

Кресан О.Д. Дослідження переживання та усвідомлення життєвих подій у студентському середовищі // *Матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції «Гене́за буття особистості»* (19-20 грудня 2011 року). К.: ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2012. Том I. 384 с. С.217-220.

Кресан О.Д.

м.Ніжин

Дослідження переживання та усвідомлення життєвих подій у студентському середовищі

Значною соціальною групою в сучасному суспільстві є молодь, зокрема, студентство. Студентський вік – юність – є найбільш сприятливим періодом для професійного та особистісного становлення, формування власної ідентичності як дорослого, самостійного суб'єкта, а також для визначення свого життєвого шляху та початку вирішення основних життєвих завдань, характерних для дорослості. В даний період часто відбуваються найбільш важливі життєві події, які, в основному, є значущими для всього подальшого життєвого шляху людини (здобуття професії, створення сім'ї, народження дітей, зміна світогляду тощо). За даними дослідників [1] у даному віці формується авторство свого способу життя, відбуваються найбільш значимі для особистості події.

У сучасній психології події розглядаються не стільки як об'єктивні факти, а в основному як суб'єктивні утворення (психологічні події), які лише умовно пов'язані з фактами об'єктивної дійсності. Найчастіше події розглядаються саме як суб'єктивні переживання, надання особистістю певним фактам чи явищам індивідуального значення, смислу (Б.Г.Ананьєв, І.С.Кон, Н.А.Логінова, С.Л.Рубінштейн та ін.). Життєві події можуть бути зовсім не помітні для інших, але внутрішньо важливі та смислоутворюючі для самої людини (В.В.Нуркова, Е.В.Сапогова, Т.М.Титаренко, В.Е.Чудновський, Н.В.Чепелева та ін.). Нарешті події розглядаються як суто суб'єктивні, «вигадані» або створені розумом чи підсвідомістю людини, що в дійсності взагалі не мали місця або були значно спотворені (А.Адлер, З.Фройд, К.Роджерс, С.Даулінг та ін.).

Від того, як молода людина буде усвідомлювати, оцінювати та переживати життєві події, якого значення їм надасть, залежатиме не лише формування досвіду особистості, а і її психологічне здоров'я. Події, які визначаються людиною як складні, травматичні, тривожні, що пов'язані з неприємними змінами в житті людини, важко переживаються, призводять до різноманітних особистісних порушень та криз (А.Адлер, З.Фройд, В.Є.Василюк, Т.М.Титаренко, Е.Ліндемманн та ін.).

Явище події було досліджене в різних галузях науки, зокрема, у філософії, історії, психології, літературознавстві тощо. У філософії подія визначається як явище буття та співбуття – (рос. со-бытие – спів-буття) (М.Гайдеггер, М.М.Бахтін, Е.В.Сайко та ін.). У даному контексті подія являє собою сферу буття людини, а також співбуття з іншими. За М.Гайдеггером подія є синонімом буття-людини-в-світі і співбуття, оскільки в кожен момент часу людина взаємопов'язана з Буттям та Всесвітом [4]. У літературознавстві та герменевтиці подія вивчається як складова сюжету літературного твору, а також як одиниця оповідального

тексту (Ю.М.Лотман, П.Рікер, В.П.Руднєв, В.Шмідт та ін.). Таким чином подія виявляється тісно пов'язана з оповіддю та вплітається в її структуру.

У психології життєві події мають кілька напрямів вивчення. Зокрема події досліджуються в межах життєвого шляху, біографії людини (Б.Г.Ананьєв, С.Л.Рубінштейн, Н.А.Логінова, І.С.Кон та ін.), при цьому події розглядаються як вузлові моменти життєвого шляху (С.Л.Рубінштейн, Б.Г.Ананьєв), поворотні пункти індивідуального розвитку особистості (І.С.Кон), основна «одиниця» біографії людини (Н.А.Логінова) тощо. Також життєві події вивчаються в контексті нарративної психології та психотерапії. В даному випадку життєві події є складовим компонентом оповіді; переживання, осмислення, прийняття подій та на основі цього побудова історій та нарративів виступають предметом роботи нарративного психолога та психотерапевта (М.Уайт, Є.С.Калмикова, Е.Мергенталер, Дж.Фридман, Дж.Комбс, Е.Жорняк та ін.). Третій напрямок вивчення подій стосується аналізу життєвих подій у взаємозв'язку та у їх співвідношенні з життєвими ситуаціями особистості. Подія або ототожнюється з ситуацією (Л.І.Анциферова, А.А.Бодальов, С.К.Нартова-Бочавер, Е.Ю.Коржова та ін.), або розглядається як компонент ситуації чи певний її вид, рівень (Л.Ф.Бурлачук, Н.Б.Михайлова, Н.В.Чепелева та ін.). В межах даного напрямку вивчення подій у зв'язку з ситуаціями також існує погляд на життєві події як такі, що пов'язані зі складними життєвими ситуаціями, труднощами, травмами та кризами (Ф.Е.Василук, Т.М.Титаренко, Трубицина Л.В., Хухлаєва О.В. та ін.). Нарешті, останній напрямок дослідження подій у психології – це філософсько-психологічне розуміння події в контексті буття особистості. Подія вивчається як буттєве явище, яке існує за своїми законами; важливий акцент тут робиться на спільності та спів-бутті людини з самим собою, світом та іншими (М.М.Бахтін, М.К.Мамардашвілі, М.В.Розін, В.Е.Чудновський та ін.).

Практичне дослідження життєвих подій у студентському середовищі ми здійснили в кілька етапів. На першому – діагностичному етапі – ми використали ряд емпіричних дослідницьких процедур, які мали на меті виявлення основних психологічних особливостей та механізмів усвідомлення і переживання студентами життєвих подій. Для досягнення поставлених цілей ми використали психосемантичні методи, метод вивчення продуктів діяльності, зокрема нарративів та текстів студентів, контент-аналіз, методи статистичної обробки даних. Серед подій, які є найбільш важливими для студентів або ті, що вплинули на них, в опитуваннях найчастіше були названі весілля (своє власне або рідних, близьких чи друзів), смерть близької людини, вступ до університету, взаємостосунки, кохання тощо. Це підтверджує перш за все погляд на юнацький вік як на такий, що є багатим на події, у порівнянні з іншими періодами життя людини. Також значну увагу студенти приділяють «подіям внутрішнього життя» (Б.Г.Ананьєв, С.Л.Рубінштейн), тобто тим внутрішнім процесам особистості, які зовні є непомітними для інших, але переживаються людиною і мають для неї певне значення. Серед таких, наприклад, поява розуміння самого себе, усвідомлення чогось важливого, виникнення певних симпатій, уподобань, почуттів тощо. Це свідчить про значну увагу молодих людей до свого внутрішнього світу, а також про переживання ними зовнішніх ситуацій. Процес переживання ми розуміємо як

активний процес переведення «у своє живе» чужих думок, висловлювань, відчуттів і досвіду, що пов'язані з життєвою подією (Ф.Т.Михайлов, М.В.Папуча). За С.Л.Рубінштейном, переживання становить собою подію внутрішнього життя людини [3].

Усвідомлення життєвих подій ми розглядали як відображення у свідомості досліджуваних даного поняття. З цією метою було проведено психосемантичну методику та вивчення уявлень про життєву подію респондентів за допомогою контент-аналізу текстів про подію. За допомогою контент-аналізу ми виявили основні категорії уявлень про життєву подію. Ними виявилися такі, як «зміна у житті», «досвід», «здатність запам'ятовуватися», «емоційність, оціночний характер події». Дані параметри ми включили до значень, які оцінювалися студентами у психосемантичній методиці. В результаті проведення даної методики ми виявили, що у свідомості респондентів життєва подія відображається у таких значеннях, як «смысл» (3,9), «життєва зміна» (3,7), «емоційність» (0,6) – в дужках зазначені середні результати в балах, які виявилися найбільш значущими по вибірці. Все це дає можливість визначити основні семантичні смислові особливості усвідомлення студентами життєвих подій.

Дослідження процесу переживання життєвих подій ми здійснили на другому, формувальному етапі нашої роботи, який був включений у процес професійної підготовки студентів. Він проводився в межах спеціального курсу «Психологія переживання життєвої події» для студентів-психологів. До даного етапу були включені методи тренінгової та консультативної роботи, рефлексія, методи вивчення продуктів діяльності тощо. Цей вид роботи включає в себе два основні напрямки:

- 1) Робота з категорією життєвої події у психології.
- 2) Робота з переживання особистої життєвої події.

Спочатку студентами були досліджені такі категорії, як подія, життєва подія, переживання, нарратив. Дані категорії не вивчаються в інших навчальних курсах систематично та глибоко, тому ми приділили їм значну увагу. Потім відбулася робота з переживання особистої життєвої події, що стосувалася їхнього внутрішнього світу (рефлексія, обговорення, створення нарративів про життєву подію, аналіз власних переживань).

Основними **принципами** роботи з життєвою подією були наступні:

1. *Принцип діалогічності.* Вивчення життєвої події як факту внутрішнього світу особистості має відбуватися в діалозі як з самим собою, так і з іншою людиною, оскільки саме діалогічна позиція психолога дозволяє реалізувати суб'єкт-суб'єктну позицію у взаємодії та зрозуміти внутрішній світ людини. Діалог як взаємодія та висловлювання разом з тим допомагає усвідомити подію та вбудувати її у власний досвід, а також відкритися даній події. Це можливо як у межах діалогу з іншою людиною, так і з самим собою.
2. *Принцип суб'єктності.* Тісно пов'язаний з попереднім принципом та полягає у прерогативі власних внутрішніх переживань та вражень суб'єкта по відношенню до події над стереотипними поглядами та судженнями інших людей. Даний принцип передбачає вивчення перш за все суб'єктивного досвіду людини по відношенню до події, його власне ставлення до подій та власну

активність, що може не збігатися з загально визнаними позиціями та поглядами на певні події.

3. *Принцип цілісності.* Життєва подія розглядається не відокремлено, як автономне утворення, а лише в контексті цілісної особистості, як частина її внутрішнього світу та усього життєвого шляху. Крім того, життєві події, об'єднуючись в цілісність, утворюють життєву історію особистості (П.Рікер, Дж.Фрідман, Дж.Комбс).

Отже, провівши дослідження переживання та усвідомлення життєвих подій зі студентами, можемо зробити висновок, що дана проблема є актуальною для кожної людини, проте особливого значення вона набуває саме для студентського віку, оскільки саме в цей період починається самостійне, доросле життя, пов'язане зі значною кількістю подій. Здатність будувати переживання події, усвідомлювати та осмислювати власний досвід, при цьому структуруючи свій внутрішній світ, важлива як для особистості взагалі, так і для майбутніх психологів (останнє є показником професійності та фаховості роботи психолога). Дослідження життєвих подій у студентському середовищі ми здійснили протягом двох етапів – експериментально-діагностичного та формувального. Дана робота була проведена зі студентами-психологами та включена в процес їх професійного становлення, у ній були відображені такі принципи, як принцип діалогічності, принцип суб'єктивності та цілісності особистості. В цілому ми вважаємо таку роботу ефективною та необхідною для студентів-психологів, оскільки вона включає в себе теоретичне, прикладне, практичне дослідження даної проблеми, а також особистісне залучення у процес переживання власних життєвих подій.

Література

1. Гамезо М.В., Петрова Е.А., Орлова Л.М. Психология молодости: авторство собственного образа жизни // Возрастная и педагогическая психология /М.В. Гамезо, Е.А. Петрова, Л.М. Орлова. — М.: Педагогическое общество России, 2003. — 512 с.
2. Наративні психотехнології / Чепелева Н.В., Смульсон М.Л., Шиловська О.М., Гуцол С.Ю.; за заг. ред. Чепелевої Н.В. – К.: Главник, 2007. – 144 с. (Серія «Психологічний інструментарій»).
3. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2000. – 712 с.
4. Хайдеггер Мартин. Время и бытие / Мартин Хайдеггер. – М: Наука, 2007. – 621 с. – (Серія «Слово о сущем»).