

Наталья Петровна Колпакова

***Развитие ассертивности  
личности у студентов-дизайнеров  
в процессе подготовки в вузе***

Большинство людей значительную часть времени проводит в мире учебы, работы и социума, не осознавая в повседневном поведении уникальных возможностей своего индивидуального бытия. В повседневном поведении царят конформность и сориентированность на других. Озабоченность человека своим местом в социальной иерархии и интерес к своему социальному статусу обуславливают его подчинение другим, с целью утвердиться в обществе в качестве обладателя определенного статуса, человек должен делать то, что одобряют и требуют это общество. Поэтому человек подвергается тонкому и часто незаметному воздействию социальных норм и конвенций и пренебрегает своей способностью к независимым, деятельности и мышлению. Эти подчинение и зависимость от социальных норм проявляются в повседневной жизни, прежде всего в усреднении социального поведения до уровня гомогенности и тождественности. Человек тем самым освобождается от необходимости индивидуального бытия и ответственности за свое индивидуальное существование и приспосабливается к обществу, вознаграждаемый за конформность.

Поэтому в своей работе мы рассмотрим развитие ассертивности личности у студентов-дизайнеров в процессе подготовки в вузе. Анализируя литературу, теории и практики педагогических и психологических исследований показали, что развивать ассертивность у студентов-дизайнеров нужно постоянно, проводить тренинги, психологические тесты и другое.

Концепция ассертивности оформилась в конце 50-х начале 60-х годов XX века в трудах американского психолога А. Солтера и впитала в себя ключевые положения входившей в ту пору в моду гуманистической психологии (в частности, противопоставление самореализации и бездушного манипулирования людьми), а также транзактного анализа. Согласно определению, ассертивность - это способность человека конструктивно отстаивать свои права, демонстрируя позитивность и уважение к другим, при этом принимая ответственность за свое поведение; термин, заимствованный из английского языка, где он выступает производным от глагола *assert* - настаивать на своем, отстаивать свои права.

Существуют как минимум три подхода к рассмотрению ассертивности. Согласно одной из концепций, ассертивность заключается в спонтанности поведения. Человек легко, не регламентируя, выражает свои чувства и желания. По мнению авторов концепции, проявление спонтанности освобождает человека от ложных авторитетов, ритуалов и условностей и предоставляет возможность быть самим собой. К сожалению, в этой концепции не может не настораживать декларация индивидуализма, которая, будучи воспринята буквально, рискует привести к печальным последствиям: человек может перестать считаться с принятыми нормами, начать вести себя исходя из собственных представлений.

Исследователи, рассматривающие ассертивность как настойчивость, абсолютизируют значимость упорства в достижении

своих целей. Данная концепция возникла как альтернатива агрессивному и пассивному поведению, модели которых свойственны многим людям с нарушенной самооценкой.

В теории Солтера асертивное поведение рассматривается как оптимальный, самый конструктивный способ межличностного взаимодействия в противовес двум самым распространенным деструктивным способам: манипуляции и агрессии.

Также асертивность необходимо рассматривать как адекватность. В этом контексте асертивность подразумевает, что индивид в процессе взаимодействия с коллегами и руководством, прежде всего, действует сообразно обстоятельствам. В зависимости от возникшей ситуации, он реагирует на те, или иные возникающие перед ним трудности гибко, варьируя свое поведение в рамках принятых в компании стандартов. Асертивные умения согласно данной концепции, среди прочих, предусматривают умение вести себя конструктивно, не доставляя своим поведением неприятностей коллегам, умение тактично и вежливо настаивать на своем, умение принимать и предоставлять обратную связь, и, вместе с тем, умение действовать убедительно в контексте достижения поставленных целей.

Формирование асертивности как личностной черты в первую очередь предусматривает, чтобы человек отдал себе отчет, насколько его поведение определяется его собственными склонностями и побуждениями, а насколько кем-то навязанными установками.

В сфере межличностных отношений асертивность предполагает отказ от опоры на чужие мнения и оценки, культивирование спонтанного поведения в соответствии со своими собственными настроениями, побуждениями и интересами.

Понятие «асертивность», приобретает определенную поведенческую значимость только на уровне идей и ценностей, которые и предопределяют выбор социального поведения человека

(М. Мольц, Т. Харрис, К. Тернер, Г. Линденфилд, Р. Алберти, М. Эммонс и др.). В рамках исследования проблемы ассертивности в зарубежной психологии можно выделить два основных направления. Первое направление исследует внешнюю поведенческую модель успешного человека. Этому посвящены работы В. Каппони, Т. Новака, Г. Бэйера, М. Джеймса, Д. Джонгарда, Г. Фенстрейхэйма, а второе направление - гуманистическая психология, исследует внутренний мир человека, его экзистенциальное состояние (А. Маслоу, Э. Фромм, К. Роджерс, В. Франкл, Ф. Перлс, Г. Оллпорт и др.).

А. Маслоу ввел в научный оборот понятие *самоактуализация* - центральное понятие в его концепции гуманистической психологии. Под самоактуализацией А. Маслоу понимал наиболее полное раскрытие способностей и реализацию потенциала человека [Райгородский, 1996: 410]. Теоритические подходы А. Маслоу нашли отражение в сфере образования, психиатрии, социальной работе.

Э. Фромм рассматривал природу личности, исходя из экзистенциальных дихотомий: уникальности человека и способности каждого по-своему решать свои проблемы. в соответствии с этим под личностью он понимал "целостность врожденных и приобретенных психологических свойств, характеризующих индивида и делающих его уникальным" [Хрестоматия по психологии и типологии характера, 1997: 44].

В подходах к теории личности К. Роджерс разработал определенную систему понятий о самопредставлении индивида в процессе жизненного развития, формируя на этих подходах концепцию полноценно функционирующего человека.

Человек, с его точки зрения, представляет собой субъект, который находится в постоянной тревоге из-за несоответствия, выражающегося в стремлении быть самим собой и в то же время «смертельно боящегося быть им», в стремлении познания своего реального жизненного опыта и "в то же время очень боящегося это сделать".

К. Роджерс говорит о том, что стремлению человека "быть самим собой" мешают определенные тенденции, осложняющие его жизненное функционирование. К ним он относит подчинение образу "кем он должен быть» и страх «двигаться прочь от "Я", которым на самом деле он не является".

Человек, находящийся под таким контролем, не может самоактуализироваться, развиваться на основе самодостаточности, жизненного опыта, он не может полноценно функционировать. Полноценно функционирующий человек при осознании им своего опыта, индивидуального, не конформного, социализированного, имеет конструктивное поведение, которое соответствует реальности и ведет к «обогащению не только своей личности, но и личности окружающих людей» [Роджерс, 1994]. Большое внимание в своей теории К. Роджерс уделял личностному опыту человека, который приобретается в процессе жизни, он называл его "феноменальным полем". В связи с этим он предложил понятия конгруэнтность - неконгруэнтность.

*Конгруэнтность* - степень соответствия между сообщением (то, что вы выражаете), опытом (то, что происходит в вашем поле) и сознанием (то, что вы замечаете). *Неконгруэнтность* - степень несоответствия между сообщением и опытом.

Так же как А.Маслоу, К.Роджерс рассматривал самоактуализацию как важнейший феномен человеческой жизни. Стремление к самоактуализации он считал наивысшим психическим уровнем развития человека, которое характеризуется так: открытость по отношению к опыту любого типа; намерение жить полной жизнью в любой момент жизни; способность прислушиваться больше к собственным инстинктам и интуиции, чем к рассудку и мнениям окружающих; чувство свободы в мыслях и поступках; высокий уровень творчества [Шульц, Шульц, 1998: 478].

В психологической системе В. Франкла большое значение придается такой категории, как свобода. Применительно к человеческому бытию она выступает как условие для автономного духовного существования человека.

Свобода рассматривается по отношению к трем феноменам:

к влечениям;

к наследственности;

к среде [Франкл, 1990: 368].

Рассматривая таким образом понятие свободы, В. Франкл приходит к пониманию человека в контексте биологических, наследственных факторов и факторов среды: "человек - это меньше всего продукт наследственности и окружения; человек в конечном счете сам решает за себя!" [Франкл, 1990: 368]. Большое место в его концепции уделено общечеловеческим ценностям, которые формируются в результате жизненного опыта, особенно связанного со страданиями. В. Франкл выделяет три группы ценностей, влияющих на жизнь человека: творческие ценности, ценности переживаний, ценности отношений.

*Творческие ценности* осознаны в творческой и производственной деятельности.

*Ценности переживаний* проявляются в отношении к красоте мира природы или искусства.

*Ценности отношений* связаны с судьбой человека, которая рассматривается им как высшая ценность в иерархии человеческих ценностей. "Ибо действительно значимым является отношение человека к судьбе, выпавшей на его долю. Другими словами, человек сталкивается со своей судьбой и вынужденный ее принимать, все же имеет возможность реализовывать ценностные отношения. То, как он принимает тяготы жизни, как несет свой крест, то мужество, что он проявляет в страданиях, достоинство, которое он выказывает,

будучи приговорен и обречен, - все это является мерой того, насколько он состоялся как человек"! [Франкл, 1990: 368].

Рассматривая проблемы актуализации, В.Франкл выходит на определение психически здоровой индивидуальности. Он считал, что самоактуализация находится в оппозиции к самотрансценденции личности. С его точки зрения, если человек стремится к самоактуализации, то он теряет смысл своего существования. Для иллюстрации своей мысли он использует в качестве примера бумеранг. Цель бумеранга состоит не в том, чтобы возвратиться к человеку, а бумеранг возвращается к человеку, когда он не попал по цели [6]. Так же и люди возвращаются к себе тогда, когда потеряна цель в жизни, В этой связи он рассматривает характеристики, которые, с его точки зрения, присущи здоровой личности. Такие люди, как правило:

- 1) свободны в выборе собственного курса действий;
- 2) лично ответственны за свое поведение и отношения в жизни, которые они проводят в своей судьбе;
- 3) не подвержены силе извне;
- 4) нашли смысл в жизни, который их удовлетворяет;
- 5) сознательно контролируют свою жизнь;
- 6) способны к творчеству, сопереживанию;
- 7) имеют самотрансценденцию.

Помимо этих характеристик, автор отмечает, что ориентация на будущее имеет отношение к целям и задачам [Schultz, 1997: 114-115]. Несмотря на то, что гуманистическая психология не занималась глубоким изучением проблемы ассертивности, выработанные представления психологов о здоровой и зрелой личности, помогут объяснить данный феномен.

Гуманистическая психология - направление в западной психологии, признающее личность как целостную уникальную систему, "открытую возможность" самоактуализации. Одной из целей

экзистенциальной психологии является восстановление аутентичности личности, т. е. соответствия ее бытия-в-мире ее внутренней природе. Средством такого восстановления считается самоактуализация - стремление человека к возможно более полному выявлению своих личностных возможностей. Гуманистическая психология сформировалась как течение в 60-х годах 20 века. Гуманистическая психология противопоставляет себя в качестве "третьей силы" бихевиоризму и фрейдизму.

Экзистенциальная психология представляет собой своеобразный итог развития европейской мысли последних двух столетий, вобравший в себя достижения таких направлений, как философский иррационализм (Шопенгауэр, Кьеркегор), "философия жизни" (Ницше), интуитивизм (Бергсон), экзистенциализм (Хайдеггер, Ясперс, Камю), философская онтология (Шелер), психоанализ (Фрейд, Юнг, Адлер, Хорни, Фромм), гуманистическая психология (Маслоу, Олпорт, Роджерс, Келли и др.).

Экзистенциальная психология сформировалась во многом при изучении патологии личности: категория личности вообще находится в центре ее внимания. Экзистенциальная психология непосредственно связана с положениями экзистенциальной философии, с ее "находками" и "неудачами". Представителей экзистенциальной психологии объединяет онтологическая трактовка сознания. Следуя методологии Гуссерля, они делают попытку найти характеристики "чистого" сознания, которые понимаются как врожденные свойства человеческого бытия - происходит отказ от анализа сознания в генетическом и социально-историческом аспектах. Сознание не рассматривается как высшая форма отражения объективного мира, а фактически само объективизируется.

Рассматривая эмоции, экзистенциалисты выделяют чувства беспокойства и вины не в качестве аффектов, а в качестве

характеристик, коренящихся в онтологической природе человека. Беспокойство - состояние личности, когда она сталкивается с проблемой реализации жизненных потенциалов. Личность всегда испытывает вину постольку, поскольку она реализует не все возможности, выбирает одно, а не другое решение. Онтологическая вина имеет три модуса: первый модус связан с невозможностью полного самораскрытия и относится к внутреннему миру; второй модус связан с обреченностью на бесчувствие и относится к социальному миру (невозможность до конца понять другого); третий модус вины - это вина в утрате единства с природой, что относится к объективному миру.

Возведение состояний беспокойства, вины в ранг онтологических не случайно: это обусловили войны и разобщенность людей в странах, где зарождалась экзистенциальная психология.

Экзистенциальную психологию часто упрекают в пессимизме. Я бы назвала это скорее реализмом, чем пессимизмом. Экзистенциальная психология озабочена проблемой смерти не меньше, чем проблемой жизни. "Ничто" всегда на пути человека. Страх имеет не меньшее значение, чем любовь. Экзистенциальная психология не утешительна. Свобода человека приравнивается к его ответственности. Становление человека - сложный проект, и немногим удается его выполнить. Цель - стать полностью человеком, выполнить все возможности Dasein. Каждый ответственен за реализацию стольких возможностей бытия-в-мире, сколько возможно. Отказ от такого становления приводит к фобиям, навязчивости, неврозам. Становление предполагает направленность и непрерывность, но направленность может меняться, а непрерывность разрушаться.

Методы, используемые экзистенциалистами, построены по существу на самоотчете. "Научная" психология считает, что такие методы возвращают психологию в сферу "субъективизма" и

"романтизма". Экзистенциальная психология отвергает экспериментальные методы, принятые в психологии, считая их следствием дегуманизации.

Экзистенциальная психология - наука, изучающая смысл жизни в практическом аспекте, в аспекте значения его для человека. Экзистенциальной психология - парадоксальная наука. С одной стороны, психология - это позитивная наука, которая изучает объективные законы психики. С другой стороны, экзистенциальная проблематика есть сфера собственно духа и свободы. Таким образом, экзистенциальная психология должна искать необходимость в свободе, психическое в духовном, детерминацию в экзистенции; решать, какие силы стоят за человеческой свободой и определяют ее. Как и экзистенциальная философия, экзистенциальная психология во многом противоречива, имеет множество теорий. Даже сами экзистенциальные терапевты расходятся по ряду теоретических (да и практических) вопросов (например, в своем отношении к бессознательному).

Экзистенциальная терапия заботится о том, чтобы человек был максимально открыт навстречу возникающим в течение его жизни возможностям, был способен осуществить выбор и актуализировать их. Цель терапии - максимально полноценное, насыщенное, осмысленное существование.

Человек может быть тем, кем он решил быть. Его существование всегда дано как возможность выхода за пределы самого себя в виде решительного броска вперед, через свои мечты, через свои стремления, через свои желания и цели, через свои решения и действия. Броска, всегда сопряженного с риском и неопределенностью. Экзистенция всегда непосредственна и уникальна, в противоположность универсальному миру пустых, застывших абстракций [Ялом, 2000: 576]. Как свидетельство уязвимости экзистенциальной психологии я бы рассматривала

усложненность, непонятность языка экзистенциальных философов. Ведь один из самых главных для экзистенциальной психологии трудов, "Бытие и время" Хайдеггера, по словам Ялома, является "непревзойденным примером словесного тумана"! Ведь на самом деле экзистенциальные данности не сложны; каждый человек сталкивается с ними в своей жизни [Ялом, 2000: 576]. Эти данности просто нуждаются в раскрытии, а не в расшифровке или анализе. Возможно, поэтому многие работы по экзистенциальной психологии чрезвычайно литературны: эта форма нужна для того, чтобы человек взглянул внутрь себя, уделил внимание своей экзистенциальной ситуации. Как говорил Франкл, каждому времени нужна своя психотерапия. На мой взгляд, сейчас необходима интегративная психотерапия, а также асертивное поведение, объединившая бы все лучшее в разных направлениях и школах. Ведь несмотря на то, что есть стремление к смыслу, есть также и инстинкты, и стремление к власти. В практической деятельности (да и в научной) нельзя не учитывать такие школы, как школа Фрейда или Адлера.

Экзистенциальная психология критична к установкам научной психологии и психиатрии. Экзистенциальная психология подвергает сомнению принцип объективизма, причинности, отношение к человеку как вещи среди вещей, оценочные категории нормы или патологии. Гуманистическая и экзистенциальная психологии стали прорывом психологии из западной цивилизации. Основной тенденцией западной психологии последнее время является признание патологией почти всех явлений психики: человек чувствует себя слишком плохо - патология, слишком хорошо - тоже патология. Любые отклонения трактуются как признак болезни.

Обрисовывая атмосферу современного общества, Фромм отмечает, что в крупных городах людьми манипулируют, как вещами. Психологи констатируют типичность состояний беспокойства, отчаяния и неуверенности в современном мире.

Анализируя литературу, теории и практики педагогических и психологических исследований показали, что развивать уверенность т.е. асертивность у человека нужно постоянно. Термин "асертивность" - довольно широко применяется в зарубежной психологии, происходит от английского **assert** - способность быть уверенным, утверждать, заявлять, способность самостоятельно регулировать собственное поведение и отвечать за него. Асертивное поведение позволяет человеку высказываться четко и однозначно, действовать убедительно и уверенно. По своей сути асертивность - это философия личной ответственности. То есть речь идет о том, что мы ответственны за свое собственное поведение и не имеем права винить других людей за нашу реакцию на их поведение. Демонстрация самоуважения и уважения к другим людям. Асертивное поведение предполагает развитие уверенности и позитивной установки. Уверенность в себе связана с двумя параметрами: самоуважением и знанием того, что мы профессионалы, хорошо владеющие своим ремеслом. Умение внимательно слушать и понимать. Сформулируем основные принципы асертивности, названные десятью заповедями асертивности [Каппони, Новак, 1995]. Несмотря на их кажущуюся простоту и очевидность, они охватывают практически все возможные затруднения человека в его общении с другими и в отношении к самому себе. В основе всех приемов - взаимное уважение, доброжелательная настойчивость, вежливая требовательность. Асертивное поведение в коммуникативном педагогическом процессе - это оптимальный вариант общения педагога с студентами и родителей с детьми, приводящий к формированию самостоятельной и ответственной личности, способной успешно решать проблемы - психологические, образовательные, производственные и др. А это и есть цель современного образования. В русском языке уверенность в себе - это

верность себе, вера в себя и свои силы, я бы добавила еще и принятие себя, в том числе своих слабостей, и разрешение себе ошибаться. К сожалению, часто уверенность в себе путается с самоуверенностью, даже наглым поведением, хотя на самом деле это скорее защитная реакция, поэтому в термине асертивность делается акцент на то, что отстаивание интересов идет не за счет других. И просто так по своему желанию стать уверенным в себе не получается. Придется постепенно освобождаться от всего навязанного, возвращая себе себя.

Основной составляющей асертивности является наличие самоуважения и уважения к другим людям. В данном случае главными являются три следующих качества - честность, открытость и прямота в разговоре, но не за счет эмоционального состояния другого человека. Речь идет об умении сказать то, что вы думаете или чувствуете относительно какого-либо вопроса, не расстраивая при этом своего партнера по общению. Демонстрация уверенности и позитивной установки. Асертивное поведение предполагает развитие уверенности и позитивной установки. Уверенность в себе связана с двумя параметрами: самоуважением и знанием того, что мы профессионалы, хорошо владеющие своим ремеслом. Умение внимательно слушать и понимать. Асертивность требует умения внимательно слушать и стремления понять точку зрения другого человека.

«Асертивное поведение» описывается как самый конструктивный способ межличностного взаимодействия, позволяющий противостоять манипуляции и агрессии (В. Каппони, Т. Новак, С. Бишоп, Г. Линденфилд).

«Асертивная личность» - это здоровая и зрелая личность с выработанной позицией ненасилия. Такая личность может постоять за себя, не принося вреда окружающим людям: «ведет себя твердо, но корректно, умеет выразить недовольство и радость, а не злость или

злорадство, стремится к людям, а не против людей» (Е. П. Никитин, Н. Е. Харламенкова).

В целом, рассматривая понятие «ассертивность», мы исходим из понимания того, что ассертивность является характеристикой определенного типа поведения, которое противопоставляется поведению с позиции неуверенности в себе и деструктивному поведению.

Принципы ассертивности - это эмпирические правила поведения в обществе, общения с окружающими. Причем общение это опирается на истинно гуманистические начала, отрицается манипуляция, жестокость и агрессия по отношению к другому. Ассертивное поведение позволяет человеку высказываться четко и однозначно, поступать порядочно, действовать убедительно, избегать манипулирования окружающими, разбираться в себе и в других, уметь поставить на своем. Можно сказать, что ассертивность - это адекватная оценка обстановки и своего поведения, это путь к самореализации, путь саморазвития.

Ассертивное поведение - способ действий, при котором человек активно и последовательно отстаивает свои интересы, открыто заявляет о своих целях и намерениях, уважая при этом интересы окружающих.

Ассертивное поведение разными авторами понимается несколько по-разному. Правильнее было бы различать эти понятия. Под ассертивностью следует понимать свойство личности, ее склонность вести себя при достижении своих целей ассертивно. Ассертивное же поведение - это реализация данного свойства в конкретном поведении человека. Сложилась традиция описывать ассертивное поведение через некоторый набор правил (прав), которые соблюдает в своем поведении ассертивный человек.

С точки зрения М. Дж. Смита "прав личности" - человек осведомлён о собственных правах, пользуется ими и, при необходимости,

отстаивает свои права. В то же время асертивный человек признаёт за окружающими такие же права и стремится строить взаимоотношения без нарушения чьих-либо прав.

На современном этапе развития асертивности личности у студентов-дизайнеров в процессе подготовки в вузе, выступает как результат системы обучения и воспитания, обладающий всеми свойствами и качествами, которые закладываются в них данными процессами.

Таким образом, развитие самого себя и развитие асертивных навыков у студентов позволяет значительно облегчить при начале профессионального обучения. Внедрение в учебный процесс разработанного содержания формирования профессиональной уверенности, методов и форм практической и самообразовательной деятельности обеспечило осмысленную мотивацию к научению стратегиям профессионального самоутверждения, повышенный интерес к информации о стратегиях самоутверждения и их роли в профессиональной деятельности. Каждая личность, каждый индивид рассматривает эту проблему в своем ракурсе, следовательно и решение он пытается найти непосредственно как можно более сильно соответствующее именно своим моральным, устоям, принципам и вообще мировоззрению. Поэтому-то и сложно каждому иному человеку определиться в этом выборе. Но, естественно, если личность действительно заинтересована в этом, то рекомендуется изучить если не все, то, по крайней мере, как можно больше. В процессе работы, учебы человек оценивает, осмысливает все изложенное, а позже разделяет осмысленное на то, с чем он согласен, и на то, что он отрицает. Кроме того, в процессе осмысления и рассуждения, человек набирается опыта и возможно даже изменяет какие-то свои принципы и мировоззрение.

- [1] Nowakowski, Z. 2001. *Niepubliczna wyższa szkoła zawodowa w systemie wolnorynkowym*, Zeszyty Naukowe WSZiA, Warszawa.
- [2] Schultz, D. 1977. *Growth psychology: model of the healthy personality*.- N.Y.
- [3] Sirojć, Z. 2004. *Wpływ procesu integracji z Unią Europejską na zarządzanie zasobami ludzkimi w administracji państwowej*, Zarządzanie Zasobami Ludzkimi, nr 2.
- [4] Бишоп, С. 2001. *Тренинг асертивности*, СПб.: Питер.
- [5] Братченко, С.Л., Миронова, М.Р. 1997. *Личностный рост и его критерии. Психологические проблемы самореализации личности*, Под ред. А.А.Крылова, Л.А.Коростылевой.-СПб.
- [6] Каппони, В., Новак, Т. 1995. *Как делать все по-своему, или Асертивность - в жизнь*. СПб.: Питер.
- [7] Патер, Д. 2008. *Філософські есе*, Суми.
- [8] *Психология и психоанализ характера: Хрестоматия по психологии и типологии характера*, Самара, 1997.
- [9] Роджерс, К. 1994. *Взгляд на психотерапию, становление человека*.-М.
- [10] Сломский, В. 2003. *Філософія в житті*, Lviv.
- [11] *Философский энциклопедический словарь*, Ред. кол.: Аверинцев и др. -2-е изд. -М. :Советская энциклопедия, 1989.
- [12] Франкл, В. 1990. *Человек в поисках смысла*, М.: Прогресс.
- [13] *Хрестоматия по психологии личности*, Ред.-сост. Д.Я. Райгородский.-М., 1996
- [14] Шульц, Д.П., Шульц, С.Э. 1998. *История современной психологии*, СПб.
- [15] Ялом, И. 2000. *Экзистенциальная психотерапия*, Пер. с англ Т.С. Драбкиной. - М.: "Класс".