

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра общей и консультативной психологии

**Автобиографический нарратив о ситуациях рождения в
контексте понимающей психотерапии**

АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
МАГИСТРА

Студентки 3 курса 394 группы
направления 37.04.01 «Психология»

факультета психологии

Обуховой Марии Александровны

Научный руководитель
(руководитель)

доктор псих. наук, доцент

должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

С.В. Фролова

инициалы, фамилия

Зав. кафедрой

доктор псих. наук, доцент

должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

С.В. Фролова

инициалы, фамилия

Саратов, 2024

Актуальность исследования. На современном этапе попытки осмысления феномена рождения человека предпринимаются в различных областях социальных наук о человеке, в частности в философской антропологии, философии медицины, биоэтике. Это связано с актуальными вызовами, перед которыми стоит современное общество, а именно с передовыми исследованиями, которые ведутся в направлении усовершенствования человека. Технологии, которые реализуют идеи совершенствования человека в генетическом, телесном, интеллектуальном и других отношениях, называют трансгуманистическими. Их появление заставляет ученых снова и снова задаваться вопросом – что такое человек, что определяет его и основные данности его существования (рождение, пребывание в мире, смерть), как технологии будущего могут изменить наше понимание того, кто мы есть на самом деле. В русле глобальной проблемы трансгуманизма важным оказывается переосмысление параметров рождения человека в свете биоэтических норм. Это происходит в том числе с помощью философской антропологии, когда понятие «рождение» трактуется не узко биологически, а широко – как включенность человека во все аспекты жизни, социальные процессы и духовное измерение. Определяющей оказывается идея целостности, когда сам факт физического рождения плода не является свидетельством «рождения» человека. В человеке как сущностная характеристика выделяется экзистенциальное единство, то есть то, что его природа не исчерпывается только биологическим или только социальным, или только духовным. Показательным также является заинтересованность в осмыслении феномена рождения внутри «науки наук» и наличие работ на эту тему [60]. Таким образом, осмысление рождения человека в широком смысле оказывается **актуальным в масштабе общечеловеческих глобальных проблем.**

В психологии интерес к теме рождения человека появился еще в первой трети XX века с выходом в свет книги О. Ранка «Травма рождения», в которой

он, с одной стороны, развивал и углублял идеи психоанализа, а с другой, выдвигал свою собственную оригинальную концепцию, в основе которой лежала идея тотального травматического влияния события рождения на психику любого живущего представителя нашего вида. Большое внимание этой теме уделил в своих работах С. Гроф, дополнив теорию Ранка своими исследованиями основных паттернов, закрепившихся в человеческом бессознательном, источником которых ученых считал опыт рождения. На данном этапе **актуальность темы рождения в психологии** поддерживается множеством исследований в области перинатальной психологии, психологии раннего возраста, а также интегративными теориями, авторы которых пытаются совместить теоретические концепции, данные из смежных наук и психотерапевтическую практику.

Проблема исследования. Большинство научных работ, так или иначе посвященные теме рождения человека, созданы в рамках объяснительной модели классической психологии. В этих исследованиях доминирует естественно-научная парадигма, в их центре вопрос: каким образом повлияли на человека те или иные факторы, сопутствовавшие появлению человека на свет. В рамках такого взгляда человек изучается как объект, который когда-то родился при определенных обстоятельствах и несет в себе след воздействия среды, в которой ему пришлось жить и развиваться в перинатальный период. То есть эти исследования так или иначе обнаруживают связь между тем, в каких условиях протекало раннее развитие человека и тем, каким он в итоге стал. В то же время в данных работах человек не рассматривается как субъект своего опыта, как личность, которая не только сформирована этим опытом, но как-то к нему относится и может преобразовать. Однако для современной психологии, которая часто обозначается как неклассическая, актуально рассматривать человеческую личность не столько как формируемую извне или изнутри заранее заложенными программами, сколько как создающего себя активного субъекта. При таком взгляде на человека в фокусе находится его

движение в глубины собственного жизненного опыта с целью его переосмысления. Существенным и центральным оказывается не столько то, что именно пережил человек, каков его опыт объективно (конкретные события, обстоятельства) и как он на него повлиял, сколько то, каким смыслом личность наделяет те или иные события, как относится к обстоятельствам, как оценивает собственный выбор. Психологические исследования, посвященные теме рождения, не анализируют ее в неклассическом ракурсе, в то время как это представляется актуальным. Рождение – не только биографический и биологический факт, но и феномен внутреннего мира, экзистенциальная данность, с которой личность определенным образом обходится, создавая целостную историю своей жизни. На данном этапе в психологии существует множество научных работ, основной вектор которых направлен на изучение автобиографических нарративов, автобиографической памяти и автобиографирования как процесса, внутри которого осуществляется самодетерминация личности. Однако изучение нарративов о событии рождения как части процесса автобиографирования является недостаточно исследованной научной проблемой.

Объект настоящего исследования – автобиографический нарратив о ситуациях рождения. Научное понятие «нарратив» имеет широкое употребление в социальных и гуманитарных дисциплинах (филология, философия, история, социология, антропология и др.), ключевыми элементами нарратива относят время, событие, целостность и субъектность. Нарратив существует в науке как междисциплинарный конструкт и очень часто становится объектом внимания для современных психологов. В психологии нарратив понимается по-разному: как специфическая форма, конституирующая опыт (Т. Сарбин), как когнитивная схема, которая помогает объяснить и преодолеть трудности (Н. Стейн, М. Поликастро), как следствие функционирования дискурса, который используется в социальных интеракциях (К. Герген), как отчет о прошлом, способствующий

самопониманию (Д. Спенс), как средство формирования идентичности (Д. Макадамс). В мировой и отечественной психологической науке на данный момент нарратив часто изучается как процесс и результат порождения смысла (Т. Сарбин, Г. Херманс, Р. Харре, В.В. Нуркова, Е.Е. Сапогова, Ю.Б. Турушева). В настоящей работе нарратив рассматривается в русле этого подхода.

Предметом исследования является нарратив о своем рождении как о смыслопорождающем событии собственной жизни.

Цель исследования – раскрыть особенности нарратива о собственном рождении и описать возможные субъективные стратегии порождения смысла этого события.

Задачи исследования:

- рассмотреть историю изучения феномена рождения в психологии;
- обосновать возможность применения моделей понимающей психотерапии для анализа автобиографических нарративов;
- собрать и проанализировать эмпирические данные, описав существенные свойства и характеристики предмета исследования (феноменологию переживания собственного рождения, стратегии смыслопорождения и их следствия).

Методы исследования:

- теоретический анализ психологических исследований по изучаемой теме;
- качественное полуструктурированное интервью;
- метод обоснованной теории;
- теоретические модели понимающей психотерапии.

Гипотеза исследования. Создаваемый нарратив события собственного рождения способствует реализации личностью субъективных стратегий порождения смысла жизни.

Методы и процедура исследования

Дизайн настоящего исследования предполагал преимущественно качественную стратегию.

На первом этапе было проведено тестирование для выявления предполагаемых респондентов, с которыми затем проводилось качественной феноменологическое интервью. В исследовании приняли участие 24 человека в возрасте от 27 до 55 лет, 6 мужчин и 18 женщин. В связи с тем, что предметом нашего исследования является переживание собственного рождения как смыслопорождающего события собственной жизни, для предварительного отбора респондентов были применены тест смысложизненных ориентаций (Д.А. Леонтьев) и тест экзистенциальной исполненности (В.Б. Шумский и др.).

По результатам предварительного тестирования испытуемые были разделены две полярные группы по показателям осмысленности жизни и экзистенциальной исполненности (плюс группа респондентов со средними значениями). Это позволило отследить качественное различие в их нарративах о ситуации рождения респондентов из разных групп, выделить некие общие черты, описать соответствующие особенности.

Для сбора качественных данных была продумана схема качественного полуструктурированного интервью, которая могла бы помочь респондентам наиболее полно создать образ события своего рождения, включив в него как собственно нарратив, так и другие важные аспекты. Чтобы актуализировать различные уровни переживания респондентом факта и истории собственного рождения (непосредственное переживание, осознание и рефлексия), вопросы в нем строились в соответствии с моделью психосемиотического тетраэдра Ф.Е. Василюка. В общей сложности было взято 10 интервью.

Для анализа эмпирического материала, то есть для того, чтобы описать и понять феноменологию смыслопорождения события собственного рождения, были выбраны метод обоснованной теории и теоретические модели понимающей психотерапии (модель психосемотического тетраэдра, модель жизненных миров, модель уровней переживания и страгиграфии сознания).

Научная новизна работы. В диссертационном исследовании впервые проведено изучение нарративов о рождении и рассмотрены способы осмысления этого события личностью. Описано, как в процессе создания автобиографического нарратива о событии рождения осуществляется деятельность переживания, которая может привести к обретению позитивного смысла.

Практическая значимость исследования заключается в том, что полученные данные и психотехнические разработки представляют интерес для практики психологического консультирования.

Основное содержание работы

Во введении к данной работе определена актуальность, объект, предмет, степень научной разработанности темы, теоретическая основа исследования, практическая значимость, а также гипотеза исследования.

В первой главе в ходе теоретического анализа рассмотрена история изучения темы рождения в психологии. На данный момент существуют теоретически и методологически достаточно разнородные исследования, среди которых нет единого устоявшегося взгляда на сам феномен, который тем не менее всеми учеными понимается как психологически значимый. Рождение рассматривается преимущественно в объяснительной парадигме классической науки, тогда как неклассический взгляд в исследованиях отсутствует. Перспективным является восполнение этой лакуны научно-психологического знания, то есть описание особенностей рождения как

феномена внутреннего мира личности, биографического факта, к которому человек формирует свое отношение, наделяет определенным смыслом.

Качественные данные расцениваются как автобиографические нарративы, при создании которых человек осуществляет особую деятельность, позволяющую через рассказывание и переживание наделить смыслом те или иные события своей жизни, в том числе осмыслить собственное рождение.

Создание нарратива и деятельность переживания рассматриваются в психологии как способы обрести личностью позитивный смысл. Процесс смыслостроительства может запускаться различными способами: критической ситуацией, которую переживает субъект, или контактом с другой личностью через личное общение, а также через произведение искусства, в котором зафиксирован смысловой мир автора. С помощью автобиографического нарратива человек создает целостную историю своей жизни, связывая отдельные фрагменты своего опыта и наделяя их смыслом.

Во второй главе проведено описание процедуры эмпирического исследования автобиографического нарратива о ситуации рождения. Выделены основные понятия и категории, которые структурируются вокруг центрального феномена – осмысления своего рождения.

Установлено, что в процессе интервьюирования на личностно значимую тему осуществляется деятельность переживания. Когда человек создает нарратив о своем появлении на свет, предметом деятельности переживания является факт, событие своего рождения, целью переживания – стремление придать смысл этому факту, обнаружить его значение, методом достижения цели становится реализация в слове, рассказывание, конструирование нарратива, диалог с другим.

Осмысление своего рождения может возникать, когда человек находится в условиях, способствующих актуализации образа собственного

рождения и запускающих процесс переживания. В нашем случае этим условием была ситуация интервью, но также это может происходить в разговоре со значимым человеком, в ситуации психологического консультирования или психотерапии. Переживание совершается внутри процесса интервьюирования как деятельность, а вопрос-ответная форма является культурным средством, помогающим переживанию свершаться (или начаться).

В работе показано, что константной чертой образа собственного рождения в сознании человека является его личностная значимость. В зависимости от того, какое самоощущение относительно этого события доминирует и насколько человек проживает свою жизнь как наполненную смыслом в целом, возникают определенные стратегии обращения с изучаемым феноменом. Мы выделили и описали две: продуктивную, которая имеет следствием обретение позитивного смысла, и непродуктивную, которая имеет итогом смыслоутрату.

Анализ интервью с помощью модели жизненных миров продемонстрировал, что нарратив об истории рождения своим фактическим содержанием не определяет тот смысл, которым человек наполняет событие своего появления на свет. Рассказывание о начале собственного бытия задает экзистенциальный масштаб переживания, которое формируется в рамках творческого жизненного мира, но может переживаться гедонистически.

Если тип переживания не соответствует типу критической ситуации творческого жизненного мира, то возникает невозможность наделить вое рождение (и в конечном итоге все собственное существование в целом) позитивным смыслом.

В работе описано, каким образом наличие активного субъекта, который не просто совершает мнемическое действие, а в момент наррации и диалога формирует через творческое переживание свое отношение к событию своего

рождения, помогает встроить это событие в жизненный замысел. Это позволяет личности принять несовершенство, порой, даже трагичность ситуации рождения, и увязать различные феномены сознания, часто противоречивые, соотнеся их со своими ценностями и наделив личностно значимыми смыслами.

Диссертация содержит указания на практическое использование результатов исследования в консультативной практике. Человек, находящийся в кризисе, потерявший смысл своего существования, склонен обесценивать сам факт своего рождения, относится к нему как к бессмысленному и напрасному. Внутри его переживания силен стрессовый компонент, и он склонен впасть в депрессивное состояние (по Лэнгле депрессия – утрата смысла), в его жалобе могут присутствовать тоска, горечь, гнев и бессилие, жалость к самому себе, обида, а само появление на свет может обозначаться как проблема. В работе намечены основные стратегические и тактические пути работы в психологическом консультировании со смыслоутратой, которое может проявляться как обесценивание собственного рождения, в частности в приложении дана разработка методики «Автобиографический нарратив».

Заключение обобщает основные итоги исследования.

Центральный вывод из настоящего исследования – создаваемый нарратив о событии собственного рождения способствует реализации личностью субъективных стратегий порождения смысла жизни.

Осмысление своего рождения может возникать, когда человек находится в условиях, способствующих актуализации образа собственного рождения и запускающих процесс переживания. В нашем случае этим условием была ситуация интервью, но также это может происходить в разговоре со значимым человеком, в ситуации психологического консультирования или психотерапии. В зависимости от того, какое самоощущение относительно этого события доминирует и насколько человек

проживает свою жизнь как наполненную смыслом в целом, возникают определенные стратегии обращения с изучаемым феноменом. Были выделены и описаны **две основные стратегии**: продуктивную, которая имеет следствием обретение позитивного смысла, и непродуктивную, которая имеет итогом смыслоутрату.

В качестве **перспектив дальнейшего исследования** можно обозначить рассмотрение автобиографического нарратива о собственном рождении как самоопределяющего воспоминания, чтобы выявить, каким образом оно связано с долговременным «я», включающим в себя базу автобиографических воспоминаний и концептуальное «я» (я-концепцию, смысл жизни, ценности, идеальное я). Также возможно соотнесение стратегий обращения с феноменом собственного рождения с различными модусами человеческой жизни.

Апробация результатов и публикации

Результаты исследования обсуждались на XII и XXIII ежегодной научно-практической конференции молодых ученых факультета психологии Саратовского национального исследовательского государственного университета имени Н.Г. Чернышевского «Проблемы современной психологии: теория, практика, эксперимент» (Саратов, 2023, 2024). По теме магистерской диссертации опубликована статья «Нарративная психология и понимающая психотерапия: возможности методологического диалога».