

Ширяєва Т. М.

НАРАТИВНА ПСИХОЛОГІЯ: ТЕОРІЯ ТА ПРАКТИКА

У статті розглядаються теоретичні та практичні аспекти нарративної психології як напрямку психологічних знань, що лежить на перетині мови, соціальної практики та комунікації. Диференційовано поняття нарратив та дискурс та проаналізовано методологічну базу нарративної психології.

Ключові слова: нарратив, дискурс, мова, комунікація, соціальна практика, психотерапія.

В статье рассматриваются теоретические и практические аспекты нарративной психологии как направления психологических знаний, находящееся на стыке социальной практики, языка и коммуникации. Дифференцировано понятия нарратив и дискурс, проанализировано методологическую базу нарративной психологии.

Ключевые слова: нарратив, дискурс, язык, коммуникация, социальная практика, психотерапия.

Article deals with the issue of theoretical and practical aspects of narrative psychology, considering them as a branch of psychology that unites language, social practice and communication. The concepts of narrative and discourse are specified and the methodological basis of narrative psychology is analysed.

Key words: narrative, discourse, language, communication, social practice, psychotherapy.

Постановка проблеми. Першопочатково вживаний у рамках постмодерністської філософії термін «нарратив» на сьогодні набуває неабиякої популярності. Ним послуговуються науковці, фокус уваги яких зосереджений не лише у площині лінгвістики, але й психології та соціології. Поняття «нарративу» традиційно розглядається у двох контекстах: як теорія нарративу та психоаналітична терапія, виявляючи у такий спосіб теоретичну та практичну природу поняття.

На думку А. Макінтайра, людина не може існувати без спілкування. Окрім того, вона є носієм культурної та історичної спадщини свого народу. Уся сукупність знань, що характерна для соціальних спільнот та окремих індивідів, існує у формі нарративу. Це пояснюється тим, що нарратив розуміється як спосіб систематизації індивідом власного досвіду, який загалом набуває форми повідомлення, що має початок, кінець, сюжетну лінію та характеризується причинно-наслідковим зв'язком.

Власне, розгляд методологічної основи нарративної психології та аналіз особливостей нарративної терапії є метою нашого дослідження, що викликано інтересом до неоднозначності природи поняття.

Аналіз останніх досліджень з проблеми. Нарративна психологія як напрямок науки досліджувався низкою провідних вітчизняних та закордонних науковців, таких як Дж. Брунер, К. Герген, О. Калмикова, А. Кербі, Г. Олпорт, Т. Сарбін, Ч. Тейлор, Н. Чепелева тощо. На думку вищезазначених вчених, зміст людського життя та формування певних патернів їх поведінки є результатом взаємодії людини зі світом, що виражається у формі повідомлення, хоч не завжди має логічне пояснення.

Сприймання особою самої себе відбувається безпосередньо шляхом формування нарративів, які виявляються у формі важливих для неї подій. Вони, як правило, проходять етапи осмислення та оцінювання, чим і визначається їх важливість. Водночас неповторність нарративів підтверджує унікальність особи. Реальність втілюється у формі мовних одиниць, які передаються із покоління в покоління та у такий спосіб фіксуються у пам'яті індивідів. Відтак учені розглядають нарратив як повідомлення, за допомогою якого суб'єкт конструює своє Я та взаємодіє зі світом як одне ціле. На сьогодні нарративна психологія – це та галузь знань, яка зазнає постійних трансформацій, утім не перестає цікавити дослідників. Нарративна психологія тісно пов'язана з культурно-історичною психологією Л. Виготського, теорією особистості У. Джеймса, теорією ролей Т. Сарбіна, психосоціальною концепцією Е. Еріксона, культурною антропологією Г. Бейтсон тощо. Варто зауважити, що, попри спільність ідей щодо антропоцентричної природи поняття нарратив, думки вчених розійшлися у поглядах на особистість.

Нарративна психологія асимілювала базові концепції фукіанської теорії «влада-знання», теорії реконструкції Дерриди, соціоаналізу Бурдьє, соціального конструювання реальності Бергенра та Лукмана. Щобільше, в основі нарративної психології лежить твердження, що повідомлення підтримують та організують реальність. Абсолютна істина є абсолютною в межах конкретної реальності (нарратива). Спілкуючись, людина створює реальність через формулювання перформативів – мовленнєвих актів, які не служать для опису події, а є засобом її створення. Опис ситуації, іншими словами, є певною мірою пророцтвом, яке має тенденцію збуватися.

На сьогодні сучасна нарративна психологія має два основних підходи до вивчення. Представники соціально-конструктивістського напрямку розуміють особу як так званий текст, який нічим не відрі-

няється за формою від традиційних текстів. У своїй статті «Життя як наратив» Дж. Брунер висловив думку про те, що у людей «немає іншого способу опису пережитого часу, окрім як у формах наративу» [1]. Вчений виділяє наративний чи контекстуалізований модус, який характерний для окремого індивіда, та логіко-парадигматичний позаконтекстний модус як текст, який є носієм загальнолюдського досвіду та узагальненням правил міжособистісної взаємодії. Вчений виділяв два ландшафти: ландшафт дії, у межах якого розміщено вчинки та події, та ландшафт свідомості, сукупність інтенціональних категорій, таких як цінність, смисл, мрія, очікування, добровільно взяті обов'язки тощо. Прихильники іншого напрямку ототожнюють поняття самоідентифікація та саморозуміння, пояснюючи це тим, що розуміння особою самої себе лежить у площині її розуміння своєї ідентичності та соціальної належності. Варто зазначити, що обидва зі згаданих підходів враховують соціально-культурний контекст та не суперечать теорії Л. Виготського про первинність інтерпсихічних процесів, які є визначальними для соціального існування.

Центральне місце в конструктивістських теоріях займає дискурс, який розуміється вченими як соціальний текст чи продукт взаємодії індивідів, груп та спільнот. Особа не може існувати поза межами дискурсу. Культура містить сукупність текстів, які передаються від покоління до покоління. Таким чином, конструювання наративів, з одного боку, є механізмом самоідентифікації, а з іншого, слугує ресурсом для саморепрезентації та є компонентом соціальної взаємодії, яка передбачає зв'язок індивіда з культурою та іншими людьми.

Окрім того, беззаперечним залишається той факт, що конструювання реальності є можливим завдяки мові, яка слугує його засобом. На думку Т. Сарбіна, наративна психологія є доволі новим у психологічній практиці підходом, у межах якого розглядається спосіб, у який індивід описує своє життя [6]. Іншими словами, це спосіб взаємодії індивіда з навколишнім світом та соціумом загалом шляхом формування власних історій та під час ознайомлення з історіями інших. Реальність – це не константна величина, вона породжується описовими одиницями та живе у межах спільноти, яка поділяє ці описи. Отож, наратив виконує таку функцію, як саморепрезентація, яка полягає у формуванні та декларуванні системи цінностей індивіда, яка формується на основі минулого досвіду. Наративна психологія вважається альтернативним, проте надзвичайно динамічним напрямком психології на сьогодні.

Виклад основного матеріалу дослідження. У Російській психології у 80-х роках ХХ століття в рамках навчальних програм з системної терапії відбулася презентація нового підходу, який отримав назву наративного, що пояснювалося можливістю розуміти систему знань через аналіз їх інформаційної складової. Головною особливістю цього напрямку стало те, що увага дослідників зосереджувалася на триєдиному зв'язку мови, комунікації та соціальних практик.

Практики, що зацікавилися цим напрямком, стверджували, що соціум формує свідомість, через яку інтерпретується світ. Реальності, які сприймаються людьми як належне, оточують їх від самого народження, надаючи практику, слова та досвід, у точній відповідності до яких людина організовує своє життя. Соціальний світ передбачає використання символічних систем, ключовим елементом яких є мова. Ступінь соціалізації людини пов'язаний з його мовною компетентністю, головним елементом якої є здатність індивідів розповідати та переповідати історії. На думку К. Гергена, соціальний конструктивізм є результатом знань, які формують ментальний образ та піддаються сумніву. Знання, на думку вченого, представлені лінгвістичними одиницями. Відтак це когнітивне утворення не одного індивіда, а спільноти як певної єдності індивідів [5]. Форма наративу набуває характеру прототипу, на основі якого індивід усвідомлено або неусвідомлено вибудовує свої життєві історії, враховуючи схеми наративів та дискурсів, які існують у культурі.

Вчені схиляються до думки, що наративний аналіз у психології є тим засобом, який дозволяє розрізнити формальний зміст тексту від його смислової домінанти, яка відображає приховану психологічну реальність [3]. У світлі наративного підходу особистість розглядається як система неструктуралістських характеристик, які залежать від певних умов та передбачають сформованість ціннісного апарату. Іншими словами, поведінка індивіда визначається системою притаманних йому смислів, а не сигналізує про особистісні розлади. На думку Сарбіна, наратив – це спосіб організації особистого досвіду, на основі поєднання реальних смислів та вигадки. Саме наратив дає змогу індивіду обґрунтувати свої вчинки та вибудовувати причинно-наслідкові зв'язки між життєвими подіями, що стаються. Наратив формується в процесі соціальної взаємодії та зазнає трансформацій у результаті змін патернів соціальної інтеракції [6].

Дж. Приинс визначає наратив як сукупність послідовно узгоджених у часі реальних та вигаданих подій, оскільки час є невід'ємним елементом повідомлення. Загалом, наратив – логічно зв'язане повідомлення про події, що сталися в житті індивіда. Він займає умовну позицію між ненаративним висловлюванням (абстрактно-логічним судженням, вираженням емоцій і т.д.) та власне висловлюванням, яке фіксує окремі події без встановлення між ними змістового зв'язку [7].

Наративний аналіз зосереджується на кінцевій формі, в якій існує текст, та має на меті з'ясувати зміст повідомлення, яке несе у собі текст, та проаналізувати спосіб, яким це реалізовано, що передба-

час аналіз не лише сюжету, але й способу передачі подій, часу, простору та дійових осіб. Оскільки час є визначальним для людського буття, то він, природно, і відіграє важливу роль у передачі повідомлення. Відтак у продукуванні повідомлення особлива увага звертається на послідовність виконання дій чи послідовність, з якою відбуваються події, що полегшує передачу та інтерпретацію повідомлення. Поєднання поодиноких подій у зв'язний наратив – це формування сюжету, який надає подіям впорядкованості та послідовності. У такий спосіб, через усвідомлення наративу, людина досягає саморозуміння, визначає ті моменти у своєму життєвому циклі, які є сповненими смислу та важливості, структуруючи у такий спосіб сприйняття людиною світу та себе самої.

Розшифрування тексту – це поетапне розуміння значення слів (знаків) та мовних конструкцій. Услід за Ж. Деррідою, ми розуміємо акт реконструкції тексту як процес, у якому відбувається перехрещення змісту тексту, його смислових складових та свідомості читача, результатом чого є формування нового наративу. Такий наратив, як продукт усвідомлення текстової реальності, дозволяє читачеві глибше зрозуміти та усвідомити свій власний досвід та здійснити зміни у побудові власного світогляду.

Окрім того, наратив включає різні внутрішньо властиві людським пізнавальним процесам форми впорядкування досвіду та структурування щоденної діяльності. І. Брокмейєр та Р. Харре визначили наратив як деяке поєднання лінгвістичних та психологічних структур, які передаються культурно та історично [2, с. 29]. Люди осмислюють своє життя крізь призму історій як системи культурних, вроджених наративів та здійснюють це засобами мови. Іншими словами, наратив інтерпретує події та надає їм важливості, зосереджуючись як на житті соціуму загалом та на житті кожного окремого індивіда, так і на певних обставинах, що мали місце. Відтак свідомість людини – це місце збереження та виникнення наративів. Своєю чергою, наративна психологія ґрунтується на думці, що не може існувати єдиний правильний опис людського життя, оскільки життєвий сюжет можливо переписувати у тій чи іншій формі, залежно від побажання індивіда.

Іншим питанням, яке потребує детального вивчення, є суть наративної терапевтичної практики. Суть такої терапії нерідко розуміється як необхідність критично розглянути загальноприйняті підходи до розуміння світу та місця людини у ньому. Відтак, терапевтична робота включає процес піддавання сумніву загальне знання про світ, яке формується на основі об'єктивного та неупередженого спостереження.

Популярна на території Європи та Америки, наривна терапія сформувалася на перетині конструктивізму та постмодернізму та зосереджується на здатності людини розповідати про низку подій, що мали місце в її житті. Вперше поняття «наративна терапія» було впроваджене психологами Майклом Уайтом та Девідом Епстоном у їх творі «Наративні засоби досягнення психотерапевтичних цілей». На думку М. Уайта, наративна терапія повинна фокусуватися на тому, як і чому людина надає смисл своєму досвіду і робить його зрозумілим для себе та інших. Натхненний ідеями Г. Бейтсона щодо контексту сприймання інформації та формування ментальних карт, на основі яких і відбувається інтерпретація інформації, та на основі власних спостережень М. Уайт припустив, що спосіб життя і поведінка сприяє виживанню, втім актуалізує проблему. У своїй праці вчений описав базову техніку наративної терапії – екстерналізацію чи відділення людини від проблеми, запозичивши в Дж. Брунера наративну метафору як засіб терапії. Суть техніки полягає в тому, що вона не знімає відповідальності з людини за її поведінку, а, навпаки, допомагає брати відповідальність за дії. У такий спосіб формується нова альтернативна історія, яка допомагає пережити відчуття здійснення вибору. Результатом опрацювання Уайтом праці Л. Виготського стало впровадження нового методу «побудови опор», що дало змогу долати так звану відстань між загальною історією та знаннями про власне життя, в якому можуть проявлятися інші історії.

Формування наративів відбувається відповідно до культурних традицій, оскільки саме культурні наративи переважають над іншими в будь-якій культурі, а відтак є домінуючими. Таким чином, на терапію приходять люди, у житті яких домінуючі мотиви заважають формуванню особистих, бажаних. Відтак у терапевтичній роботі відбувається розширення меж життєвих наративів за рахунок усвідомлення впливу культурних наративів. Суть такої терапевтичної практики полягає в тому, що розповідаючи, люди структурують та формують свій життєвий досвід та знання. Допомагаючи клієнту віднайти чи згадати унікальні епізоди із життя та минулого досвіду, терапевт сприяє формуванню позитивного теперішнього досвіду. Ключовою ідеєю наративного підходу є твердження про те, що «людина – це не проблема, а проблема – це проблема». Іншими словами, наявність у людини численної кількості вірувань, цінностей, здібностей та компетенцій допомагає зменшити вплив проблем на життя.

Д. Говард розуміє суть наративної терапії дещо по-іншому. Вчений висловив думку, що всепоглинаючим завданням людини є надання смислу її існуванню. Відтак впорядкування подій, які формують життя, є можливим через виявлення смислової домінанти. Змінюючи інтерпретацію певних пережитих подій, клієнт набуває здатності по-новому зрозуміти себе та своє життя.

Варто заважити, що у контексті наративної терапії дослідники виокремлюють поняття «наратив» та «соціальний конструкт». Терапевтична робота із наративами передбачає осмислення історій із жит-

тя людей, які необхідно пережити, надаючи їм значущості та завершеності. Робота ж із соціальними конструктами передбачає розгляд способів, з допомогою яких можливо сконструювати соціальну міжособистісну взаємодію, зосереджуючись на життєвих смислах. Суть терапевтичної нарративної роботи полягає у виявленні можливостей протидії проблемі, що включає аналіз цінностей, життєвих вмінь та навичок.

«Проживаючи знову» своє життя, людина по-новому конструює свою історію. Кожна нова подія отримує інтерпретацію, яка визначається попереднім досвідом. А діалог з терапевтом – це засіб, який уможливує перегляд особистої історії клієнта.

Таким чином, можна дійти висновку, що і теоретична, і практична сторони нарративу динамічно розвиваються у площині психологічних досліджень. Базуючись на серйозній методологічній базі, теорія нарративу є основою для формування нових теорій особистості. Водночас використання технік нарративної терапії уможливує соціальне конструювання реальності, що реалізується за допомогою мови, підтримується у вигляді нарративу та доводить відсутність беззаперечних істин, які стосуються людського існування у просторі та часі.

Власне і вітчизняні, і зарубіжні вчені погоджуються на тому, що людська свідомість має нарративну структуру, відповідно до якої людина робить вибори. Відтак нарратив є організаційним принципом діяльності особистості.

Список використаних джерел:

1. Александрова А. Л. Нарративная терапия: социально-педагогический аспект // Актуальные проблемы воспитания и образования : Сб. науч. ст. / под. ред. М. Д. Горячева. – Вып. 5. – Самара, 2005. – С. 3-12.
2. Брокмейер Й., Харре Р. Нарратив: проблемы и обещания одной альтернативной парадигмы // Вопросы философии. – 2000. – № 3. – С. 29-42.
3. Фабрикант М. С. Применение нарративного анализа в исследовании больших социальных групп // Психологический журнал. – 2010. – № 1. – С. 64-68.
4. Человек. Сообщество. Управление: взгляд молодого исследователя (Психология): матер. Всерос. науч.-практ. Конф. Краснодар: Кубанский гос. ун-т, 2008. – Ч. 1. – 162 с.
5. Gergen K. J. An Invitation to Social Construction. – London, 1999. – P. 90-110.
6. Sarbin T. R. Narratology as a root metaphor in psychology // Narrative psychology: The stories nature of human conduct / Ed. By T. R. Sarbin. NY., 1986. – P. 3-21.
7. Wortham, S. Narratives in action. A strategy for research and analysis / S. Wortham. – NY : Teachers College Press, 2001. – 274 p.