснення екзистенційної психотерапії. Важливим тут є те, що це не просто якийсь абстрактний текст, а саме філософський текст. Що в значній мірі наближує його імплікації за формою і змістом вже до герменевтичних процедур, спрямованих на психіатричну практику з застосуванням філософського фундаменту для проникнення у загальну сутність людини і культури. І це той випадок, коли здійснюється міждисциплінарне проникнення гуманітарного знання, яке є таким типовим в добу постмодерної культури. З нашої точки зору, найбільшого підтвердження цього можна віднайти в таких текстах американського автора, виданих на сьогодні: «Шопенгауер як ліки: психотерапевтичний роман» [4], «Проблема Спінози» [6], «Коли Ніцше плакав» [7] та «Вдивляючись у сонце: долаючи страх смерті» [2].

Так, при написанні психотерапевтичного роману «Шопенгауер як ліки», який сам Ялом називає «дивакуватим сплавом вигадки, психобіографії та психотерапевтичної педагогіки» [4, с. 6] він спирається не лише на відому біографію А. Шопенгауера (написану Рудігером Сафранськи), але й звертається до ідеї бібліотерапії, позначеної Брайаном Меджі. Таким чином він фіксує необхідність використання ідеї бібліотерапії, аргументованої Б. Меджі в книзі «Зізнання філософа» [8]. В такому випадку сама ідея бібліотерапії, хоча і запропонована іншим представником соціально-гуманітарного знання, але в контексті діяльності Ірвіна Ялома стає важливим і необхідним методологічним елементом. Сам американський психотерапевт позначає,

що «Ідея бібліотерапії – самозцілення через читання цілого корпусу філософських праць...» [4, с. 7].

Ірвін Ялом будує свій психотерапевтичний роман «Шопенгауер як ліки» активно використовуючи філософські дискурси. Так, в цій праці, ірраціоналістичний метод німецького філософа постає як основний інструмент подолання психічного розладу Філіпа Слейта. За сюжетом цього твору Джуліус Герцфельд – психотерапевт, що дізнається про свою смертельну хворобу і приймає рішення довідатися про долю пацієнтів, яким його професійна діяльність не допомогла. Психотерапевт Джуліус дізнається, що, наприклад, його пацієнт Філіп (хімік-соціопат, що мав сексуальну одержимість), самостійно подолав свій розлад, використовуючи ірраціоналістичну філософію. При цьому показовою є структура твору Ялома, яку він часто використовує як у випадку з Шопенгауером, так і з Ніцше та Спінозою. Перша частина цієї праці містить інтерпретацію життя та творчості німецького філософа-ірраціоналіста, яка розгортається з використанням герменевтичного методологічного підходу. Друга частина містить психотерапевтичну інтерпретацію та приклади з життя пацієнтів, з поглибленням та розкриттям ірраціоналістичної та песимістичної теми, що виступають своєрідними екзистенційними засобами подолання психічних розладів. Характерним тут є те, що головний персонаж рефлексує свій стан, намагаючись вирішити це не лише ірраціоналістичним підходом А.Шопенгауера, але й через інтерпретацію стоїчних уявлень про смерть, пояснень щодо страху смерті Епікуром, і в тому числі, через осмислення праці «Так казав Заратустра» Ніцше. Головний персонаж твору, наприклад, так намагається актуалізувати власне життя: «Повернувши «Заратустру» на місце, ... й міркуючи про слова Ніцше. За кілька хвилин Джуліуса враз осяяло: тепер він точно знав, що йому робити і яким буде останній рік його життя. Він проживе його так само, як прожив минулий рік – і позаминулий, і той, що йому передував» [4, с. 26-27].

В іншій праці – «Проблема Спінози» американський мислитель позначає характерну спорідненість зі світобаченням нідерландського філософа-натураліста, що запропонував концепцію на межі пантеїстичного містицизму та раціоналізму. В цій праці ми можемо побачити, як розгортається аргументація Яломом, окремої традиції філософування, що стає в подальшому методологічним фундаментом екзистенційної психотерапії. Наприклад позначає, що у нього (І. Ялома) «...це дивне відчуття спорідненості зі Спінозою сильнішало від усвідомлення, що й Ейнштейн – один із моїх найперших героїв – був спінозистом. Коли Ейнштейн вів мову про Бога, то йшлося саме про Бога Спінози – Бога, повністю еквівалентного природі, Бога, який охоплює все суще, і Бога, який не грає в кості зі Всесвітом» [6, с. 10]. Тобто, з одного боку американський психотерапевт на екзистенційному рівні відчуває наступність осмислення «теми Бога» в побудовах Спінози та Ейнштейна, а з іншого – продовжує цю рефлексивну традицію, але зосереджує увагу не стільки на теолого-містичному аспекті (як у Б. Спінози) та фізико-природничому (як у А. Ейнштейна), але на екзистенційно-психотерапевтичному, що в подальшому дає йому змогу методологічно обґрунтувати власний методологічний підхід.

Підтвердження цьому ми знаходимо також і далі в тексті психотерапевта, де він пише: «...я гадаю, що чимало з доробку Спінози – як-от і в Ніцше із Шопенгауером, на чийх біографіях і філософії ґрунтувалися два мої попередні романи, – безпосередньо стосується царини психіатрії та психотерапії (наприклад, що причиною переконань, думок і почуттів є досвід, що пристрасті можна вивчати безпристрасно, що розуміння веде до трансцендентності)» [6, с. 10]. Отже для Ялома в цій праці основним завданням постає не стільки рефлексія та інтерпретація основних «зовнішніх» біографічних подій життя Бенедикта Спінози, скільки більш глибока процедура. В певному сенсі це те, що може бути наближене до феноменологічного інтенційного акту, що здійснюється через «переживання переживання». Відповідно, річ тут в черговий раз йде саме про здійснення психотерапевтичних процедур через філософські дискурси. Американський мислитель будує власну аргументацію таким чином: «...я поклав собі написати роман про його внутрішнє життя, адже саме так мої особисті здобутки могли допомогти розповісти історію Спінози. Той-бо, зрештою, був людиною, а значить, неодмінно потерпав від тих-таки основоположних для кожної особи конфліктів, що не давали спокою мені та багатьом

моїм пацієнтам протягом десятиліть» [6, с. 11]. Автор наводить приклад з життя Спінози, який міг би стати показовим в плані переживання нідерландським філософом своєї рідної кризової екзистенціальної ситуації, що вплинула на його подальше становлення як філософа і людини. Маються на увазі взаємовідносини нідерландського мислителя з єврейською громадою Амстердама. Потім аргументація Ялома будується на ідеї тотальної наявності внутрішнього життя у людей, що обумовлює обов'язкову рефлексію емоційних станів та саморефлексію пристрастей. Він позначає, що «... немає того, хто б не жив би внутрішнім життям – із фантазій, мрій, пристрастей і туги за коханням. Приблизно чверть найважливішої праці Спінози – «Етики» – присвячено «звільненню з ярма пристрастей». Як психіатр я був переконаний, що він не міг би написати того розділу, якби не мав досвіду свідомого приборкання власних» [6, с. 12].

Ще однією з неоднозначних праць Ялома можна вважати його психотерапевтичні оповіді «Брехуни на кушетці» [1], де американський автор демонструє не стільки те, як розгортається та формується філософія та культура страху на прикладі аналізу досвіду різних пацієнтів. А пріоритетним тут (якщо уважно слідкувати за сюжетом) виступає саме той екзистенційний стан психотерапевта, який не був, та навіть не є типовим для сучасного всезагального сприйняття з боку суспільства. І, основним тут стає, з нашої точки зору те, що цей іронічний образ Ернеста Леша – психотерапевта, якого зобразив Ірвін Ялом, лише загострює це всезагальне сутнісне відчуття страху, де навіть лікар виступає непрямою загрозою. Автор позначає, що «Ернестові подобалося бути психотерапевтом. День у день пацієнти запрошували його в найпотемніші закутки свого життя. День у день він дбав про них і заспокоював, допомагав позбутися розпачу. Натомість його обожнювали та плекали» [1, с. 8].

Тут, як і в інших його творах (навіть публіцистичних), що ми вище інтерпретували, у І. Ялома часто зустрічається посилення на авторів філософської та загальнокультурної мисленнєвої традиції. Так, в оповіді «Брехуни на кушетці» зазначається, що головний герой «... був вдячний усім цілителям, які присвятили життя боротьбі з розпачем. Передусім предкам, чії небесні обриси були ледь помітні: Ісусові, Будді, Сократу. Трохи нижче виднілися вже чіткіші силуети великих прабатьків – Ніцше, К'єркегор, Фройд, Юнг. А ще ближче можна було розгледіти «дідусів» психотерапії: Адлера Горні, Саллівана, Фромма й миле усміхнене обличчя Шандора Ференці» [1, с. 8-9].

Так, філософські тексти представників різних історико-філософських періодів в черговий раз стають методологічним підґрунтям для побудови Ірвіном Яломом своєї психотерапевтичної методики та окремого напрямку – екзистенціальної терапії. Це можна неодноразово побачити, наприклад, ще в одному тексті – «Ліки від кохання» [3], де через історії пацієнтів (анонімні) показано виникнення філософського дискурсу, розгортання, а потім і вирішення. Іноді це відбувається за допомогою терапії, що спирається на відносно традиційні психотерапевтичні засоби, а часто – на контексти і методи, характерні для більшості представників некласичної та постнекласичної філософії. Як пише американський психотерапевт: «Я пам'ятав, що переконання деяких найбільш відомих мислителів екзистенціалізму – наприклад Камю чи Сартра, – набагато більше очевидні та захопливі в їхніх оповіданнях і романах, ніж у якихось нудних філософських працях» [3, с. 410]. Так, він вкотре методологічно здійснює своєрідну синергетичну процедуру, поєднуючи з одного боку ідеї екзистенціалістів, а з іншого – інших персоналій філософської традиції і впроваджуючи в психіатричну практику. Ми вважаємо, що впровадження нового підходу в психотерапії реалізується Яломом за рахунок міждисциплінарного синтезу, характерного для постнекласичної синергетики. По суті, людина тут виступає надскладною системою, що у свою чергу є елементом іншої надскладної системи. Тобто, не позначаючи це прямо в своїх текстах, американський мислитель через бажання впровадити принципи екзистенціальної філософії в поле психіатрії, методологічно активно використовує синергетичні принципи і методи, актуальні в постнекласичній науці. Так, якщо інтерпретувати синергетику вузькоспеціально-філософськи, то «... синергетика це наука (точніше кажучи рух у науці) про буття, що стає, про саме становлення, його механізми та їх представлення» [9, с. 171]. Тому якщо сприймати людину як надскладну систему в процесі становлення,

то її буття (а отже все те, що стало базою екзистенціальних дискурсів і психіатричних наукових інтерпретацій І.Ялома), є невід'ємною частиною культури, її цілісності та загалом людиннимірних систем. Так ми можемо побачити в черговий раз як розкриваються філософські контексти екзистенціальної психотерапії Ялома в контексті сучасної культури.

Серед тем, що максимально зближують пізнавальні пошуки як філософів-екзистенціалістів, так і психотерапевтів є: пошук сенсу життя, страх смерті, свобода та самотність. Сам американський автор позначає, що теми, що виступали базовими для представників екзистенціальної філософії довгий час були винесені за дужки наукового інтересу психотерапевтів. Натомість екзистенціальні переживання, на його думку, активно впливають на різні психічні стани, в тому числі, і на депресію, тому розуміння їх специфіки може дозволити поглибити методологію діяльності його та колег: «...маючи на меті не перестрибувати до іншої сфери досліджень у майбутньому, а зосередитися на тому, щоб переконати всіх психотерапевтів звертати більше уваги на проблеми існування людини. Розрізняють чотири проблеми які згадані в «Екзистенціальній психотерапії»: смерть, сенс життя, самотність та свобода. Вони відіграють вирішальну роль у формуванні внутрішнього світу кожної людини...» [3, с. 409-410].

Так, якщо уважно подивитися всі наявні на сьогодні тексти Ялома, то саме зазначені вище теми виступають базовими дискурсами як публіцистичних, так і наукових праць американського дослідника. Саме ці теми, що довгий час були об'єктом дослідження філософів-екзистенціалістів американський психотерапевт позначає як базові для сучасної психотерапії: «Я з'ясував, що є чотири факти, якими найбільше цікавиться психотерапія: неминучість смерті для кожного з нас і для тих, кого ми любимо; свобода зробити наше життя таким, як ми хочемо; наша унікальність і, нарешті, незрозуміння сенсу життя. Хоча ці істини нашого буття здаються зловісними й неприсмними на перший погляд, вони становлять основу мудрості та порятунку людства» [3, с. 10]. Тексти, що ми згадували вище, в певному сенсі виступають підтвердженням цієї тези. Як і те, що ми проаналізуємо далі.

Отже, перша тема – «сенсу життя», яка завжди була однією з наріжних від початку традиції філософування і до сьогодні залишається важливою (незважаючи на спроби вирішення її філософами-екзистенціалістами у ХХ ст.) для американського автора постає як важлива ланка психотерапевтичної діяльності, без якої терапевтична процедура не буде методологічно повноцінною. Сам Ялом пояснює це наступним чином: «Під час терапії, як і в житті, сенс – це лише похідний продукт діяльності, і психотерапевт має скерувати всі зусилля пацієнта на пошук правильних відповідей. Варто знати, що діяльність не забезпечує раціональні відповіді на запитання про сенс життя – вона робить ці запитання безглуздими»... «Ця екзистенціальна дилема – людина, яка шукає сенс життя і певність у світі, який не має ні того, ні іншого, – має велике значення для психотерапевта» [3, с. 22-23]. Дилема, що позначає мислитель, пов'язана з намаганням відповісти на раціональне запитання щодо сенсу життя, яке унеможливується часто ірраціональними варіантами відповіді. По суті це те, що стверджує специфіку своєрідного екзистенціального сприйняття дійсності (через «біль існування»), яке було характерним і для представників ірраціоналістичного мислення кінця ХІХ–ХХ століття, і для рефлексій представників філософії життя. По суті, І. Ялом здійснює своєрідну постнекласичну синергетичну процедуру, актуалізуючи ідеї екзистенціалістів для психотерапії. Його аргументація будується таким чином: «Я впевнений, що саме цей біль існування і є основним матеріалом психотерапії, а не, як часто вважають, притлумлені інстинктивні прагнення чи не до кінця поховані уламки особистої трагедії в минулому пацієнта. Коли я лікував цих десятих пацієнтів, мої перші клінічні припущення – припущення, на яких я заснову свою техніку, – це те, що тривога з'являється від спроб людини, свідомих чи підсвідомих, впоратися зі складними переживаннями, які і є, власне, істинами нашого існування» [3, с. 10].

Крім того в побудовах американського автора позначається характерна для постнекласичної культури риса, яку в межах синергетичного підходу інтерпретують як «Суб'єкт – Засоби – Об'єкт» [9, с. 154]. Тільки якщо тлумачити на основі синергетичних принципів екзистенціальну психотерапію І. Ялома, то тут об'єктом буде виступати культура суспільства (якщо

в загальному плані), чи внутрішній світ людини, якщо в вузькопрофесійному. По суті сама діяльність психотерапевта підштовхує до того, що об'єктивне і суб'єктивне сприймаються не стало, а динамічно, так як та роль, яку він здійснює в професійному плані з одного боку робить його спостерігачем, а з іншого – активним учасником терапії. Таким чином, науковий «відсторонений» метод вирішення конкретної терапевтичної проблеми стає неможливим і саме міждисциплінарний підхід стає одним із можливих варіантів вирішення: «Від того часу як психотерапевти не менше за пацієнтів змушені стикатися з проблемами людського існування, об'єктивність та байдужість, які необхідні для наукового методу, у психотерапії є неприйнятними. Ми, психотерапевти, не можемо просто підбадьорювати, висловлювати свою симпатію зусиллям пацієнтів та спонукати їх непохитно протистояти проблемам. Ми не можемо казати їм *ти* і *твої* проблеми. Натомість ми мусимо говорити про *нас* та *наші* проблеми тому, що наше життя, наше існування буде завжди прикуте до смерті, кохання – до втрат, свобода – до страху, а розвиток – до розпаду» [3, с. 25]. Так в черговий раз позначається несталість суб'єкт-об'єктних зв'язків та динамічність соціальних відносин. Крім того, в межах сучасної культури динаміка соціальних відносин і співіснування людей актуалізує «сенса» не лише у випадку конкретної діяльності, але і в загальному плані сенсожиттєві орієнтації.

З нашої точки зору, перша тема («пошук сенсу життя»), що активно впроваджується Яломом, пов'язана в його текстових конструкціях з другою – «страхом смерті». Так, американський автор наголошує на тому, що людина завжди знаходиться в пошуку. Пошук сенсу життя стає однією з наріжних тем існування і актуалізує усвідомлення страху смерті: «...сенс життя породжує, своєю чергою, цінності та закладає принципи нашої поведінки: таким чином, відповідь на питання *чому* та *навіщо* («Навіщо я живу?») тісно пов'язані з відповіддю на питання *як* («Як я живу?»)» [3, с. 22]. Ці тези поступово приводять Ялома до ідеї (що будується на положеннях Спінози) зв'язку між волею жити та неможливістю повноцінної реалізації цієї волі та врешті-решт усвідомленням того, що смерть неминуча. Він позначає: «Для того щоб адаптуватися до факту смерті, ми постійно вигадуємо оригінальні способи заперечити смерть чи не думати про неї взагалі... Коли ми дорослішаємо, ми поступово перестаємо думати про смерть; ми відволікаємо себе, намагаємося знайти щось позитивне, називаємо смерть гарними словами, щоб заспокоїти себе («перейти в інший світ», «віддати Богу душу», «упокоїтися з миром»); ми заперечуємо смерть і шукаємо цілу купу доказів; ми хочемо бути безсмертними і для цього створюємо мистецькі твори, виховуємо дітей, а також намагаємося заглибитись у релігію, яка пропонує нам бодай увічнення душі» [3, с. 10-11]. Так Ірвін Ялом, не посилаючись на конкретну персоналію, по суті описує ідею метафізичного самогубства, ще раніше обґрунтовану представниками екзистенціальної філософії ХХ століття. Ця тема і досі залишається актуальною для сучасної культури, і тому вдале поєднання філософського та психотерапевтичного підходів може мати в фіналі позитивне рішення як для окремої людини, так і для людства. Тим більше, що пандемія Covid-19, воєнна агресія Російської Федерації проти України назавжди змінили базові соціально-гуманітарні дискурси не лише національної, але й і світової культури.

Третя та четверта тема, що є фундаментальними в побудовах американського автора – «самотність» і «свобода», також перетинаються з першою темою і не виключають другу тему з тих, що ми раніше розглядали. Так, Ірвін Ялом, спираючись на філософські інтерпретації Спінози щодо з одного боку спроб людини «продовжити власне існування», а з іншого – усвідомлення неминучості смерті» [3, с. 10], формулює своє положення по те, що саме усвідомлення факту смерті актуалізує дискурси «самотності» і «свободи» у людини. Це усвідомлення стає основою більш глибокої рефлексії щодо власної унікальності та віри у наявність рятівника. Психотерапевт, спираючись на свій професійний досвід, аргументує базові екзистенціальні дискурси наступним чином: «За багато років моєї роботи з пацієнтами, яким діагностували рак і які фактично чекають смерті, я помітив два особливо дієві методи для угамування страху перед смертю, два переконання чи дві ілюзії, які дають нам можливість відчувати бодай якусь безпеку. Один з них – це власна унікальність, а другий – віра у всемогутнього рятівника. Поки ці ілюзії існують, людина має стійку примарну віру в майбутнє» [3, с. 13].

На прикладі, що наведений вище, ми можемо побачити як гармонійно Ялом поєднує філософські і психіатричні положення та відбудовується архітектоніка методу американського дослідника. Посилаючись на екзистенціальні філософування, автор пропонує варіант практичного психіатричного вирішення: «У той час як віра в особисту унікальність дає нам відчуття безпеки, інший захисний механізм заперечення смерті – *віра у всемогутнього рятівника* – переконує нас, що за нами постійно наглядають, і ми відчуваємо себе назавжди захищеними зовнішніми силами» [3, с. 13]. Дискурси «самотності» і «свободи» виникають як наслідок вирішення, або ж неможливості вирішення питання сенсу життя та подолання страху смерті.

Реалізуючи основні завдання нашого наукового дослідження, необхідно позначити наступне. Однією з важливих праць, де можна побачити безпосереднє особисте ставлення до практичного осмислення базових онтологічних проблем та пошуку їх можливого рішення, можна вважати сумісну І. Ялома та його дружини Мерилін працю «Питання життя і смерті», побудовану за принципами щоденника. Так, як позначають автори, після того, як у дружини Ялома – Мерилін Ялом діагностували рак плазматичних клітин, у подружжя виникла ідея написати книжку. І вона, на думку авторів «...стала плодом нашого особистого досвіду, однак ми розглядаємо її ще й як частину всенародного обміну думками про справи, пов'язані з кінцем життя... Попри всі наші медичні та соціальні блага, ми не захищені від болю та страху перед смертю» [5, с. 8].

На нашу думку тут ще і розкрита тема евтаназії, яка актуальна сьогодні в межах біоетики, спочатку не прямо, а дотично, коли Мерилін Ялом позначає, що «...немає легкого способу померти. Якщо я відмовлюся від лікування, то згину від множинної мієломи раніше, ще й у муках. У Каліфорнії узаконено допомогу медика в самогубстві. Якщо вже мені настає кінець, то я могла б попросити такої допомоги... Кінець кінцем я дійшла до розуміння того, що треба виживати не тільки задля себе, а й задля інших людей» [5, с. 25]. Потім ще неодноразово в цій праці авторка прямо буде підіймати тему евтаназії, яку називатиме «асистованим самогубством» [5, с. 69], що здійснюють в межах паліативної медицини. Так, навіть окремий, десятий розділ «Міркування про асистоване самогубство» [5, с. 94] присвячений інтерпретаціям теми самогубства в межах паліативної медицини та важливості і необхідності асистованого самогубства. Цікаво, що аргументується значення та необхідність здійснення такого онтологічного вибору авторкою через усвідомлення філософського дискурсу Фрідріха Ніцше, який позначав про важливість своєчасної смерті. Так, перед Мерилін Ялом опосередковано постає і тема феноменології часу (через осмислення «своєчасності»), і ідея свободи (в першу чергу – свободи вибору), що ще з часів Сократа так цікавила філософів. Це знаходить врешті решт підсумок на рівні тези: «Гадаю, вирішувати про життя чи смерть маю передусім'я» [5, с. 99]. Потім вже Ірвін Ялом поглибить конситування зв'язку феноменології часу та існування, через теми розпачу та втрати. Багато в чому це здійсниться через інтенційний акт, що фіналізується у тезі: «Я втратив не тільки Тебе, найдорожчу людину у світі. З Тобою зникли цілі пласти мого минулого» [5, с. 264].

Тут також вважаємо важливим той образ, що використовує М. Ялом для відображення сенсожиттєвих орієнтацій та актуалізації власного онтологічного конститування – чотирилиста конюшини, де кожен з чотирьох елементів має важливе значення: 1) родина і близькі люди, друзі; 2) робота; 3) природа (уособлює багато в чому естетичні ідеали, як втілення краси і правди), що надихала та надихає; 4) те, що можна, проінтерпретувавши текст авторів, назвати духовно-етичні настанови. Авторка позначає: «Ось я й утямила, що означає четвертий листок конюшини. Це моральний імпульс, пошук сенсу життя та зв'язків між людьми і наше ставлення до Природи – усе, що ми поєднуємо під назвою «духовність»...» [5, с. 65]. По суті, весь цей щоденник, що ми вище аналізували, можна вважати в певному сенсі практикою екзистенціального філософування Ірвіна та Мерилін Ялом, проникненої ідеями представників античної (Епікур, Марк Аврелій) та неklasичної філософії кінця 19 – початку 20 століття (А.Шопенгауер, Ф.Ніцше). Зокрема американський психотерапевт через рефлексію філософських положень Епікура відносно смерті і небуття аргументує той підхід, який він більше шістдесяти років практикує в процесі психотерапії. Це відбувається тоді, коли Ялом звертає увагу на ідею

засновника епікуреїзму про ідентичність двох станів «небуття» – після смерті і перед народженням. Так, вважаємо, автор поступово приходить до пояснення одного з базових принципів власної екзистенціальної психотерапії, використовуючи опис дуже цікавого ефекту. Він позначає: «...я натрапляю на свій опис ефекту поширення хвиль. Суть полягає в тому, що чийсь вчинки й ідеї впливають на людей, подібно до колових хвиль від падіння камінчика у ставок... Даючи щось своїм клієнтам, я знаю, що вони, своєю чергою, знайдуть спосіб передати мій дар іншим людям, а ті – ще іншим, і пульсації триватимуть» [5, с. 89].

Таким чином ми бачимо, що автори в цьому творі часто спираються на філософські тексти як для пояснення минулого чи теперішнього досвіду, так для розгортання стратегії подальшого конституювання та позначення процесів сенсоутворення. Це певним сенсом наближене, з нашої точки зору, до здійснення авторами феноменологічних інтенційних актів щодо питань життя і смерті, що помилково сприймаються лише як просто психічні акти. За цим потім може губитися та феноменологічна глибина, що і пояснює специфічну, вже методологічну особливість філософських контекстів екзистенціальної психотерапії Ірвіна Ялома в аспекті сучасної культури. Так, ця глибина стає більш аргументовано позначеною, якщо подивитися системно на архітектуру творів американського автора методологічно, як шлях від герменевтичних процедур до онтологічних та етико-естетичних, з виходом на феноменологію та потім актуалізацією в контексті екзистенціальної психотерапії.

Наприклад, в розділі «Допомога від Шопенгауера», згадуючи історію написання свого психотерапевтичного роману, «Шопенгауер як ліки», Ірвін Ялом позначає, що це «...один із моїх найкращих посібників для групових психотерапевтів. Я задумав цю книжку як навчальний роман для початківців, що опановують як філософію, так і групову психотерапію. Я змодельовав проблемного пацієнта Філіпа – на зразок Шопенгауера. Філіп, викладач філософії, що спеціалізувався на працях цього мислителя, вирішив змінити поле діяльності і стати філософським консультантом...» [5, с. 225]. Тут по суті він позначає, як відбуваються переходи від філософії до екзистенціальної психотерапії, і як вони врешті рещт стають єдиним, взаємоприникненим цілим. Це своєрідна несистемна системність, яка багато в чому відображає синергетичну рису сучасної культури.

Результати.

1) Проаналізовано основні наукові та публіцистичні праці І.Ялома: «Брехуни на кушетці», «Вдивляючись у сонце: долаючи страх смерті», «Коли Ніцше плакав», «Ліки від кохання», «Шопенгауер як ліки: психотерапевтичний роман», «Питання життя і смерті», «Проблема Спінози».

2) Розкрита сутність екзистенціальної психотерапії Ялома та специфіка побудови його методологічного підходу, через впровадження філософських дискурсів Епікура, Ніцше, Спінози, Шопенгауера та ін., та поєднання з практичним психотерапевтичним досвідом, що за своєю сутністю відображає постнекласичні синергетичні принципи.

3) Філософські обґрунтовано, спираючись на основні праці американського автора, як через поєднання екзистенціально-філософської та психотерапевтичного підходів вибудовується та реалізується його основний метод.

4) Розкрито основні екзистенційні теми і концепти, які Ялом інтерпретує в своїх побудовах: пошук сенсу життя, страх смерті, свобода та самотність.

5) Показано, як розкриваються в дискурсі сучасної культури базові для Ялома екзистенційні теми і концепти через непряме використання синергетичних підходів. А також те, якого значення ці базові теми набувають особисто для американського дослідника та його дружини – Мерилін.

Висновки. Так, можна вважати, що зацікавленість І.Ялома творчістю таких мислителів як А. Шопенгауер, Ф. Ніцше, Б. Спіноза та інших представників філософської традиції, відбувається не лише через професійну необхідність, але й через внутрішню необхідність, своєрідну рефлексію, що обумовлюється екзистенційними причинами. Отже, спираючись на результати нашого дослідження, ми дійшли до висновку, що Ірвін Ялом, намагаючись побудувати

та обґрунтувати власний методологічний підхід – екзистенціальну психотерапію (через синтез теоретичних ідей екзистенціальної філософії та практичного психотерапевтичного досвіду), по суті здійснює це спираючись на синергетичні принципи сучасної постнекласичної культури.

В подальших дослідженнях можна буде проаналізувати, яким чином філософські контексти екзистенціальної психотерапії Ялома можуть допомогти у трансформації світогляду не лише окремої людини, але і загалом суспільства споживання.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ялом І. Брехуни на кушетці: Психотерапевтичні оповіді / І. Ялом. Х. : «Клуб сімейного дозвілля», 2018. 510 с.
2. Ялом І. Вдивляючись у сонце: долаючи страх смерті / І. Ялом. Х. : «Клуб сімейного дозвілля», 2020. 300 с.
3. Ялом І. Ліки від кохання та інші оповіді психотерапевта / І. Ялом. Х. : «Клуб сімейного дозвілля», 2017. 416 с.
4. Ялом І. Шопенгауер як ліки: психотерапевтичний роман / І. Ялом. Х. : «Клуб сімейного дозвілля», 2018. 511 с.
5. Ялом І., Ялом М. Питання життя і смерті / І. Ялом. Х. : «Клуб сімейного дозвілля», 2021. 270 с.
6. Ялом І. Проблема Спінози / І. Ялом. Х. : «Клуб сімейного дозвілля», 2021. 512 с.
7. Ялом І. Коли Ніцше плакав / І. Ялом. Х. : «Клуб сімейного дозвілля», 2019. 464 с.
8. Magee B. Confessions of a Philosopher: A Personal Journey Through Western Philosophy from Plato to Popper / В. Magee. «Random House USA Inc», 1999. 496 p.
9. Буданов В. Методология и принципы синергетики / В. Буданов. *Філософія освіти*. 1(3), 2006. С. 143–172.
10. Berman J. Writing the Talking Cure: Irvin D. Yalom and the Literature of Psychotherapy / J. Berman. SUNY Press, 2019. 336 p.
11. Josselson R. Irvin D. Yalom: On Psychotherapy and the Human Condition (Working Biographies) / R. Josselson. Jorge Pinto Books Inc., 2007. 148 p.

REFERENCES

1. Yalom I. (2018) Brekhuny na kushettsi: Psykhoterapevtychni opovidi [Lying on the Couch]. “Klub simeynoho dozvillya” [in Ukrainian].
2. Yalom I. (2020) Vdyvlyayuchys u sontse: dolayuchy strakh smerti [Staring at the sun. Overcoming the Terror of Death]. “Klub simeynoho dozvillya” [in Ukrainian].
3. Yalom I. (2017) Liky vid kokhannya ta inshi opovidi psykhoterapevta [Loves Executioner]. “Klub simeynoho dozvillya” [in Ukrainian].
4. Yalom I. (2018) Shopenhauer yak liky: psykhoterapevtychnyy roman [The Schopenhauer Cure]. “Klub simeynoho dozvillya” [in Ukrainian].
5. Yalom I., Yalom M. (2021) Pytannya zhyttya i smerti [A Matter of Death and Life]. “Klub simeynoho dozvillya” [in Ukrainian].
6. Yalom I. (2021) Problema Spinozy [The Spinoza Problem]. “Klub simeynoho dozvillya” [in Ukrainian].
7. Yalom I. (2019) Koly Nitsche plakav [When Nietzsche wept]. “Klub simeynoho dozvillya” [in Ukrainian].
8. Magee B. (1999) Confessions of a Philosopher: A Personal Journey Through Western Philosophy from Plato to Popper. Random House USA Inc.
9. Budanov V. (2006) Metodolohyya y pryntsypy synerhetyky [Methodology and principles of synergetics] / V. Budanov. “*Filosofiya osvity*” 1(3), pp. 143–172. [in Russian].
10. Berman J. (2019) Writing the Talking Cure: Irvin D. Yalom and the Literature of Psychotherapy. SUNY Press.
11. Josselson R. (2007) Irvin D. Yalom: On Psychotherapy and the Human Condition (Working Biographies). Jorge Pinto Books Inc.

Karpova Svitlana Gennadiivna
Candidates of Philosophical Sciences,
Associate Professor at the Department of Philosophy,
Sociology and History
Dnipro State Agrarian and Economic University
25, Serhiy Efremov str., Dnipro, Ukraine
orcid.org/0000-0002-9184-2179

Solodilova Olena Volodymyrivna
Candidates of Philosophical Sciences,
Associate Professor at the Department of Philosophy,
Sociology and History
Dnipro State Agrarian and Economic University
25, Serhiy Efremov str., Dnipro, Ukraine
orcid.org/0000-0003-3991-6721

PHILOSOPHICAL CONTEXTS OF THE EXISTENTIAL PSYCHOTHERAPY OF IRVIN YALOM IN THE DISCOURSE OF MODERN CULTURE

Problem. *From the beginning of the twentieth century until today, the individual, society and humanity are constantly in a state of cultural, social, political and economic turmoil. Therefore, it is important to find such concepts that can offer interdisciplinary solutions that contain theoretical and practical options, take into account the worldview and human consciousness, the specifics of socio-cultural strata. One of the concepts that can offer practical recommendations for overcoming the crisis, may be the concept of existential psychotherapy of modern American researcher Irvin Yalom.*

Purpose: *to conduct a philosophical study of the existential psychotherapy of Irvin Yalom in the discourse of modern culture.*

Methods and Results: *analysis and synthesis, hermeneutic, phenomenological, synergetic.*

Research results:

1) *The main scientific and journalistic works of I. Yalom are analyzed: “A Matter of Death and Life”, “The Spinoza Problem” “When Nietzsche wept” etc.*

2) *The essence of Yaloms existential psychotherapy and the specifics of building his methodological approach are revealed, through the introduction of philosophical discourses of Epicurus, Nietzsche, Spinoza, Schopenhauer, etc., and combination with practical psychotherapeutic experience, which essentially reflects post-classical synergetic.*

3) *Philosophically sound, based on the main works of the American author, how through a combination of existential-philosophical and psychotherapeutic approaches is built and implemented its basic method.*

4) *The main existential themes and concepts that Yalom interprets in his constructions are revealed: the search for the meaning of life, fear of death, freedom and loneliness.*

5) *It is shown how the basic existential themes and concepts for Yalom are revealed in the discourse of modern culture through indirect use of synergetic approaches. And also, the importance of these basic topics for the American researcher and his wife – Marilyn.*

Key words: *existentialism, existential psychotherapy, interdisciplinary approach, meaning of life, death, modern culture.*