

6. Козлов А. А. Практикум социального работника / А. А. Козлов, Т. Б. Иванова. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2001. – 320 с.
7. Психология общения : энциклопедический словарь / под общ. ред. А. А. Бодалева. – М., 2011.
8. Ратиер Н. И. Соотношение социального интеллекта и опыта межличностных отношений студентов на этапе обучения в вузе / Н. И. Ратиер // *Dynamika naukowych badan* – 2013 : materialy IX Międzynarodowej naukowo-ipraktycznej konferencji. Ped. nauki : Przemysl. Nauka i studia – 72 str.
9. Саутина Е. С. Роль социального интеллекта в становлении специалистов в профессиях типа «человек-человек» / Е. С. Саутина // *Психология личностного роста специалиста*. – Тамбов : Изд-во ТГУ им. Г. Р. Державина, 2007. – С. 205–207.
10. Ушаков Д. В. Социальный интеллект как вид интеллекта / Д. В. Ушаков // *Соц. интеллект : Теория, измерение, исследования*. – М., 2004. – С. 11-29.
11. *Social Intelligence*, John Kihlstrom and Nancy Cantor, in R.J. Sternberg (Ed.), *Handbook of intelligence*, 3 rd.ed. (pp.359–379). Cambridge, U.K.: Cambridge University Press, 2011.

УДК 159.9.072.4:159.923

Ю.О. Дем'яненко, викладач

Чернігівський національний технологічний університет, м. Чернігів, Україна

АВТОБІОГРАФІЯ ЯК МЕТОД ЗБОРУ НАРАТИВНОГО МАТЕРІАЛУ

Статтю присвячено автобіографії як методу збору наративного матеріалу. Досліджено основні підходи щодо збору автобіографічного матеріалу та основні риси, притаманні наративному аналізу біографічного матеріалу. Розглянуто основні складові наративу, його функції. Проаналізовано особливості побудови автобіографічного наративу.

Ключові слова: наратив, автобіографія, подія, інтерпретація життєвого досвіду.

Статья посвящена автобиографии как методу сбора нарративного материала. Исследованы основные подходы к сбору автобиографического материала и основных признаков, характерных для нарративного анализа биографического материала. Рассмотрены основные составляющие нарратива, его функции. Проанализированы особенности построения автобиографического нарратива.

Ключевые слова: нарратив, автобиография, событие, интерпретация жизненного опыта.

This article is devoted to the autobiography as a method of collecting narrative material. It studies the basic approaches to collecting autobiographical material and the basic features of biographical materials narrative analysis. This study tackles problems of the narrative and its functions analyzing features of autobiographical narrative.

Key words: narrative, life constructing, autobiography, event, interpretation experience.

Постановка проблеми. Кожна особистість проявляє себе у стосунках із собою та іншими, у поведінці та способах адаптації до певних умов. Усе це складається у структуру життєвого досвіду, яка репрезентується в автобіографічних розповідях, кому, що і як ми розповідаємо. Це і є нашою сутністю. Наша мова є ми самі. Створюючи історії власного життя та переповідаючи їх, ми створюємо навколо себе певну суб'єктивну реальність, в якій продовжуємо існувати доти, доки сформовані нами автобіографічні оповідання є актуальними. У цих актуальних розповідях криються наші поразки і перемоги, наші слабкі та сильні сторони, аналіз та усвідомлення яких сприяють особистісному зростанню та корегуванню життєвої Я-концепції.

Мета статті полягає в аналізі автобіографій як методу збору діагностичного матеріалу, пов'язаного із досвідом людини, що складається з певних життєвих історій, для подальшої психокорекційної роботи.

Аналіз останніх досліджень. Автобіографія як метод дослідження почав розроблятися відносно недавно – у першій чверті ХХ століття, однак за короткий час набув розповсюдження у різних галузях гуманітарних знань. Психоаналіз, трансактний аналіз, психосинтез, гуманістична та нейролінгвістична терапії активно використовують автобіографічний метод.

Сутність автобіографії, в якій би галузі вона не використовувалась, полягає у тому, щоб відповісти на запитання: з яких подій життя й за допомогою яких механізмів народжується конкретна особистість і як надалі вона сама буде свою долю. Тому, виникнувши як ретроспективний опис минулих етапів життя людини, з часом біографічний метод почав включати аналіз актуальних і уявних як майбутнє подій, трансформувавшись у “майбутні автобіографії”, дослідження кола спілкування, керовані фантазії, каузометрію, графіки життя, додаткові біографії.

Іншими словами, в автобіографії, як в одному із джерел знань про людину, своєрідно відображається вплив психологічного та соціального середовища, в якому існує людина, автобіографія є суб’єктивним анамнезом життєвого шляху та психологічних особливостей особистості, оскільки відображає внутрішню картину сприйняття світу досліджуваного та є безпосередньою репрезентацією особистісного досвіду людини.

М.О. Рибніков розглядав автобіографію як психологічний документ, що документує особистість та її історію. Він вважав, що саме вивчення біографії, яку він розумів як історію розвитку комплексу психофізіологічних, психічних і соціально-психологічних властивостей, що дозволяють дослідити загальні закономірності духовного розвитку людини [12].

Г. Олпорт дотримувався думки, згідно з якою мета автобіографічного методу полягає у зборі феноменологічних даних, вивчення розумового життя дорослих, складання різних типологій, ілюстрування певних теоретичних положень психології [3].

Л.Ф. Бурлачук та Є.Ю. Коржова відносять автобіографію до тих ситуаційних психодіагностичних методик, що направлена на виявлення особливостей ситуаційного компонента внутрішнього простору особистості [5].

Є.І. Головаха і О.О. Кронік у межах біографічного підходу до вивчення особистості досліджують психологічний час особистості як самосвідомість людини у часовій динаміці свого життєвого шляху через призму відображення значущих подій. На думку авторів, чим тісніше подія суб’єктивно пов’язана з іншими подіями, тим вона більш значуща. Дослідники за допомогою біографічного матеріалу вивчають категорію психологічного часу, вихідним для них слугують поняття про сприйняття людиною подій її життя і взаємозв’язках між ними [6].

Виклад основного матеріалу. Автобіографічний метод вивчення особистості передбачає активне включення в роботу власного життєвого досвіду людини. Завдяки автобіографічним розповідям можна простежити зміну ставлення досліджуваного до власного життєвого досвіду. Дослідники акцентують увагу на тому, що автобіографія дає можливість не тільки різнорівневого аналізу тексту про розвиток особистості, але й різновекторного (психологічного, соціологічного, літературного) аналізу залежно від мети, яку перед собою ставить дослідник. Так, В.В. Ніколаєва вважає, що завдяки автобіографічним методам "об’єктом дослідження є не тільки пацієнт, як такий, але й уся та "соціальна ситуація розвитку", яка склалась до часу дослідження і в якій розгортається життєдіяльність" [8, с. 24]. Автобіографічні методики дають можливість виявлення та

відтворення життєвих шляхів досліджуваних, визначення особливостей усвідомлення ними власного життєвого досвіду за допомогою наративного матеріалу.

Використання біографії у наративному консультиванні ґрунтується на постулаті конструктивістів, згідно з яким знання конструюються у мові, а текст є відображенням особливостей сприйняття навколишньої реальності та власного "Я" в ній. На думку наративних консультантів, автобіографічні розповіді стають реальністю, в якій ми живемо, створені у мові, вони живуть і передаються далі в історіях, якими ми живемо і які ми розповідаємо.

М. Увайт та Д. Епстон вважають, що "у прагненні усвідомити власне життя перед людьми виникає завдання побудувати свій досвід подій у часову послідовність таким чином, щоб сформувався послідовний звіт про них самих і про оточуючий їх світ" [15]. Завдяки складанню автобіографічної розповіді люди виконують це завдання, а отже, упорядковують власний досвід, щоб надати певного змісту подіям та вчинкам у своєму житті. Люди усвідомлюють своє життя через історії – наративи. "Кожна запам'ятована подія складає історію, яка разом із іншими історіями складає життєвий наратив" [15].

Завдяки автобіографії свідомість виконує певні функції, які сприяють процесу усвідомлення.

В.В. Нуркова виділяє такі:

- усвідомлення "Я-концепції" як засіб прийняття власної особистості;
- вибір цілей і тактик поведінки як умова ефективного функціонування особистості й прийняття власного досвіду;
- визначення інтервалів самоідентичності як рефлексія людиною основних моментів особистого розвитку;
- самопізнання як шлях відкриття "закритих" та прийняття "травмуючих" подій власного життя;
- функція самовизначення, що полягає у формуванні життєвих стратегій, концепції життя;
- інтегральна функція автобіографічних текстів – створення цілісної історії власного життя [9].

Однак найголовнішою функцією автобіографії є об'єктивація власної життєвої історії. Розповідаючи історію власного життя, ми створюємо реальність. "Кожного разу, коли ми ділимося словами, ми легітимізуємо розмежування, які породжують ці слова" [15]. Отже, з'являється можливість змінити існуючу реальність за допомогою зміни мови, надання подіям з власного життя нового змісту.

Наративна психологія вважає, що люди народжуються в історіях; соціальний та історичний контекст постійно спонукає їх розповідати і пам'ятати історії певних подій, а інші залишати без історій. Відповідно, наше життя складається з окремих подій, які людина за власними вподобаннями структурує в єдине ціле. Тому одиницею автобіографічних спогадів є подія, яка розглядається не тільки з погляду свого функціонування, а й у системі цілісного погляду на свій життєвий шлях. Однак подія може бути означена особистістю лише за умови її важливості у конкретній ситуації розповіді біографічної історії.

Для наративної терапії одним із головних понять є важливі життєві події, які можуть змінити проблемні розповіді через уявлення їх значення і зв'язку з іншими такими

подіями. Тлумачний словник дає таке визначення “події” – “те, що відбулось, та чи інша значна подія, факт суспільного або особистого життя”. Стосовно ж психологічного тлумачення “події”, то О.В. Філіпов та С.В. Ковальов ототожнюють її з поняттям “ситуації”, що описує суб’єктивну, особистісну й діяльнісну опосередковану концептуалізацію об’єктивних взаємодій людини із середовищем її життєдіяльності. Вони розглядають ситуацію як молярну одиницю механізму включення індивідуального буття у життя суспільства [14; 15].

Н.О. Логінова поворотні моменти людини, які викликають значні зміни у способі життя, називає “біографічними подіями” [7].

Аналізуючи погляди Б.Г. Ананьєва, який розрізняв події оточуючого середовища (істотні, дискретні зміни в обставинах розвитку, що відбулись не з волі та ініціативи суб’єкта життя) і події поведінки людини у середовищі (вчинки), Н.О. Логінова додає третю групу – події внутрішнього життя (пошук, відкриття, прийняття або відторгнення цінностей, що складають основу духовної біографії), основною одиницею яких є переживання [7].

Ми погоджуємося з думкою Н.О. Логінової, що для нарративної роботи з автобіографіями цікаві саме ці події внутрішнього життя, оскільки вони передають переживання у формі психічних станів, в яких поєднані емоційні, вольові та інтелектуальні компоненти, відображають події й умови життя в їх відношенні до самого суб’єкта. В емоційно забарвлених образах і думках пережите зберігається у пам’яті особистості і слугує матеріалом для усвідомлення у процесі виопрацювання життєвої філософії, життєвих планів і цілей, що визначають конкретні вчинки, тактику, стратегію, суспільної поведінки людини” [7].

Об’єднавши значущі та ключові події життя людини, ми отримуємо “суб’єктивну картину життєвого шляху особистості”. Під цим поняттям О.О. Кронік розуміє психологічний образ, в якому відображені соціально обумовлені просторово-часові характеристики життєвого шляху (минулого, теперішнього та майбутнього), його етапи, події і їх взаємозв’язки [6].

Складаючи розповідь, людина об’єднує всі актуальні на момент написання автобіографії життєві події, керуючись внутрішніми “Я-схемами”, які особливим чином структурують події життя і є одними з центральних когнітивних структур управління діями. Отже, відбувається об’єктивація життєвого досвіду особистості, те, що О.М. Леонтьєв називав психологією образу – знання про те, як у процесі своєї життєдіяльності індивіди будують образ світу – світу, в якому живуть, діють, який вони самі перероблюють і частково створюють; це знання про те, як функціонує образ світу, опосередковуючи їх діяльність у об’єктивно реальному світі. Отже, головною одиницею виміру психологічного навантаження в автобіографії є подія, яка розглядається як важливі, актуальні чи ключові моменти життєдіяльності людини, що залишили емоційний слід у пам’яті клієнта, були усвідомлені та інтегровані у структуру його “Я-концепції”.

Для вичленування подій із автобіографічних розповідей використовують такі методи:

– відповідь-діалогічний аналіз – передбачає розуміння кожного висловлювання, виходячи з множинності різних комунікативних контекстів. Це дозволяє почути у

репліках клієнтів звернення до подій, персонажів, що знаходяться за межами актуального психотерапевтичного простору і часу;

– внутрішньодіалогічний аналіз – дозволяє відшукати згорнуті діалогічні відношення всередині окремого висловлювання;

– винайдення конфліктних тем – у міру просування терапевтичного процесу зазначаються прояви деяких тем, за якими можна простежити динаміку внутрішнього діалогу, встановити зв'язки між темами [14].

Для наративної роботи, крім того, важливий факт структурування матеріалу, адже не всі тексти можуть бути ідентифіковані як наративи.

Якщо за основу взяти запропоновані Є.С. Калмиковою та Є. Мергенталер критерії наративу, які відрізняють його від інших типів оповідання, а саме: репрезентація в межах історії, що розповідається, часовій послідовності подій, які включають будь-які дії оповідача, ментальні чи фізичні, що ведуть до деяких змін його власного стану чи стану його оточення; чітка і конкретна вказівка на місце і час дії, а також на діючих осіб, то наявність наведених ознак дозволяє говорити про те, що наратив містить у собі більш особистісно значущу інформацію і що наратив у комунікативному відношенні має більші можливості передачі емоційного стану і зворотної реакції слухача, відповідно, завдяки наративному викладу автобіографічного матеріалу отримуємо більш інформативну картину життєвого шляху особистості.

Н.В. Савельєва вводить у наративну практику поняття про “структуралістські” та “неструктуралістські” категорії, за допомогою яких особистість створює тексти-розповіді. Оскільки наративна психологія не підтримує уявлень структуралістів про те, що все у світі має свою усталену структуру, то, створюючи тексти-історії, які б відповідали критеріям наративу, людина має спиратись на “неструктуралістські” категорії, вони не тільки презентують значущі моменти життя, але й свідчать про ступінь усвідомлення та інтегрованості власного досвіду в житті. Для дослідниці “структуралістські” категорії становлять глибокі, приховані структури ідентичності, відповідно “неструктуралістські” категорії здатні змінювати уявлення особистості про власне Я. Тому для розуміння внутрішнього психологічного стану та створення багатозначності оточуючої дійсності особистість має формувати власне оповідання у “неструктуралістських” категоріях. Н.В. Савельєва визначає такі відмінності між “структуралістськими” і “неструктуралістськими” категоріями текстової ідентичності особистості (табл.).

Таблиця

Категорії текстової ідентичності особистості

Структуралістські категорії	Неструктуралістські категорії
Спонування	Мета
Риси характеру	Свідомі наміри
Потреби	Бажання
Мотивація	Цінності
Розлади	Надії і мрії
Природні здатності	Принципи і правила, за якими живеш
Істинне “Я”	Обов'язки

Різниця між текстами, створеними за описаною вище схемою, полягає у ступені відкритості, інформативності, багаторівневості відтворення подій у житті, рефлексії, а

відповідно, і в ступені усвідомлення власного життєвого досвіду. Текст, написаний у неструктуралістських категоріях, не тільки фіксує часове відношення подій, але прояснює зміст і наслідки, в яких одні події мали перевагу над іншими. Відповідно, за наявністю в тексті тих чи інших структуралістських елементів, притаманних певній категорії, можливо виявити ступінь інтеграції подій до структури особистісного життєвого досвіду досліджуваного. Проте чіткого та об'єктивного кількісного та якісного оброблення автобіографії для проведення контент-аналізу за запропонованою Н.В. Савельєвою схемою зробити не можна, оскільки під час аналізу тексту велику роль відіграє суб'єктивний фактор дослідника [11].

Дослідники зазначають, що завдяки наративному інтерв'ю людина, коли розповідає про свій життєвий шлях, підкорюється динаміці процесу оповідання і меншою мірою орієнтується на можливості самопрезентації, що зумовлено актуальною ситуацією інтерв'ю. С. Квале вважає, що спосіб розуміння, який представляється у відповідних дослідженнях, припускає альтернативну концепцію знання, змісту, реальності й істини в соціальному дослідженні [4]. Таким чином, дослідницьке інтерв'ю не тільки структурує розповідь у необхідному для дослідження руслі, але й породжує необхідність задуматись над новим осмисленням дійсності й себе самого.

Дж. Фрідман, Дж. Комбс вважають, що наративи – це історії, якими живуть люди, вони не про життя, вони і є саме життя, як ми його знаємо, як ми його переживаємо.

Нами було проведено дослідження з метою виявлення особливостей усвідомлення власного життєвого досвіду людьми із серцево-судинними захворюваннями. Основним із методів збору інформації ми використовували саме автобіографічний метод. Відповідно, в нашому дослідженні особлива увага була приділена подіям, насиченість та аналіз яких у розповіді свідчить про ступінь відкритості досліджуваного та ступінь інтеграції цих подій у структуру життєвого досвіду.

Ми пропонували досліджуваним написати історію свого життя – автобіографію та маленький біографічний твір на тему "Здоров'я та історія мого тілесного образу". Використання цих двох методик дало можливість скласти єдину картину життя людини, її соціальної взаємодії зі світом, психічного і фізичного самопочуття. Поєднання різних факторів особливо важливо в дослідженні процесу усвідомлення, оскільки невідомо, що саме впливає на особливості усвідомлення життєвого досвіду і який із факторів має визначальне значення у процесі породження наративу.

Наративні методи дослідження особистості відносять до проєктивних. Використання таких методик дозволяє зберегти ідентичність досліджуваної особи, суб'єктивну цілісність психічних феноменів завдяки тому, що вони не подають позицію учасника дослідження як відповідача.

Висновки. Таким чином, автобіографія:

- дозволяє узагальнити результати дослідження значної кількості досліджуваних і визначити групові закономірності;
- отримані дані можна аналізувати як з дослідницькими цілями, так і для збору попереднього психологічного анамнезу, що полегшує контакт із клієнтом;
- дає можливість дослідити не тільки об'єктивні значення життєвих подій досліджуваного, але і їх особистісне значення, яке надає відповіді;

– надає можливість вивчити найбільш істотно пов'язані з особистістю особливості психологічної ситуації, особливості її сприйняття в житті людини;

– можливість отримати як змістовні характеристики подій, так і їх формальні особливості.

Разом із тим аналіз отриманих даних повинен мати чітку методологічну основу, а отже, отримана інформація завжди буде відтворювати філософську позицію дослідника. Таким чином, використовуючи у своєму дослідженні автобіографічні методи збору інформації, психолог має знати не тільки, що саме його цікавить в автобіографічних спогадах, але й чітко визначитись у філософсько-психологічній парадигмі аналізу отриманих даних.

Список використаних джерел

1. Журавлев В. Ф. Нарративное интервью в биографических исследованиях / В. Ф. Журавлев // Социология. – 1993. – № 3-4. – С. 34–43.
2. Калмыкова Е. С. Нарратив в психотерапии: рассказы пациентов о личной истории [Электронный ресурс] : часть II / Е. С. Калмыкова, Э. Мергенталер // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2002. – № 2. – Режим доступа : <http://psyjournal.ru/j3p/rar.php?id=200020201>.
3. Капрара Дж. Психология личности / Дж. Капрара, Д. Сервон. – СПб. : Питер, 2003. – 640 с.
4. Квале С. Исследовательское интервью / С. Квале. – М. : Смысл, 2003. – 301 с.
5. Коржова Е. Ю. Методика “психологическая автобиография” в психодиагностике жизненных ситуаций : [метод. пособие] / Е. Ю. Коржова ; Межрегион. Акад. упр. персоналом ; под ред. Л. Ф. Бурлачука. – К., 1994. – С. 97–107.
6. Кроник А. А. Субъективная картина жизненного пути как предмет психологического исследования / А. А. Кроник // Психология личности и образ жизни. – 1987. – С. 149–152.
7. Логинова Н. А. Жизненный путь человека как проблема психологии / Н. А. Логинова // Вопросы психологии. – 1981. – № 1. – С. 103–109.
8. Николаева В. В. Влияние хронической болезни на психику. Психологическое исследование / В. В. Николаева. – М. : Изд-во Московского ун-та, 1987. – 168 с.
9. Нуркова В. В. Автобиографическая память как проблема психологического исследования / В. В. Нуркова // Психологический журнал. – 1996. – № 2. – С. 16–29.
10. Нуркова В. В. Совершенное продолжается: психология автобиографической памяти личности / В. В. Нуркова. – М. : Изд-во УРАО, 2000. – 315 с.
11. Жорняк Е. С. Нарративная психотерапия [Электронный ресурс] / Е. С. Жорняк, Н. В. Савельева. – Режим доступа : http://flogiston.ru/articles/therapy/what_is_narrative.
12. Рыбников Н. А. Автобиография как психологические документы / Н. А. Рыбников // Психология. – 1930. – Т. 3, вып. 4. – С. 440–458.
13. Соколова Е. Т. К обоснованию метода диалогического анализа / Е. Т. Соколова, Н. С. Бурлакова // Вопросы психологии. – 1977. – № 2. – С. 61–76.
14. Филиппов А. В. Ситуация как элемент психологического тезариуса / А. В. Филиппов, С. В. Ковалёв // Психологический журнал. – 1986. – Т. 7, № 1. – С. 14–21.
15. Фридман Дж. Конструирование иных реальностей: истории и рассказы как терапия / Дж. Фридман, Дж. Комбс ; пер с англ. В. В. Самойлова. – М. : Класс, 2001. – 368 с.