

Экзистенциальная психология. Время

Время очень важный экзистенциал, понятие времени в экзистенциальной психологии отличается от понимания времени в других системах психотерапии. В экзистенциальной психологии прошлое, настоящее и будущее неразрывно связаны. В психоанализе преобладает прошлое время и причинно-следственные связи. В экзистенциальной психологии прошлому уделяется мало значения, так как прошлое "динамично", наше отношение к прошлому меняется, человек постоянно реинтерпретирует свое прошлое. Причинно-следственные связи в экзистенциальной психологии отвергаются, но не отвергается взаимосвязь между прошлым и настоящим. Людвиг Бинсвангер говорит о том, что подлинное существование связано с будущим, с трансцендированием собственных пределов. Если открытость будущему исчезает, то человек объясняет все происходящее с ним причинно обусловленным прошлым. Бинсвангер и другие психологи-экзистенциалисты подчеркивают, что будущее - в отличии от настоящего и прошлого - основной образец времени для человека. Прошлое приобретает значение только в свете проекта будущего, события избирательно черпаются из нашей памяти. Значение прошлого не фатально. Утрата перспективы будущего приводит к депрессии и беспокойству.

Для Медарда Босса темпоральность существования - это не время на часах или календаре. Время - это всегда время для чего-то, для того, чтобы что-то сделать. Время может сжиматься и растягиваться ("это мгновение показалось мне вечностью").