

Автор: Краснова А.

Я думаю, в жизни каждого человека рано или поздно наступает время, когда он задается вопросами «кто я?» и «для чего я живу?». Кто-то находится в мучительном поиске ответов на эти вопросы, а кто-то почти неосознанно принимает для себя продиктованный извне ответ. Но, на мой взгляд, это те основные человеческие вопросы, на которые каждый отвечает своей собственной жизнью.

Помню, я впервые сознательно задалась этими вопросами, будучи студенткой психологической специальности. В то время мучительный поиск себя для меня был во многом связан с поиском будущей профессии. Мой приход в психологию был непростым. В какой-то момент она показалась мне той базой каких-то мировоззренческих установок, в которые я могла бы по-настоящему поверить. Как натура увлекающаяся, признаюсь честно, погружаясь с головой в новый психотерапевтический подход, я каждый раз на какое-то время действительно верила, что именно так и устроены мир и человек, как он предлагает. И каждый раз я пыталась построить свою жизнь в соответствии с тем, во что я верила.

Можно сказать, что в то время я не могла обрести саму себя, поэтому мне требовались такие «костыли», которые научили бы, как правильно жить. Однако моим убеждением также всегда было: скажи, во что ты веришь, и я скажу, какой ты психолог. Познавая психологическую науку и практику, я понимала, что не смогу работать, пока сама не обрету тот фундамент, стоя на котором я была бы способна оказать помощь ближним. Вот поэтому в моей жизни получилось так, что мой собственный поиск насущных ответов какое-то время был неразрывно связан с психологией. Вот этой проделанной мною работой я и хотела бы поделиться.

Понятно, что в центре всей психологической науки стоит личность. Но что такое «личность»? На этот вопрос психология дает ответы в виде великого множества теорий личности. В этом смысле первое, где я начала искать для себя ответ на мой насущный вопрос «кто я?», была классическая психология.

Главный учебник первых двух курсов психологии — это «Общая психология» А.Г. Маклакова — сборник фундаментальных психологических знаний. Открываем и читаем: «Личность — это конкретный человек, взятый в системе его устойчивых социально обусловленных психологических характеристик, которые проявляются в общественных связях и отношениях, определяют его нравственные поступки и имеют существенное значение для него самого и окружающих» (Маклаков, 2002). Как видим, личность здесь сводится к «системе характеристик», причем эти характеристики неразрывно связаны с социальной жизнью человека. На мой взгляд, такое определение рисует перед нами некую застывшую картинку человека, без особой претензии на индивидуальность, с

внутренней жизнью, что называется, «по умолчанию» и с таким же умолчанием об уникальности жизненного опыта. Ну, конечно, можно возразить, что в классической психологии рассматривается и человеческая индивидуальность, и внутренняя жизнь человека, и жизненный опыт. Но по большому счету все классические психологи признают, что личности без системы общественных отношений просто не существует. В чем тогда перспектива?.. Допустим, я соглашусь с классической психологией и успокоюсь ответом на вопрос «кто я?», что я — это набор психологических характеристик, пусть даже уникальный и существенный для окружающих. Но как мне ответить для себя на вопрос «для чего я живу?» — тут, мне кажется, психология бессильна. Разве что весь предел моих мечтаний ограничится успешной социализацией. Если мы, например, откроем учебник Р.С. Немова «Психология», то обнаружим, что «личность должна развиваться свободно, и свобода ее развития на практике означает неподвластность любой высшей силе или цели, кроме самосовершенствования личности» (Немов, 1997, с. 362). При этом существует «нормальное» и «аномальное» развитие личности, где «нормально» — это успех в общественных отношениях и чувство собственной полноценности, а неудовлетворенность, изоляция, «концентрация душевных сил на самопознании» — это аномально.

Увидев, как классическая психология отвечает на эти фундаментальные человеческие вопросы, становится понятным и оттого не удивительным ее постоянное стремление к прорисовке неких схем и этапов, которые претендуют на всеобщность, а также к разработке «надежных и валидных тестовых методов оценивания нормальной личности».

Поглядев на классическую схему развития личности и смирившись с собственной ненормальностью, так как к тому времени я уже давно болела «концентрацией душевных сил на самопознании», мне пришлось искать ответы на свои насущные вопросы в другом месте, а именно в психотерапевтических подходах. Если мы возьмем за основу классическую классификацию психотерапевтических направлений, то их всего три — психодинамическое, поведенческое и экзистенциально-гуманистическое. Каждое из них, помимо всего прочего, что их отличает, по-разному дает определение «здоровой личности» человека и, соответственно, по-разному видит его жизненные перспективы.

Психодинамический подход представлен в основном теорией психоанализа и всеми её ответвлениями (постпсихоаналитическими теориями). Огромное внимание в этих теориях, начиная с концепции Фрейда, уделяется неврозам. По сути, невроз — это конфликт между сознательными и бессознательными тенденциями, где сознательное — это социальные нормы, мораль, культура и т.д., а бессознательное — инстинктивные, биологические формы. Соответственно, здоровая личность — та, у которой отсутствуют невротические тенденции, т.е. отсутствуют конфликты между сознательной и бессознательной частями личности. Здесь мы снова сталкиваемся с тем, что развитие личности — это адаптация ее биологической, инстинктивной части (бессознательной) к жизни в обществе, к культуре и моральным нормам. Такой вот поиск компромисса между биологическим и социальным «я». Большинство приверженцев психодинамического направления соглашались с тем, что в ходе своего формирования, которое происходит в обществе, личность превращается в совокупность защитных механизмов и комплексов,

находя при этом свой путь социальной адаптации.

В психоаналитической теории очень много внимания уделяется внутренней жизни человека. Признаюсь, после штудирования классической психологии это весьма меня привлекало. Но многое вызывало у меня вопросы. Получается, у меня внутри два «я» — инстинктивное (фактически животное, «от природы») и социальное (фактически воспринятое извне), которые должны между собой жить в мире, чтобы у меня не возникло всевозможных неврозов. Тогда кто я на самом деле? — для меня осталось непонятным. Ответ на вопрос «для чего я живу?» — снова звучит как пресловутая адаптация. Жизнь без внутренних конфликтов — предел мечтаний для здоровой личности. А чем плох внутренний конфликт, что от него в таком срочном порядке необходимо избавляться? На мой взгляд, внутриличностный конфликт — это один из необходимых источников развития человека. У меня как-то была клиентка, которая обратилась по поводу панического страха перед собственной смертью и смертью близких. В ходе терапии мы пришли с ней к тому, что она привыкла опираться на близких, но сама не всегда готова быть для них опорой. И она встала перед выбором «жить для себя или жить для близких». Необходимость такого выбора приводила её в состояние внутреннего конфликта, но она же оказалась для неё целительной — выбор был сделан в пользу жизни для близких, и страхи отошли. Иными словами, мы вызвали конфликт и через него пришли к новому пониманию и способу жить.

Кроме того, в психоаналитическом подходе меня оттолкнуло само однозначное и, на мой взгляд, весьма узкое понимание неврозов. Любая духовная жизнь, с точки зрения всех психодинамических теорий, сама по себе является невротическим проявлением, т.е. признаком нездоровой личности. Поэтому мне с моим духовным поиском снова пришлось смириться с собственной ненормальностью и продолжить искать ответы на свои вопросы.

Больше всего меня всегда удивляли представления о личности в поведенческом подходе. Здесь здоровая личность — та, которая обладает навыками успешного поведения. Если отталкиваться от понятия «симптома» в поведенческом подходе (которое фактически заменяет в нем понятие невроза), то симптом — это неадаптивное (патологическое) поведение, «возникшее в результате неправильного научения» (Психотерапия..., 2005, с. 115). Получается, овладение навыками эффективного поведения — успешная адаптация; отсутствие их и/или наличие ошибочных навыков — дезадаптивная (нездоровая) личность. Мы снова натываемся на «цель целей» — социальную адаптацию.

Уникальность поведенческого подхода — полное отсутствие представлений о внутренней жизни человека, и даже Маклаков признает, что это просто «лишено здравого смысла» (Маклаков, 2002, с. 52). Позже необихевиористы (представители позднего поведенческого подхода), конечно, признали, что между стимулом и реакцией существуют некие «промежуточные переменные», но, прозвав их «черным ящиком», предпочли не изучать ввиду их чрезвычайной сложности.

Однако на Западе подавляющее большинство психотерапевтов являются

приверженцами поведенческого подхода, уж наверное ввиду того, что спрос на них выше, чем на специалистов других направлений. Осмелюсь предположить, что такая мода, возможно, связана с тем, что далеко не все люди стремятся открыть свой «чёрный ящик», предпочитая просто «переучиться» — приобрести навыки успешного поведения и без лишних вопросов к себе.

Попытавшись примерить на себя поведенческую теорию, я пришла к выводу, что на вопрос «кто я?» придётся признать, что я — это поведение, а «для чего я живу?», то есть мои перспективы — успешная адаптация в социуме. И мне стало так тоскливо, что я поспешно продолжила свой поиск.

Экзистенциально-гуманистический подход объединяет в себе так много психотерапевтических направлений, которые в сущности по-разному отвечают на поставленные мной вопросы, что я решила разделить их на три ветви — гештальт-терапия (Ф. Перлз), собственно гуманистическая психотерапия (А. Маслоу, К. Роджерс, Р. Мэй) и экзистенциальная психотерапия (В. Франкл).

В Справочнике психотерапевта я нашла, на мой взгляд, довольно точное описание того, что в гештальт-терапии вкладывают в понятие здоровой личности: «Быть самим собой, осуществлять своё «Я», реализовывать свои потребности, наклонности, способности — путь гармоничной, здоровой личности. Здоровый центр личности для Перлза — глубинная, естественная сущность человека, в которой сосредоточена мудрость организма — «самость». Если человек идентифицируется с «самостью», то его функционирование характеризуется целостностью и полнотой, он доверяет своим внутренним потребностям, живёт настоящим, свободно взаимодействует со средой на основе внутренней саморегулирующей тенденции» (Психотерапия..., 2005, с. 515). Что можно сказать, исходя из этого определения?.. Всё вроде бы так гармонично и радужно. «Кто я?» — Я «самость». «Для чего я живу?» — Чтобы удовлетворять свои потребности. У меня так и напрашивается вопрос: «А как же они — ближние?..» Можно возразить, что они — это они, удовлетворяют свои потребности. Главное, чтобы никто никому не мешал, ни я им, ни они мне. Но жизнь показывает, что не всё, оказывается, так просто. Один коллега рассказал мне любопытный случай, произошедший на его психотерапевтической группе. Среди участников был один человек, называвший себя приверженцем гештальт-подхода. Он обозначил в качестве беспокоящей его проблемы то, что он, имея жену и любовницу, вынужден делать между ними выбор. Любовница требует законного брака, а его вполне устраивает существующее положение вещей. И жену бросать не хочет, и с любовницей жаль расставаться — в любом случае некомфортно. В ситуации, когда единственным критерием правильного является собственный комфорт, такой выбор сделать действительно трудно. И вот, приняв за руководство гештальт-девиз: «доверяй себе и удовлетворяй свои потребности», человек никуда не продвинулся, и неудивительно. Для меня пример показательный в том плане, что жизнь по этому принципу приводит к тому, что мне всё лучше и лучше, а рядом со мной людям всё хуже и хуже. Так что, в конце концов, от такого соблазна я решила отказаться.

Немного ближе мне показалась собственно гуманистическая психотерапия.

Согласно этому подходу, «индивид демонстрирует зрелое поведение, когда его восприятие реалистично и экстенционально (адекватно реальности — прим. автора), он не занимает оборонительную позицию, принимает ответственность за то, что отличается от других, принимает ответственность за собственное поведение, оценивает опыт на основании данных, полученных из собственных ощущений, изменяет оценку опыта только на основании новых данных, принимает других как уникальных индивидов, отличных от него самого, ценит себя и других» (Мидор и Роджерс). Таким образом, зрелая, или здоровая личность — это, по сути, самоактуализирующаяся личность. Этот подход не дает четкого определения понятию личности и, соответственно, не дает однозначного ответа на вопрос «кто я?». Я, по Роджерсу, — это целостный образ, составленный из восприятий свойств Я и взаимоотношений Я с другими людьми и различными аспектами жизни, а также ценности Я. Получается, я — это то, что я есть, что я мыслю о себе и то, каким я хочу быть. Вопрос «для чего я живу?» в этом подходе, мне кажется, снова замыкает человека на самом себе, — для того, чтобы быть тем, кто я есть на самом деле, раскрывать свои способности и таланты, осуществлять свои возможности, познавать себя и быть самому себе конгруэнтным — быть в гармонии с собой, соответствовать себе. Хотя считается, что подлинно самоактуализирующаяся личность не только находится в гармонии сама с собой, но и с другими, в жизни я сталкивалась с иной ситуацией. Одна моя знакомая очень загорелась идеей самоактуализации и много стараний и душевной работы посвятила тому, чтобы следовать своей актуализирующей тенденции. Надо сказать, она многого добилась — научилась глубоко понимать себя и свои переживания, находить уникальность в каждом моменте жизни, научилась доверять себе и принимать самостоятельные решения, основанные на внутренних ощущениях, и стала довольно творческим человеком, полным смелых идей, спонтанности и незаурядных решений. Всё бы хорошо, живи и радуйся. Однако жизнь подсказывает другое — по-настоящему глубоких отношений с другими людьми не получается, мужчины рядом надолго не задерживаются, то есть в сущности она одинокий человек. Не могу судить, по каким это причинам, но внутреннее чувство подсказывает, что ее больше, чем она сама, в жизни мало кто интересуется. Такое складывается впечатление. Снова критерий правильного — только я сам. Так что и эту идею я для себя отвергла.

Наиболее близкой мне позицией оказалась в этом отношении позиция В. Франкла. С точки зрения экзистенциальной психотерапии, фактическим основателем которой он явился, «быть человеком — значит выходить за пределы самого себя... сущность человеческого существования заключается в его самотрансценденции» (Франкл, 1990, с. 30). Феномен самотрансценденции человеческого существования, то есть способности человека выходить за пределы самого себя, я бы даже сказала, его внутренней в этом потребности, является здесь ключевым в определении сущности человеческой личности. Для Франкла чуждо разделение на здоровых и нездоровых личностей, или зрелых и незрелых, но исходя из его статей становится понятно, что человек, не находящий для себя такого смысла, ради которого он способен выйти за пределы самого себя, не имеет «причины для счастья», соответственно, не находит и самого счастья. Эта же ситуация является источником многих неврозов, появляющихся в современном обществе, а также зависимостей, самоубийств и т.д. «В служении делу или любви к другому человек осуществляет сам себя. Чем больше он отдает себя делу, чем больше он отдает себя

своему партнеру, тем в большей степени он является человеком и тем в большей степени он становится самим собой. Таким образом, он, по сути, может реализовать себя лишь в той мере, в какой он забывает про себя, не обращает на себя внимания» (Франкл, 1990, с. 12). Таким образом, для меня здесь появляются ответы на мои насущные вопросы, которые во многом отличаются от получаемых ранее из других концепций. «Кто я?» — «Я — человек, призванный осуществить свой смысл». «Для чего я живу?» — «Я живу для служения своему смыслу». Здесь для меня открывается перспектива служения, что кажется мне более близким, чем перспектива социальной адаптации или культивирования собственного «я».

На мой взгляд, из всей психологической теории и практики Франкл наиболее близко в мировоззренческом плане подошел к тому, что можно было бы назвать «христианской психологией». Сейчас очень много споров о том, что называть этим термином, в которые я сейчас не буду углубляться. В данном случае я вкладываю в понятие христианской психологии такое понимание человека (его происхождения, сущности и предназначения), которое основано на христианском мировоззрении. Мои личные поиски ответов на мои насущные вопросы закончились приходом к Православной вере, то есть в ней эти ответы приобрели ту полноту, которая отвечала моим внутренним поискам.

Опыт моей собственной жизни и опыт работы православным психологом при храме показал мне, что никто не приходит к вере, просто почитав концепцию вероисповедания. Это какое-то таинство, когда Сам Бог призывает человека, и человек начинает вдруг слышать этот зов и откликаться на него. Но, однако, и в христианской вере каждый находит что-то своё, что его «цепляет», что разжигает веру и вселяет надежду, что помогает чувствовать, что Божественное откровение — это истина. Одна моя клиентка пришла к вере, потеряв единственного девятилетнего сына, и вера помогла ей пережить ее горе. Другая клиентка обратилась ради исцеления дочери, осознав, что ее маленькая четырехлетняя девочка пострадала в частности от ее греховной жизни. Моя собственная жизнь привела меня к тому, что Бог есть «путь, истина и жизнь» чередой непростых событий, так что вера эта стала выстраданной.

Однако в какой-то момент я пришла к пониманию, что вера есть не только дело сердца, но и ума. Во время моей работы при храме со многими моими клиентами на наших встречах мне пришлось касаться тех духовных вопросов, которые коренным образом влияют на жизнь человека и на которые Православие однозначно дает ответы, но понимание их не всегда было верным. Например, одна моя клиентка рассматривала свою проблему бездетности однозначно — как Божье наказание за её грехи. В свете этого из того, что она рассказывала, складывалось впечатление, что Бог представляется ей каким-то далеким строгим Судьей, приговоры Которого чуть ли не безапелляционны. К счастью, с помощью чтения Библии и житий святых нам удалось изменить её представления о Боге и рассмотреть её проблему не как наказание, а как возможность.

Очень многое в вопросах моих верующих клиентов, которые они сами себе задавали, было о том, к чему их призывает их вера. Когда я впервые сама оказалась в

храме, меня волновал тот же вопрос. Здесь мне кажется важным отметить, что в религии предлагается принципиально иное видение перспективы развития человека, чем в психологии, причем как в психологической теории, так и в практике. В психологии всё ограничивается социализацией. Она преподносится в разных психологических теориях под разными «соусами», но ею по сути всё ограничивается. Религия же, вера, как предполагающая «уверенность в невидимом», оперирует другими категориями, в которых внутреннее и вечное превалирует над внешним и преходящим. Соответственно, и место человека в мире, смысл его жизни представляется иным. При этом разные религии предлагают человеку разные перспективы. Далее поговорим о том, что предлагает человеку православная вера.

Для начала обратимся к самому понятию «личность». В русском языке это понятие имеет своими корнями славянское слово «лик». Одно из значений слова «лик» — это образ. То есть человек как личность носит в себе некий образ. Изучая богословие, я поняла, что с понятием образа в Православии многое связано: а именно то, что человеческая личность есть отражение Божественной Личности, поскольку, сотворив людей, Господь «по природе их облек их силою и сотворил их по образу Своему» (Сир.17:3). Образ Божий в человеке — это та, как говорят, «искра Божия», которая дана человеку Богом при сотворении; то, что есть в человеке от Бога по его природе.

Хотелось бы заметить здесь, что в психологии понятие личности по большому счету смешано с другими понятиями, такими как «индивид», «индивидуальность» и даже просто «человек». До сих пор идут споры, кого считать личностью, а кого нет. Например, если личность — понятие социальное, как утверждает классическая психология, то считать ли младенца личностью? Выходит, что нет. За что, кстати, на психологию обрушивается критика правозащитников...

В Православии личность как образ обращает нас к внутреннему устройству человека. Каков этот образ, что носит в себе каждый конкретный человек? И это же понятие помогает нам увидеть уникальность каждого из нас — каждый человек, хоть обладает человеческой природой, которая для всех нас едина, тем не менее, обладает уникальностью бытия. И это не означает «уникальный набор характеристик» — нет! Это означает, в первую очередь, что любой из нас уникальным образом организует собственную жизнь, обладает свободой воли, как распорядиться тем, что ему дано природой.

Размышляя над этим вопросом, я обратила внимание, что в свою очередь слова «образ» и «преображение» имеют один корень, и таким образом связаны и по смыслу. В русском языке приставки «пре» и «пере» имеют одинаковое смысловое значение — значение превосходной степени. То есть «преображение» означает для нас выход за пределы своего образа, переход от одного образа к другому, более высокого порядка. Получается, само слово личность, если посмотреть на него через призму церковнославянского языка, из которого вырос наш современный русский язык, уже само в себе содержит перспективу развития. Эта перспектива заключается в преобразении человека — качеств его души, его жизни, самого его внутреннего устройства. Кроме того, эта перспектива обретает свою реальность в том, что

Православие провозглашает свободу воли человека над своим внутренним образом. Вся православная аскетика говорит нам о том, что человек имеет свободу выбора не только по отношению к своим поступкам, но также и по отношению к своим мыслям, чувствам и желаниям. В своё время меня поразило житие преподобной Марии Египетской, которая 17 лет сражалась в пустыне с лютыми искушениями в виде помыслов и желаний, но великое раскаяние и желание измениться не давали ей вернуться к греховной жизни. Она рассказывала о своем опыте так: «В моём злосчастном сердце горело пламя и всю меня жгло, возбуждая похоть. Едва этот помысел посещал меня, я бросалась на землю и обливала её слезами...Случалось, я по суткам лежала так, пока тот сладостный свет не изливался на меня, прогоняя соблазнявшие ко греху помыслы...» (Преподобная..., 2004, с. 28). Пример этой великой православной подвижницы — это пример чудесного преобразования внутреннего устройства человека. По итогам её жизни мы можем увидеть, какой грешницей она была и какой святой стала, а между этим какой великий душевный труд был проделан. Интересно, что с точки зрения современной психологии личности это оказывается просто необъяснимым, так как длительная социальная изоляция личности должна привести к её деградации, но никак не к преобразению, между тем как практически весь путь преобразования преподобной Марией был пройден ею в пустыне в полном одиночестве!

Преобразование в православном понимании есть смысл человеческой жизни, который заключается в том, чтобы преодолеть грех. А что есть грех? Попробуем раскрыть это понятие через суть самого слова. Однокоренные слова со словом «грех» — «огрех», «погрешность», то есть по сути это — промах, оступок. Получается, грех — это такой «поворот не туда», такая болезнь человеческой души, которая ведёт к страданиям, разрушает самого человека, его связь с ближними и с Богом. Преподобный Серафим Саровский в беседе с Н.А. Мо-то-ви-ло-вым говорил, что «истинная же цель жизни нашей христианской состоит в стяжании Духа Святого Божьего» (Беседа...), то есть в приобретении благодати Божьей, в которой нам прощаются наши грехи и преобразается наш внутренний лик.

Другими словами, православное понимание человеческой личности, провозглашая свободу человека над своей собственной природой, дает человеку важную перспективу — перспективу преобразования. Таким образом, в понятии личности заключается не только понимание человека, каков он есть, а также то, каким он призван быть. Человеческая личность — это не статичная застывшая картинка с набором свойств и характеристик, а это своего рода уникальность, обладающая свободой по отношению к себе самой и своей собственной жизни, призванная этой свободой распоряжаться. В этом смысле личностность предполагает некий путь, который для каждого человека будет своим, каким он сам его изберет. В личностности есть не только дар Бога человеку, но и ответственность человека, так как ему необходимо дать Богу ответ всем своим бытием, всей полнотой своей человечности. «Человек ответственен перед Богом в исполнении и раскрытии замысла, который Богом изволен от вечности» (Слово об обожении, с. 52). Православие призывает человека к преобразению всего его внутреннего образа, так чтобы человек обрел Богоподобие, и указывает к этому путь — «Будьте совершенны, как совершенен Отец ваш Небесный» (Мф. 5:48). Также оно говорит, что человек свободен в своем выборе, следовать этому пути или нет.

В этом смысле, следуя православному пониманию человека, я получила такие ответы на свои вопросы: «кто я?» — «я — личность, обладающая свободой по отношению к самой себе и собственной жизни». «Для чего я живу?» — «Я живу для преображения своей души и своей жизни». Эти ответы оказались мне наиболее близкими, но они также и призвали меня к ответственности за все, что происходит в моей жизни. В этом смысле я понимаю ответ собственной жизнью на обретённый смысл — он в ответственности, соответствует ли реально твоя жизнь тому, во что ты веришь и что провозглашаешь своим смыслом бытия.

Как бы ни ответил человек для себя на эти насущные вопросы, он сталкивается с тем, что жизнь становится призванной соответствовать этим ответам. В этом и свобода человека, и его ответственность перед собственной жизнью.

Литература

1. Беседа преподобного Серафима с Николаем Александровичем Мотовиловым.
http://www.pravmir.ru/article_88.html.
2. Маклаков А.Г. Общая психология. СПб., 2002.
3. Мидор Б., Роджерс К., Личностно-центрированная терапия. —
www.kabinet-psihologa.ru/library/4_midor_rogers.html
4. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студентов высш.пед.учеб.заведений: В 3 кн. Кн. 1. Общие основы психологии. 3-е изд. М., 1997.
5. Новиков Д.В. Учение о личности в христианском богословии IV — VIII веков // Человек. 2000. № 2-3.
6. Преподобная Мария Египетская: Житие и Канон. Клин, 2004.
7. Психотерапия: новейший справочник практического психолога / Сост. С.Л. Соловьева. СПб., 2005.
8. Слово об обожении. М., 2004.
9. Франкл В. Человек в поисках смысла. М., 1990.