

Кресан О.Д. Особливості наративізації життєвих подій клієнта у процесі психологічного консультування // *Современные проблемы психологического консультирования* : Сборник докладов научно-практической конференции 21 апреля 2007 г. Одесса: ХГЭУ, 2007. С. 5–8.

ОСОБЛИВОСТІ НАРАТИВІЗАЦІЇ ЖИТТЄВИХ ПОДІЙ КЛІЄНТА У ПРОЦЕСІ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ¹

Кресан О. Д.

м. Ніжин

На сьогодні в нашій країні швидкими темпами відбувається становлення і розвиток психологічної практики. Все більшого розповсюдження набуває професія психолога. Тому особливе значення має приділятися фаховій підготовці психологів-практиків, психотерапевтів, консультантів тощо.

Психологічне консультування є видом спеціально організованого спілкування, у процесі якого психолог-консультант допомагає клієнтові дослідити і прояснити свою життєву ситуацію, актуалізувати додаткові сили і здібності, щоб знайти вихід зі складних для нього обставин [3, с.265]. Процес психологічного консультування становить собою діалог психолога з клієнтом. Консультативний діалог включає в себе дискурс – текст, занурений у життя (П.Рікер). На думку Н.В.Чепелевої, консультативний, психотерапевтичний процес є діалогом, у якому психолог виступає в ролі суб'єкта розуміння. А клієнт – у ролі „автора”. При цьому підході в центрі уваги опиняється насамперед текст, дискурс, наратив [7].

Наратив є одним із видів дискурсу. Це спосіб репрезентації минулого досвіду за допомогою послідовності впорядкованих речень, що передають

¹ Кресан О.Д. Особливості наративізації життєвих подій клієнта у процесі психологічного консультування // *Современные проблемы психологического консультирования*: Сборник докладов научно-практической конференции 21 апреля 2007 г. – Одесса: ХГЭУ, 2007. – С. 5-8.

часову послідовність подій [7, С.88]. Наратив – це оповідь про події, конкретні історії життя особистості з оцінками й афективними установками по відношенню до цих історій та діючих у них осіб [8, с.75].

Дослідженням функціонування наративів у різних сферах життєдіяльності, зокрема і в галузі надання психологічної допомоги, займається *наративна психологія*. Це напрям психологічних досліджень, що вивчає „оповідальну природу людської поведінки”, тобто характер взаємодії людини з власним досвідом через оповідання про нього [7, с.85].

У контексті наративного підходу мова вважається *способом створення самої дійсності*. Можливість розуміння світу через ідею наративу не просто умоглядна мовна гра терапевта з клієнтами, але технологія конструювання соціальності для них обох.

Діалог психолога з клієнтом „зітканий” з дискурсів, наративів, життєвих історій. Наративом, текстом у цьому випадку може бути як дійсне висловлювання особистості, так і поведінка, вчинки в тій чи іншій ситуації (вчинок як текст – М.Бахтін; життя як наратив – Дж.Брунер). Сам діалог у цьому розумінні можна розглядати, як поведінку, вчинок, звернений до Іншого. Процес розповідання життєвих історій і подій, створення наративу називається *наративізацією*.

Згідно з Дж.Брунером, втілення досвіду у формі історії, розповіді дозволяє осмислити його в інтерперсональній, міжособовій сфері, оскільки форма наративу, вироблена в ході розвитку культури, вже сама по собі припускає історично опосередкований досвід міжособових відносин [4, с.95-96].

Наративізація життєвих подій у ході психологічного консультування має для клієнта надзвичайно важливе значення, оскільки наратив – це оповідь тут і зараз, тому людина, яка оповідає історію, висловлює сприймання та розуміння свого життя тут і зараз. Це своєрідна ситуативна інтерпретація. У наративах однієї і тієї ж людини одні компоненти (сюжети, емоційне забарвлення оповіді, послідовність викладу тощо)

можуть бути постійними, а інші змінюватимуться щоразу при кожній наступній розповіді. Автори монографії „Проблеми психологічної герменевтики” використовують поняття базового нарративу. Це нарративні утворення, характерні для культури в цілому або ті, які часто зустрічаються, повторюються. Разом з тим Дж.Фрідман та Дж.Комбс вказують на те, що „Я” постійно творить себе через нарративи [9, с. 38], і „щоразу, коли ми говоримо, ми створюємо реальність”[9, с.53]. Ця реальність може бути щоразу іншою, оскільки особистість безперервно розвивається і набуває нового досвіду.

За Дж.Брунером культурно обумовлені когнітивні й лінгвістичні процеси, що регулюють акт розповідання про своє життя самому собі, набувають здатності структурувати рецептивний досвід, організовувати пам'ять, сегментувати й наділяти ціллю самі життєві події. Кінець кінцем ми стаємо тими автобіографічними нарративами, посередництвом яких ми „розповідаємо про” своє життя [2, с.13].

Усвідомлення побудова й перебудова нарративу відбувається у ході роботи психолога з клієнтом. Саме у процесі консультування відбувається осмислення і переробка особистої історії пацієнта через діалог з психотерапевтом. Як зазначають Е.С.Калмикова та Е. Мергенталер, схематично процес психотерапії можна уявити собі таким чином: пацієнт розповідає психотерапевтові історії зі свого життя - минулого і справжнього. Потім вони разом обговорюють ці історії, більш-менш детально, з більшою або меншою мірою участі обох співбесідників. В результаті у пацієнта поступово виникає нове бачення цих історій - причому не тільки в інтелектуальному, але і в емоційному плані. Завдяки цьому і здійснюється зміна в психотерапії - пацієнт приходить до більш цілісного і позитивного, оптимістичного сприйняття свого життя і самого себе [5].

Тому в процесі консультування, в діалозі, розповідаючи життєву історію, клієнт не лише виражає свій внутрішній світ, розповідає про події

свого життя, але й виступає їх автором. У тексті розповіді про життєві події наявна *двоєчка подієвість* наративу: „Перед нами дві події, – писав М.М. Бахтін, – подія, про яку розказано у творі, і подія самої розповіді (у цьому останньому ми і самі беремо участь як слухачі-читачі); події ці відбуваються в різні часи (різні і по тривалості) і в різних місцях, і в той же час вони нерозривно об'єднані в єдиній, але складній події, яку ми можемо позначити як твір в його подієвій повноті” [1, с.403-404].

Час у такому випадку можна розглядати як принцип організації наших дій, як специфіку структуризації досвіду, що може бути змінена відповідно до уподобань оповідача (наратора). З цієї точки зору „сьогодення” містить в собі „минуле” і „майбутнє” як частини цілого. А будь-яку частину життя можна не тільки „пригадати” або „уявити”, але скільки завгодно раз пережити за допомогою наративного перерозповідання. „Минуле-теперішнє-майбутнє” осмислюються як текст, що має початок, середину, кінець. Цей текст можна редагувати на свій розсуд, задаючи будь-яку послідовність подій.

Під *подією* ми розуміємо значимий для особистості епізод життя, випадок, фрагмент досвіду (происшествие), який надовго запам'ятовується і може істотно змінювати особистість. Внутрішня подія - це епізод означений, приведений в оповідну форму. Отже епізод, випадок (происшествие), про який нікому не розказано (в тому числі й собі), не є подією [7, с.272].

Подія є одиницею особистого досвіду, що спонукає людину інтерпретувати, осмислювати те, що відбувається з нею. В.В. Нуркова виділяє два види подій: подію-випадок (момент життя) і подію-етап життя [7, с.61]. Однак частіше під подією розуміється саме другий її вид. Так, С.Л.Рубінінштейн розглядав подію як поворотний етап, коли приймаються важливі рішення на довгий період. Т.М. Титаренко визначає подію як значимий для особистості випадок (происшествие), що надовго запам'ятовується і приносить суттєві зміни у її життя [8, с.120]. В.А.Роменець

вважає, що подія (по-дія) є результатом вчинку. При цьому вчинок за Роменцем – це „універсальний і єдиний у своєму роді спосіб існування людини у світі” [6, с.35].

В.В. Руднев відмітив ще одну суттєву особливість події. На його думку, подія має місце, коли задовольняються дві умови:

1. Той, з ким відбулася подія, повністю або частково під її впливом змінює своє життя. Таке розуміння події характерно для ХІХ століття.

2. Подія повинна обов'язково бути зафіксована, засвідчена і описана спостерігачем, який може співпадати або не співпадати з основним учасником події. Саме це є тим новим, що принесло ХХ століття у розуміння події [7, с.61]. Тобто подія тільки тоді може стати подією, коли вона описана як подія. Тільки опис надає події цілісності, завершеності і визначеності.

Цей же автор виділяє умови, необхідні для того, щоб відбулася подія:

1. Вона відбувається з тим, кому притаманна антропоморфна свідомість.

2. Для того, щоб якийсь випадок став подією, вона повинна стати для особистості - носія події - чимось надзвичайним, таким, що значною мірою міняє її поведінку в контексті або усього життя, або ж якоїсь його частини. Подія завжди забарвлена модально, тобто міняє ставлення свідомості до світу.

3. Подія тільки тоді може стати подією, коли вона описана як подія. По суті подія - це значною мірою те ж саме, що й розповідь про неї, яка не має нічого спільного з фізичною дією. Тільки опис надає події цільність, завершеність та визначеність [Там же].

Даний процес переведення події в особистісний досвід, осмислення та усвідомлення певного випадку як події відбувається у процесі нарративізації, в ході творення розповіді. Нарративізація особистістю життєвих подій відбувається повсякчас, проте особливої ефективності цей процес набуває саме під час роботи психолога з клієнтом.

Творчість суб'єктів у процесі психологічного консультування можна назвати *співтворенням життєвого наративу клієнта*, його особливої реальності. Та чи інша подія може „створюватись” тут і зараз у процесі роботи. У такому випадку, усвідомивши авторство свого життєвого наративу, подій свого життя, особистість може будувати своє життя в майбутньому, перетворившись на суб'єкта свого життєвого шляху (Л.І.Анциферова).

Питання консультанта краще допомагають зберігати пріоритет досвіду клієнта перед досвідом терапевта, ніж інтерпретації або твердження. Питання задаються, щоб породжувати досвід, а не збирати інформацію для висунення терапевтичних гіпотез або проведення інтервенцій. Ті питання, які задає консультант, впливають на процес, висуваючи на перший план одні фрагменти досвіду, затінюючи або виключаючи інші. Таким чином відбувається осмислення, створення та інтерпретація клієнтом своїх життєвих подій. Це дає змогу клієнту визначити той шлях змін, який він буде реалізовувати в майбутньому. Отже, наративізація у процесі консультування сприяє усвідомленню необхідності тих чи інших змін у житті клієнта.

Розглянувши основні аспекти проблеми наративізації життєвих подій клієнта у процесі психологічного консультування, можемо зробити висновок, що дана проблема є актуальною не лише для наративної психології та психотерапії, але й для психологічної практики в цілому. Наративізація життєвих подій, створення наративу у процесі консультування, дозволяє клієнту сформулювати їх нове бачення й розуміння. Також у процесі створення наративу особистість починає усвідомлювати свою причетність до тих чи інших подій свого життя, тобто здобуває, перебирає на себе „авторство” свого життєвого наративу і свого життя. Це в свою чергу дає можливість здійснювати особистісні зміни у своєму житті в майбутньому. Також переживання тих чи інших подій

життя у ході роботи дозволяє осмислити, зрозуміти їх, включити в структуру свого особистісного досвіду.

Література

1. Бахтин М.М. Вопросы литературы и эстетики. – М., 1975
2. Брунер Дж. Жизнь как нарратив // Постнеклассическая психология. - №1 (2) 2005.
3. Васківська С. В. Основи психологічного консультування: Навчальний посібник. – К.: Четверта хвиля, 2004.
4. Ильин И.П. Постмодернизм от истоков до конца столетия: эволюция научного мифа. – М.: Интрада, 1998.
5. Калмыкова Е. С., Мергенталер Э. Нарратив в психотерапии: рассказы пациентов о личной истории (Часть I). // Психологический журнал. – 1998. – Том 19. – № 5.
6. Людина. Суб'єкт. Вчинок: Філософсько-психологічні студії. / За заг. ред. В. О. Татенка. – К.: Либідь, 2006.
7. Проблеми психологічної герменевтики. Монографія / За ред. Н.В.Чепелевої. – К.: Міленіум, 2004.
8. Психология личности: Словарь-справочник / Под. ред. П.П.Горностая, Т.М.Титаренко. – К.: Рута, 2001
9. Фридман Дж. Комбс Дж. Конструирование иных реальностей: истории и рассказы как терапия. – М.: Независимая фирма „Класс”, 2001.