

**Нарративное конструирование жизненного опыта в процессе
психологической помощи**

Хорошкова Юлия Михайловна

*Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Факультет
психологии, Москва, Россия
E-mail: akasta@inbox.ru*

Нарративный подход оформился в отдельное направление в психологии в конце XX века [5, 10, 8, 7], сразу выявив ряд проблем, требующих рассмотрения. В основе нарративного подхода лежит представление о том, что реальность не существует объективно, а непрерывно конструируется. По мнению М.Уайта и Д.Эпстона, люди осмысливают свою жизнь именно через создание историй о ней [11]. К.Мюррей, в свою очередь, называет нарративную психологию областью исследований формирования жизни посредством историй [9]. Дж.Брунер говорит о нарративной психологии как о поле исследований того, как человек конструирует, реконструирует и вновь создает свое вчера и завтра [6]. Форму нарратива обычно принимают рассказы о жизненных событиях, вызвавших страх, опасение, затруднение, сложном намерении [1].

Нарративная работа человека в ситуации психологической помощи чаще всего понимается как работа, которая локализована в пространственно-темпоральной структуре психотерапевтической ситуации. Мы ставим задачу исследовать переход дискурсивной нарративной работы в конструирование истории поступков в жизни, следуя теории конструктивной работы личности [3]. Чтобы реализовать эту идею, мы хотим показать, что психическая работа, которую проводит клиент, отчасти, составляя рассказы, продолжается в интенсивной психической работе человека, включенной в его реальную жизнь. Именно эта постнарративная, реальная работа личности приводит к наиболее интенсивным изменениям у человека.

Мы поставили перед собой задачу изучить роль нарративного конструирования в психической работе клиента с точки зрения его влияния на жизнедеятельность человека в мире. Исследование было построено на конструктивном методе нарративного анализа [5, 10, 8, 7, 4]. В качестве конкретной формы нарративного анализа мы использовали смысловнарративный подход [4], выбрав две категориальные сетки: первая сетка соответствует последовательности мотивационного процесса, который принимается в структурирующей функции нарративного конструирования; вторая сетка строится на основе анализа смысловых образований в различных тематических сферах жизненного мира. И та, и другая сетка раскрываются с точки зрения пассивного переживания реальности и активного ее преобразования. Испытуемыми выступили участники психотерапевтической группы (мужчины и женщины – 12 человек).

На основании результатов проведённого исследования, мы сделали следующие выводы. Во-первых, нарративная работа личности, осуществляющаяся в ходе психотерапевтической ситуации, переносится в непсихотерапевтическую жизненную ситуацию. В первой серии проведения исследования нами подтверждено, что нарративное конструирование жизненного опыта, актуализированное в терапевтической ситуации, интенсивно продолжается и в жизни. Во-вторых, нарративная работа личности после переноса

в жизненную ситуацию продолжается в психической работе человека, оказывая влияние на жизненную ситуацию человека. Выделены пять направлений данного влияния: локализация работы в переживании; намерение изменить свою жизнь; решение что-то делать; пересмотр жизненных позиций; изменения в жизни. В-третьих, превращенные формы нарративной работы детерминируют поступки в реальной жизненной ситуации в соответствии с мотивационными тенденциями, обнаруженными и выделенными в ходе проведения анализа нарративов. Мотивационные тенденции, возникшие в ходе нарративной работы и детерминирующие поведение человека в жизни, делятся на три категории: открытое, направленное на изменение жизни; открытое, направленное на принятие решений; открытое, направленное на осуществление, реализацию решений.

Результатом проведения исследования стало выявление перехода нарративной работы клиента в психотерапевтической ситуации в психическую работу личности в жизни и ее влияние на жизненную ситуацию человека. Были выделены направления нарративной работы личности и мотивационные тенденции, детерминирующие поведение человека в жизни.

Литература

1. Брокмейер Й., Харре Р. Нарратив: проблемы и обещания одной альтернативной парадигмы // Вопросы философии. – 2000. - №3. – С.29-42.
2. Герген К.Дж. Социальный конструкционизм: знание и практика. – Минск: БГУ, 2003.
3. Магомед-Эминов М.Ш. Позитивная психология человека. В 2-х тт. – М.: ПАРФ, 2007.
4. Магомед-Эминов М.Ш. Деятельностно-смысловой подход к психологической трансформации личности: диссертация на соиск. уч. степ. докт. психол. наук. – М., 2009.
5. Bruner J. Actual Minds, Possible Worlds. – Cambridge: Harvard University Press, 1986.
6. Bruner J. Making stories: Law, literature, life. – New York: Farrar, Strauss and Giroux, 2002.
7. Gergen K.J. Realities and relationships: soundings in social construction. – Cambridge (MA): Harvard University Press, 1994.
8. McAdams, D.P. (2001). The Person: An Integrated Introduction to Personality Psychology (3rd Ed.). Fort Worth, TX: Harcourt.McClelland D.C. Personality. N.Y., 195L.
9. Murray K. Narrative Partitioning: The ins and outs of identity construction // In Rethinking Psychology / Ed J. Smith, R. Harre & Luk van Langenhove. – 1995. – Vol.1.

10. Sarbin T.R. (Ed.). Narrative psychology: The stories nature of human conduct. – Princeton, NJ: Princeton University Press, 1986.
11. White M. & Epston D. Narrative Means to Therapeutic Ends. – N.Y.: W.W.Norton, 1990.

Слова благодарности

Научному руководителю М. Ш. Магомед-Эминову