



Московский
Институт
ПСИХОАНАЛИЗА

НЕГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ЧАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Высшая школа Логотерапии

ЭССЕ

на тему:

«Преимущества концепции трехмерной личности для жизни
человека»

Выполнила студентка:
Хачатурова В. В.

Москва, 2025

Преимущества концепции трехмерной личности для жизни человека

На мой взгляд, величайший вклад в развитие теории личности внес Виктор Франкл, предложив концепцию трехмерной личности или димензиональной онтологии.

Согласно этой концепции, человек состоит из трех измерений: соматического, психического и нозетического (духовного). Примечательно, что с одной стороны, Франкл подчеркивает важность всех трех измерений, то есть целостного подхода к личности, но с другой – вводит понятие «нозетический антагонизм», уделяя особое внимание нозетическому уровню, который способствует личности сопротивляться несовершенствам психофизического, демонстрируя упрямство духа.

Именно нозетический уровень делает человека человеком, он отличает и возвышает его над всеми другими живыми существами, которые, в основном, руководствуются инстинктами и выживанием.

Нозетический или духовный уровень позволяет человеку задавать вопросы о смысле жизни, создавать величайшие произведения искусства, самотрансцендироваться, проявляя милосердие, прощение или жертвенность во имя других, любить и находить смысл в каждой уникальной ситуации.

Акцент на нозетическое измерение ни в коем случае не обесценивает психофизическое. Нозетическое опирается на психофизику, как на инструмент, стремясь к реализации смысла.

Франкл не раз подчеркивал важность рассмотрения личности в ее целостности. Эта идея отражена, в том числе, в его «Десяти тезисах о личности», где первый тезис гласит, что личность неделима, ее нельзя разделить или расщепить, она представляет собой единое целое.

Существует множество преимуществ концепции димензиональной онтологии для жизни человека.

Во-первых, это способствует самопознанию. Трехмерный подход помогает людям лучше понять свои мысли, эмоции и поведение, не сводя их только лишь к инстинктам, потребностям или стремлению снять напряжение.

Во-вторых, это способствует гармоничному росту личности. Выявляя области, требующие особого внимания, человек стремится, с одной стороны, скорректировать то, что требует корректировки (физические недуги, психические расстройства), но с другой стороны, сфокусировать внимание на своих сильных качествах и на возможностях духовного.

В-третьих, это помогает в межличностных отношениях. Понимание целостности личности способствует эмпатии и более качественному взаимодействию с другими людьми, видя их не только через призму эмоций или действий, но и через их внутренний мир.

В-четвертых, осознание своей целостности, способствует мотивации. Опираясь на свои личные возможности, человек способен реализовать планы, цели, которые соответствуют его ценностям и взглядам.

В-пятых, это стимулирует к творчеству. Трехмерное понимание личности, позволяет развивать творческий потенциал, опираясь на особенности организма, психики, личный опыт и ценности.

Трехмерность личности позволяет человеку справляться с ударами судьбы. В подобных случаях следует опираться на нозетическое измерение, которое не подвержено недугам. Как бы сложно человек ни ощущал себя в трудных ситуациях, он способен найти в себе силы справиться с ними, найти смысл и возможности, превратив, в конечном итоге, страдание в триумф, как говорил Виктор Франкл.

Целостный подход к личности очень эффективно работает в психотерапии, где терапевт для помощи клиенту учитывает все три его измерения. Логотерапевт, безусловно, будет обращаться больше к духовности клиента, помогать ему найти смысл в той или иной

ситуации, но если психофизика не в порядке, следует ее восстановить, насколько это возможно, иногда прибегая к помощи сторонних специалистов. Такой комплексный подход способствует улучшению качества жизни для клиента.

Осознание своей целостности или трехмерности – это не только возможности, но и ответственность для личности. Хайдеггер писал: «В бытие человеку открывается сверхчувственный опыт всеобщности, которая как самобытная форма требует от человека особого усилия, «понятого как мужество быть». Только совершая такое усилие, происходит устремление к собственной полноте, а значит целостности».

Человек в своей трехмерности должен стремиться осознать свой потенциал, свои возможности в этом мире. Полнота жизни ему дана не только для удовлетворения своих биологических и эмоциональных потребностей.

Через нозетическое измерение человеку дана способность к самотрансценденции, чтобы возвыситься над своим эго, чтобы дать этому миру нечто большее: помощь нуждающимся, любовь к ближнему и человечеству в целом, продукты своей деятельности и плоды своего творчества для вдохновения, восхищения или просвещения, свои идеи, способные улучшить мир вокруг себя, и многое другое, на что стимулирует духовное измерение, и что позволяет реализовать психофизическое.

Таким образом, концепция трехмерной личности позволяет нам видеть человека в его целостности, полноте жизни и отвечает если не на все, то на многие экзистенциальные вопросы, касающиеся человеческого бытия.