

УДК 159.9:001.08

*Афанасьєва Н.Є., к. психол. н., доцент, доцент кафедри загальної психології НУЦЗУ*

## НАРАТИВІЗАЦІЯ ЖИТТЄВОГО ДОСВІДУ В ПРОЦЕСІ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ

У статті розглядається концепція наративізації життєвого досвіду клієнта у психологічному консультуванні. Аналізуються теоретичні та методологічні передумови методу наративного інтерв'ю. Описано умови успішності наративного інтерв'ю і стратегію його проведення. У загальному вигляді представлено схему змістовного аналізу текстів наративних інтерв'ю.

*Ключові слова:* наратив, наративне консультування, біографічний наратив, наративне інтерв'ю, структура життєвого досвіду, аналіз змісту історії.

В статье рассматривается концепция нарративизации жизненного опыта клиента в психологическом консультировании. Анализируются теоретические и методологические предпосылки метода нарративного интервью. Описаны условия успешности нарративного интервью и стратегия его проведения. В общем виде представлена схема содержательного анализа текстов нарративных интервью.

*Ключевые слова:* нарратив, нарративное консультирование, биографический нарратив, нарративное интервью, структура жизненного опыта, анализ содержания истории.

**Постановка проблеми.** Одним з видів психологічного консультування є наративне консультування. Специфіка діяльності у сфері наративного психологічного консультування висуває ряд вимог як до організації процесу консультування, так і до особистості самого психолога. Вивчення цих питань має принципове значення для теорії та практики психологічної роботи.

Нарратив (англ. і фр. – narrative) – історично і культурно обґрунтована інтерпретація деякого аспекту світу з певної позиції [1].

Уся наша культура підтримується оповіданнями про людський досвід, а культурні традиції надають широкий репертуар сюжетів, які використовуються людьми для організації подій свого життя в часовій послідовності. Будь-який особистий наратив конструюється відносно культурних наративів. За тим, що говориться і як, можна судити про існуючі в цьому суспільстві норми і цінності, а також про те, що вважається аномаліями або патологією і тому подібне.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Наукове дослідження процесу розуміння й інтерпретації життєвих подій та їх впливу на розвиток особистості є актуальним питанням сучасної теоретичної та практичної психології. Характер взаємодії людини із власним досвідом можна вивчати через наративи – повідомлення, історії або оповідання, створені людьми для опису й організації власного досвіду та способу життя (Р. Барт, І. Брокмейер, Дж. Брунер, П. Вацлавик, К. Герген, С.Г. Гуцол, К. Жорняк, А.С. Калмикова, А. Керби, Г. Олпорт, П. Рикер, А. Сапогова, Т. Сарбин, Ч.Тейлор, М. Уайт, Р. Харре, Н.В. Чепелєва, А.Н. Шиловська).

**Метою** нашої статті є дослідження можливостей використання наративного підходу в процесі осмислення й усвідомлення людиною власних життєвих подій і розуміння впливу наративів на подальше життя суб'єкта.

Життєвий шлях людини є сукупністю подій – змін в умовах життя людини, її стану здоров'я і душевного благополуччя, ситуацій в різних сферах життя, які конкретизуються і набувають емоційно-оцінної, особистісної забарвленості у розумінні суб'єктивної картини життєвого шляху. Окремі події життя можуть виступати об'єктивно як складні життєві ситуації, а також суб'єктивно сприйматися й оцінюватися суб'єктом як стресові або складні, які вимагають прийняття і перетворення.

**Виклад основного матеріалу.** Наративна психологія, що вивчає описову природу людської поведінки, базується на фундаментальних положеннях і ключових постулатах, основні ідеї яких стали витокami наративного підходу в психології: теорія «Я» У. Джеймса, соціальний інтераціоналізм Дж.Г. Міда, теорія ролей Т.Г. Сарбіна, культурна антропологія Г. Бейтсона, Г. Гирца, Б. Майєрхофа, драматургічний підхід у соціології Е. Гоффмана, психосоціальна концепція Е. Еріксона, культурно-історична психологія Л.С. Виготського, діалогізм М.М. Бахтіна, структурний аналіз розповіді в літературознавстві В. Проппа, К. Бьорка, соціологія

П. Бергера, Т. Лукмана.

Проте основними концептуальними джерелами виступає сукупність ідей соціального конструктивізму (П. Бергер, Т. Лукман) і постмодернізму

(Л. Вітгенштейн, Р. Барт), що базуються на тлумаченні мови як засобу конструювання реальності, передусім, реальності особистого досвіду. За

Дж. Фрідманом і Дж. Комбсом, наша мова конституює наш світ і наші переконання. Саме у мові співтовариства конструюють власне бачення світу, і кожного разу, коли ми говоримо, ми створюємо реальність [13].

Як стверджує Н.В. Чепелева, до основних понять наративної психології як її невід'ємної складової відносяться «розуміння», «інтерпретація», «текст» і «досвід». Розуміння Н.В. Чепелева визначає як «процес засвоєння і породження сенсів, основними характеристиками якого є відновлення сенсу, який був закладений в текст його автором, смислового поля суб'єкта, який сприймає це повідомлення» [8, С. 5]. Вона виділяє два рівні розуміння тексту:

➤ структурний, або смисловий, коли відбувається відновлення сенсу, закладеного в текст його автором;

➤ смисловий, який розглядається як процес трансформації змісту початкового тексту в іншу знаково-смислову систему, тобто переосмислення реципієнтом [8].

І якщо у разі зіткнення когнітивних схем і сенсів автора та реципієнта при осмисленні тексту відбувається породження синтезу нового сенсу, то таке розуміння автор називає смисловим або інтерпретацією.

Розкрити та прокоментувати сенс можна завдяки інтерпретаційним схемам, які, як відмічає Н.Д. Макаров, допомагають формувати інтенції та думки, спрямовувати дії людей. Дозволяючи осмислювати ситуацію, вони сприяють виробленню альтернативних способів здійснення цих дій і реалізації інтенцій [6].

Н.В. Чепелева виділяє наступні види інтерпретаційних схем:

- ✓ смислові, які включають, передусім, особистісні сенси;
- ✓ культурні, які використовують наявні в культурі зразки;
- ✓ когнітивні, що включають концептуальні схеми, знання й уявлення суб'єкта [8].

Осмислення досвіду часто є наслідком розповіді про цей досвід. Проте для свого оповідання людина обирає певні аспекти цього досвіду і знаходить їм у своїй історії певне місце, інші ж аспекти досвіду залишаються за межами її історії. Ф. Шюце називає цей аспект наратива згущуванням [цит. за 11]. Для історії також важливо бути закінченою й уточнюючою обставини (деталізованою). Дані правила розповіді історії є імпліцитними вимогами до будь-якої історії, і оповідач діє відповідно до них. Народження історії – це спосіб упорядкувати своє життя. І ця історія, те, як саме вона побудована і які саме аспекти індивідуального досвіду містить, впливає на те, як людина відчуває, думає і діє. Відповідно історія, сама по собі, певним чином організовує досвід кожного з нас. Досвід завжди має місце усередині інтерпретованого контексту, тобто усередині історії.

Сенс людської поведінки виражається з більшою повнотою в оповіданні, а не в логічних формулах і законах, оскільки розуміння людиною тексту і розуміння нею самої себе є аналогічними. Людина досягає саморозуміння через наратив або безперервну самоінтерпретацію, за допомогою якої виділяє в життєвому потоці певні моменти, що мають для неї сенс і оцінне значення.

Консультативна психологія – це «психологія конкретних випадків», кожен з яких в подробицях може значно відрізнятися від загального концепту людини або характеристик суб'єкта з певними проблемами, але саме деталі, частковості й особливості виявляються найбільш значущими при наданні людині психологічної допомоги. Останніми роками, під впливом практики консультування, що розширюється, намітився поворот до аналізу унікального життєвого досвіду, суб'єктивних способів проживання життя окремою людиною, їх осмислення і впорядкування. Психології знову стає цікавим окремий суб'єкт з його унікальною біографією, знайденими способами самоусвідомлення, набутими сенсами існування.

Інтерес до індивідуальних самоописів життєвого шляху народжує і способи їх психологічного дослідження, різноманітні моделі інтерпретації. Однією з сучасних тенденцій в аналізі досвіду, що швидко розвиваються, є використання наративного підходу, при якому життєвий шлях кожної особистості сприймається як осмислене ціле, що існує для інших у формі завершеної (чи розказаної як завершеної) історії про себе, індивідуальної «міфології».

В основі наративного підходу лежить уявлення про те, що реальність не існує об'єктивно, а безперервно конструюється у взаємодії людей один з одним. У результаті цієї взаємодії окремими співтовариствами людей створюються переконання, цінності, закони, уявлення, які знаходять вираження в мові. Крізь призму цих уявлень члени співтовариств інтерпретують світ, наділяють сенсом ті або інші явища, події, процеси їх життя.

На рівні окремого суб'єкта життя як єдиний, цілісний та унікальний феномен конституюється як автобіографічний наратив, в якому події життя, що

вже сталися, зв'язуються у впорядковану послідовність за допомогою сюжетів [3; 5; 10 та ін.]. Осмислення відрізків життєвого шляху можливе лише тоді, коли вони вже прожиті. В основі осмислення, систематизації і впорядкування досвіду лежить фундаментальний механізм аналогії, що допомагає пізнати те, що трапляється з окремою людиною, як частина деякого загального цілого, прояв загальної закономірності, і тим самим «вбудувати» одиничного суб'єкта в систему існуючих на цьому етапі взаємовідносин «Людина – Світ».

Культурні традиції будь-якого соціуму на кожному щаблі (етапі) дорослішання надають кожному суб'єктові деякий запас фавул, сюжетів, персонажів, які можуть бути використані для ідентифікації й організації подій життя в історії. Людина засвоює цей запас у процесах первинної соціалізації дуже рано, тому реальність, в яку вона поступово включається, виявляється для неї заздалегідь розміченою деяким «передзнанням» того, що в ній у принципі може відбуватися і якими способами люди упораються з нею, адаптуються до її характеристик. За допомогою ж багатократної розповіді історій про себе людина конструює саму себе як частину сучасного їй світу.

Наративізації піддаються як біографія в цілому, так і її окремі частини, в першу чергу ті, які усвідомлюються як ключові, змістоутворюючі [11].

Збільшений інтерес до проблеми наратива пов'язаний з багатоаспектністю цього феномена. Зокрема наратив розглядається не лише як спосіб соціальної взаємодії, але і як модель породження знання. Відповідно до кантівської філософії, безпосереднє знання про світ є недосяжним. Важливість вербалізації у процесі усвідомлення особистих переживань і при переробці вражень у досвід є загальноновизнаним фактом, а дослідження біографічного наратива складають один з провідних напрямів у сучасних соціології та психології.

Історичною передумовою методу нарративного інтерв'ю є біографічний метод і дослідження особистих усних та письмових оповідань про життя представників певних соціальних груп, що проводилися американськими, польськими й австрійськими соціологами і психологами на початку ХХ століття (роботи В.І. Томаса і Ф. Занецьки, Шарлоти Бюлер, представників школи Чикаго тощо). Сучасні теоретики постмодерністської традиції в соціології та психології, такі як К. Герген, М. Герген, Д.П. Мак Адамс, Д.Е. Полкінхорн, Г. Розенталь, В. Фішер-Розенталь аргументують позицію, згідно якої наратив за своєю формою і змістом відповідає конструйованій ідентичності людини.

Для етапу збору даних у нарративному інтерв'ю головним завданням є «перетворення» інтерв'юера в оповідача. Для цього розроблено спеціальну стратегію.

### **Стратегія проведення біографічного нарративного інтерв'ю**

Біографічне нарративне інтерв'ю складається з трьох етапів.

*1-й етап: початок інтерв'ю і основна розповідь.* Психолог-консультант коротко формулює прохання або загальне питання («нарративний імпульс»), мета якого – стимулювати респондента до біографічного оповідання. Немає ніяких універсальних рецептів відносно того, яким має бути цей «імпульс». Єдина обмежуюча умова – прохання або питання не повинні зачіпати приватних або неприємних для респондента тем.

Після того, як респондент почав розповідь, функція консультанта зво-

диться до ролі слухача і стимулювання продовження оповідання кивками голови і звичайними для зацікавленого слухача репліками. Пасивна роль психолога-консультанта дозволяє оповідачеві найбільшою мірою сконцентруватися на своєму життєвому досвіді. У разі, якщо респондент закінчує оповідання, інтерв'юер повинен спробувати поставити нове питання або сформулювати нове прохання. Останні не повинні ставити респондента перед необхідністю аргументації і оцінки описаних подій. Їх мета – стимулювати розповідь про періоди життя, які або були недостатньо освітлені, або взагалі залишилися не зачепленими.

Окрім цього, на першому етапі психологові слід уважно стежити за ходом оповідання й запам'ятовувати: послідовність подій, імена персонажів, що вводяться, часові, фактичні й логічні невідповідності, пропуски та обриви в оповіданні – з тим, щоб використати ці моменти у другій фазі інтерв'ю.

*2-й етап: «фаза нарративних розпитувань».* Клієнтові задаються питання про події, згадані ним раніше у своєму оповіданні. Знову не йдеться про оцінки і аргументацію. Психолог-консультант торкається перерваних ліній розповіді, малозрозумілих для нього місць і пропонує клієнтові доповнити або прояснити їх.

*3-й етап: завершальна частина.* Клієнт отримує слово як «теоретик», розвиваючи аргументацію, даючи оцінки і пояснення з приводу подій свого життя. Таким «теоретичним» резюме інтерв'ю завершується. Після проведення серії нарративних інтерв'ю психолог приступає до обробки та інтерпретації отриманого матеріалу. Оскільки усі інтерв'ю обов'язково записуються на аудіоплівку, етапи збору й обробки даних опосередовують процедурою транскрибування (розшифровки) записів.

#### **Аналіз текстів нарративних інтерв'ю**

Процедура аналізу біографічних нарративних інтерв'ю включає шість етапів або кроків [4]. Початкова передумова аналізу полягає в тому, що власне нарративним (що безпосередньо розповідає про події) і ненарративним (що містить аргументацію, описи, оцінки і так далі) фрагментам надається різне значення. Чисто нарративна структура оповідання розглядається як ситуаційно незалежна і конститутивна для самоідентичності оповідача. Такий розподіл покладено в основу процесу аналізу.

*1-й етап: формальний аналіз тексту.* Він полягає у видаленні з первинного тексту усіх ненаративних пасажів і фрагментів та розбитті «очищеного» тексту на формально послідовні частини. Під формальними частинами маються на увазі частини (відрізки) цілісної розповіді, в яких йдеться про події, що мали свій початок, тривали деякий час і завершилися.

*2-й етап: змістовний структурний опис самотійних, які не пересікаються в часі, етапів життєвого шляху.* Виділяються вищі точки ситуацій, колізій, драматичні поворотні пункти або поступові зміни. Результатом структурного опису є судження з приводу окремих біографічних етапів.

*3-й етап: «аналітична абстракція».* Результати структурного опису (судження з приводу окремих етапів життєвого шляху) відділяються від специфіки і конкретики цих етапів, і на підставі порівняння таких абстрагованих суджень виробляється загальна для окремої біографії «формула», в якій ви-

ражено домінуючу структуру біографічних процесів і життєвого досвіду.

*4-й етап: «аналіз знань».* До аналізу притягуються раніше відсічені ненаративні фрагменти, що містяться як у самому оповіданні, так і в завершальній «теоретичній» фазі інтерв'ю. Експліцируються і систематично аналізуються виконувані ними функції: орієнтації, виправдання, витіснення і так далі. Не знаючи подієвого ряду, було б неможливо визначити значення, яке мають ті або інші висловлювання, що є продуктом «теоретичної» діяльності індивіда. Усі чотири згадані вище етапи аналізу здійснюються всередині кожної окремої біографії. Тільки з п'ятого кроку інтерпретації розпочинається порівняльний аналіз різних біографій.

*5-й етап: порівняльний аналіз з використанням стратегій «мінімального» і «максимального» контрасту.* Згідно першої у різних індивідів, передусім, виділяються збіги, схожості і відповідності структур біографічних процесів. Стратегія максимального контрасту націлена на пошук тих загальних характеристик, які об'єднують на дуже абстрактному і чисто формальному рівні різні за змістом біографічні епізоди. Реалізація останньої стратегії призводить до утворення (чи розширення) системи категорій, що описують базові характеристики біографічних процесів і структур. До цих категорій належать, наприклад: біографічний проект, біографічна траєкторія, трансформація біографічної траєкторії, біографічний потенціал та ін.

*6-й етап: побудова теоретичної моделі.* Вона дає відповідь на головне питання дослідження, наприклад про те, які найбільш типові біографічні процеси є характерними для людей, що обрали екстремальну професійну діяльність.

Одиницею побудови біографічного наратива прийнято вважати подію, під якою розуміється відрефлексована дія або випадок, що збереглися в пам'яті і наділені «насиченим описом», які здійснювалися, відбувалися або спостерігалися як простори, що відбуваються на певному відрізку і часу життя суб'єкта, особливо, якщо з ними було пов'язане щось важливе для нього. Відмітимо, що подія не завжди співпадає з нормативним життєвим фактом – це може бути і суто суб'єктивно відібраний фрагмент життя, наповнений особливим буттєвим сенсом для цієї людини.

Іменування біографічної події «дією» або «випадком» залежить від того, чи був суб'єкт таким, що здійснює або зазнає його, але в обох випадках, коли щось відбувається (тобто подія трапляється), екзистенціальна ситуація зазвичай міняється так, що суб'єкт, який пережив це, вже не залишається таким, яким він був до пережитого. Саме тому подія зазвичай описується як така, що має безповоротно миттєвий, одночасний характер, але, відбувшись, вона неодмінно усвідомлюється як значуще, нерядове явище.

**Висновки та перспективи подальшого дослідження.** В силу характеристик комунікативної ситуації наративне інтерв'ю є особливою перехідною дискурсивною формою, що об'єднує в собі ознаки інтерв'ю і бесіди. З бесідою наративне інтерв'ю зближує невимушена атмосфера спілкування, з інтерв'ю – утримання комунікативної ініціативи психологом. Міжжанровість наративного інтерв'ю впливає на комунікативні стратегії консультанта, цілями якого є, по-перше, створення і підтримка необхідних умов комунікації, по-друге, отримання від клієнта необхідної інформації. В той же час очевидна довіль-

ність, з якою психолог виділяє і розвиває певні аспекти розповіді клієнта, що цікавлять його, тобто ми констатуємо *неявний вплив* на хід комунікації. При цьому найбільш важливою є роль закритих питань і парафраз, які є провідними тематичними прийомами. Серед динамічних прийомів відмітимо ефективність сигналів зворотного зв'язку, використання яких багато в чому сприяє набуттю нарративним інтерв'ю рис особисто-орієнтованого дискурсу, тобто становленню перехідної дискурсивної форми. Особливо важливим здається той факт, що нарративне інтерв'ю має в розпорядженні великий потенціал дії на хід комунікації, що забезпечує можливість подальших досліджень.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Брокмейер И. Нарратив : проблемы и обещания одной альтернативной парадигмы / И. Брокмейер, Р. Харре // Вопросы философии. – № 3. – С. 29–42.
2. Вацлавик П. Д. Прагматика человеческих коммуникаций / Вацлавик П. Д., Бивин Д., Джексон Д. – М. : Эксмо-Пресс, 2000. – 256 с.
3. Жорняк Е. С. Нарративная психотерапия / Е. С. Жорняк // Системная семейная терапия : Классика и современность / составитель А. В. Черников. – М. : Независимая фирма «Класс», 2005. – 300 с.
4. Журавлев В. Ф. Нарративное интервью в биографических исследованиях / В. Ф. Журавлев // Социология. – 1993. – № 3–4. – С. 34–43.
5. Калмыкова Е. С. Нарратив в психотерапии : рассказы пациентов о личной истории / Е. С. Калмыкова, Э. Мергенталер // Психологический журнал. – 1998. – Т.19, № 5. – С. 97–103.
6. Макаров М. Л. Основы теории дискурса / Макаров М. Л. – М. : ИТДГК «Гнозис», 2003. – 343 с.
7. Мороз Г. А. Психологический феномен идентичности личности: категориальное определение / Г. А. Мороз // Научно-практический журнал Южного научного Центра АПН Украины. Педагогика и психология. – 2009. – № 4. – С. 80–83.
8. Нарративная психотехнологии / Чепелева Н. В., Смульсон М. Л., Шиловська О. М., Гуцол С. Ю.; общ. ред. Чепелева Н. В. – М. : Главник, 2007. – 144 с.
9. Сапогова Е. Е. Культурно-историческая концепция Л.С. Выготского и нарративная психология / Е. Е. Сапогова // Вестник образования. – 2006. – № 3. – С. 21–30.
10. Сапогова Е. Е. «Легенды о себе» : к проблеме интерпретации личностных мифологем взрослых в психологическом консультировании / Е. Е. Сапогова // Психологическая служба (Минск). – 2003. – № 2. – С. 88–102.
11. Трубина Е. Г. Нарратология : основы, проблемы, перспективы. Материалы к специальному курсу / Трубина Е. Г. – Екатеринбург : УрГУ, 2004. – 152 с.
12. Уилер Г. Гештальттерапия постмодерна : за пределами индивидуализма / Уилер Г. – М. : Смысл; PERSE, 2000. – 549 с.
13. Фридман Дж., Комбс Дж. Конструирование иных реальностей : истории и рассказы как терапия / Дж. Фридман, Дж. Комбс. – М. : Независимая фирма «Класс», 2001. – 368 с.