

УДК 159.922.62

DOI 10.31654/2663-4302-2020-PP-3-83-91

Михайлова О. І.

доцент кафедри загальної та практичної психології
Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя

ПОДІЯ ЯК СТРУКТУРНА ОДИНИЦЯ УСВІДОМЛЕННЯ ВІДХИЛЕНОЇ ЖИТТЄВОЇ АЛЬТЕРНАТИВИ

У статті визначено подію як одиницю усвідомлення відхилених життєвих альтернатив. Встановлено критерії, що відображають усвідомлення особистістю певного спектру подій.

Розглянута життєва альтернатива як така, що виступає феноменом особистісного розвитку і визначається в контексті сформованості особистісної зрілості та суб'єктивності. Висунуте припущення, що життєва альтернатива може мати структуру, яка представлена подіями і подієвим рядом та усвідомленням їх як життєвих альтернатив. Подія якщо вона є усвідомленою, то вона стає тотожною з життєвою альтернативою, а якщо відхиляється то передбачає відмову особистості від тієї чи іншої значущої події. Обов'язковою умовою реалізації або відмови (що передбачає втілення в життя тих чи інших життєвих виборів) тієї чи іншої життєвої альтернативи та реалізується безпосередньо у певній події, оскільки вибір – це також подія, яка є матеріалізованою та представленою у часі, є усвідомлення.

Встановлено значущість тексту як такого, що дає можливість визначити не тільки подію загалом, а і внутрішню подію як епізод, який є означений самою особистістю та приведений в оповідну форму.

Когнітивна рефлексія та сформована метафоризація відхиленої життєвої альтернативи розглядаються як такі, що є показниками ставлення до неї. Основним методом аналізу є інтерпретація.

Розглянуто значущість та роль емоцій у сприйманні подій. Проаналізовано зміст суб'єктивного наративу як метафоричного представлення відхиленої життєвої альтернативи.

***Ключові слова:** життєва альтернатива, відхилена життєва альтернатива, подія, життєва ситуація, актуальний та потенційний досвід, когнітивна рефлексія, метафоричність досвіду, постановка життєвих задач, життєві плани людини, суб'єктивний наратив.*

Постановка проблеми. Політичні, економічні та соціальні зміни процеси зумовлюють появу проблем, які впливають на внутрішні переживання особистості та впливають в свою чергу на взаємостосунки із соціумом. Проблемні ситуації та зростаючий темп їх появи зумовлює активність та спрямованість особистості не тільки на їх вирішення, але й на прийняття позиції суб'єкта власного життя, який самотворить його і приймає відповідальність за власні рішення та їх імовірні наслідки.

Проблема функціонування суб'єктивності особистості виступає суперечливою як у теоретичному, так і в практичному її вирішенні. Життєві альтернативи зумовлюють не тільки активність та спрямованість особистості у їх вирішенні, але й вимагають від неї рефлексивного переосмислення власних життєвих виборів в усвідомленні самих життєвих альтернатив. Проблема формування життєвого простору особистості, значення подій у формуванні внутрішнього світу людини і означення їх через створення наративу є недостатньо дослідженою у вітчизняній науці.

Мета статті полягає у встановленні теоретичного та експериментального значення подій у формуванні внутрішнього світу людини і означення їх через створення наративу у свідомості людини.

Основний матеріал і результати дослідження. Важливими змістовними аспектами виокремлюються погляди в галузі самої життєвої події Т. М. Титаренко та Н. В. Чепелева.

Інтеграція психології прийняття рішення і подальшого життєвого шляху як наслідку цього рішення достатньо широко представлена у працях Л. І. Анциферової, Л. Ф. Бурлачука та ін., але в той же час досить обмежено в психологічних дослідженнях представлена проблема життєвих альтернатив.

Б. Ф. Поршнев надає статусу життєвій альтернативі феномена психологічного розвитку людини, констатує, що історія розвитку людини – це історія відхилених нею життєвих альтернатив.

І. Ф. Аршава, А. А. Філіпчева, В. В. Філіпчев розглядають життєву альтернативу в якості складного динамічного явища, яке вбудоване в єдиний процес психічного розвитку та має різноманітні функції.

Життєві альтернативи не зникають з досвіду особистості, оскільки вони вимагають від неї діяльнісного ставлення та формування позиції, яка має функціональне значення в подальшому житті особистості. Найбільше значення мають відхилені життєві альтернативи, оскільки вони мають значно більше функціональне значення для психічного розвитку особистості, ніж прийняті. Особливо важливим у цьому плані є період дорослості, коли активність та спрямованість особистості щодо власного життя є найбільш високою і продуктивною.

В результаті проведеного нами дослідження, встановлено, що відхилена життєва альтернатива є складовою особистості (саме вона впливає на життєві вибори, ставлення до себе й інших, формування цілей та цінностей). Можна припустити, що відхилена життєва альтернатива є динамічним утворенням, яке під впливом часу та будь-яких інших чинників здатне змінювати конфігурацію. Ідеться про особистість, що здатна зробити відхилену життєву альтернативу власним ресурсом розвитку, тобто така особистість у момент вибору здатна до когнітивної та емоційно-ціннісної рефлексії як умови усвідомлення відхиленої життєвої альтернативи. Відхилена життєва альтернатива не зникає з досвіду людини та формує пласт внутрішнього світу особистості. Можна припустити, що на момент відхилення вона була не актуальною в силу деяких причин (незрілість особистості, психологічна неготовність зробити її активною – вивести в поле реалізації) і тому відхилялася особистістю. Важливо, щоб альтернатива була виведена в поле свідомості і означена як номінальна, явна. В результаті реалізації однієї і відхилення іншої альтернативи не важливим для альтернативи і самої особистості є те, яка саме відхиляється, важливо, що інша потрапляє в поле свідомості стаючи значущою і формуючи досвід особистості та розширюючи її внутрішній світ.

Отримані експериментальні результати дозволяють встановити, що життєва альтернатива виступає феноменом особистісного розвитку і визначається в контексті сформованості особистісної зрілості та суб'єктивності. Життєва альтернатива може мати структуру, яка представлена подіями і подієвим рядом та усвідомленням їх як життєвих альтернатив.

Подія за наявності усвідомлення набуває тотожності з життєвою альтернативою і у випадку її відхилення передбачає відмову особистості від тієї чи іншої значущої події. Усвідомлення виступає основною умовою до реалізації або відмови (що передбачає втілення в життя тих чи інших життєвих виборів) тієї чи іншої життєвої альтернативи та реалізується безпосередньо у певній події, оскільки вибір – це також подія, яка є матеріалізованою та представленою у часі.

Виходячи з вищевикладеного ми вважали за необхідне конкретизувати види подій та деталізувати їх. Визначаючи подію як структурну одиницю усвідомлення життєвої альтернативи і відхиленої життєвої альтернативи зокрема, ми виходили із розуміння її як значущого для особистості епізоду життя, випадку, фрагмента досвіду, який надовго запам'ятовується і може істотно змінювати особистість [2].

Нами було розроблено анкету, в яку включено 18 значущих подій, що мають тенденцію до виявлення у житті практично кожної особистості з більшою чи меншою імовірністю. Такими подіями є: одруження; хвороба близької людини; тяжка хвороба; зміна місця роботи; кар'єрне зростання; народження дитини; визначення майбут-

нього дітей; визначення майбутнього батьків; зрада близької людини; тяжкий конфлікт з керівництвом; тяжкий конфлікт з близькою людиною; зміна місця проживання; зміна способу життя у зв'язку із хворобою; зміна способу життя у зв'язку із бажанням близьких людей; переживання краху; переживання насилля; розлучення; власна зрада близькій людині.

Розробка та впровадження авторської анкети передбачали дослідження стану усвідомлення респондентами власних виборів у тій чи іншій сфері життя. В основу анкети покладено два критерії усвідомлення залежно від активності особистості у ставленні та прийнятті тієї чи іншої події. Відповідно усі вибори ранжувалися за такими критеріями: критерій усвідомленого самостійного вибору і критерій пасивного прийняття події або підкорення у прийнятті тієї чи іншої події певним об'єктивним обставинам, людям та ін. Дані критерії відображають усвідомлення особистістю певного спектру подій.

Встановлено, що особистості, які відповідають за ознаками першому критерію, обирають та приймають рішення щодо події усвідомлено і, рефлексуючи з приводу події, та відмічають внутрішню активну позицію у прийнятті рішень стосовно подій. Відповідно до ознак другого критерію, усвідомлення здійснюється не у внутрішньому світі особистості, а з позиції сприйняття та пасивного підкорення зовнішнім обставинам. Можна сказати, що такі особистості виступають у якості "жертви" подієвих змін і проявляють власну внутрішню пасивність до визначення суб'єктивної значущості події та ролі, яку виконує така особистість у події. Тобто перший критерій визначає стан функціонування суб'єктивності особистості в усвідомленні події, а другий визначає стан об'єктивності особистості в події (особистість виступає об'єктом впливу події та обставин, що їй притаманні).

Із загальної вибірки у 183 людей дорослого віку ми сформували 3 групи досліджуваних на основі представленого в науковій літературі уявлення О. І. Степановою про нерівномірний інтелектуальний розвиток особистості цього віку [4]. В результаті нами були отримані наступні якісні та кількісні показники. Враховано і представлено тільки значущі показники.

Так, досліджувані експер. гр. 1 у більшості випадків, за результатами анкети, показали досить високі показники за першим критерієм, зокрема за такими подіями: "одруження" – 77,3 %, "хвороба близької людини" – 66,7 %, "власна тяжка хвороба" – 62,5 %, "зміна місця роботи" – 65,6 %, "кар'єрне зростання" – 53,3 %, "народження дитини" – 66,7 %, "визначення майбутнього власних дітей" – 66,7 %, "визначення майбутнього батьків" – 62,5 %, "тяжкий конфлікт з близькою людиною" – 54,3 %, "зміна місця проживання" – 56,8 %, "зміна способу життя у зв'язку із бажанням (обставинами) близьких людей" – 66,7 %, "власна зрада близькій людині" – 66,7 %. Визначення подій за критерієм усвідомлення події дає можливість вказати, що досліджуваним цієї групи притаманна активна суб'єктна позиція в усвідомленні та прийнятті таких подій, у рефлексуванні з приводу події та прийнятті усвідомленого життєвого вибору. Також можна вказати, що показники за першим критерієм дозволяють визначити наявність у досліджуваних певного спектра альтернатив, що пов'язані з певною подією. Тобто досліджувані враховували можливі життєві альтернативи, які відкриває та чи інша подія.

Отримані експериментальні результати за другим критерієм, зокрема за такими подіями: "тяжкий конфлікт з керівництвом" – 66,7 %, "зміна способу життя у зв'язку із хворобою" – 66,7 %, "зрада близької людини" – 53,3 %, "переживання краху" – 55 %, "переживання насилля" – 73,3 %, "розлучення" – 66,7 % дозволяють вказати, що досліджувані цієї групи у ставленні та сприйнятті таких подій недостатньо усвідомлюють власну значущість і виступають у ролі об'єкта впливу даних подій на їхню життєдіяльність та внутрішній світ. Можна вказати, що, у прийнятті та переживанні цих подій досліджувані, не усвідомлюючи їх, не здійснюючи рефлексію над змістом таких подій, не вбачають у них життєвих альтернатив і сприймають їх як психотравмуючі, що у свою чергу активізує психологічні механізми (витіснення, проекція та ін.), тобто низький рівень усвідомлення.

За результатами дослідження експер. гр. 2 за першим критерієм вказала на високі показники за такими подіями: "одруження" – 83,3 %, "хвороба близької

людини" – 72,7 %, "власна тяжка хвороба" – 70,8 %, "зміна місця роботи" – 82,7 %, "кар'єрне зростання" – 67,5 %, "народження дитини" – 90 %, "визначення майбутнього власних дітей" – 93 %, "визначення майбутнього батьків" – 76,7 %, "тяжкий конфлікт з керівництвом" – 56 %, "тяжкий конфлікт з близькою людиною" – 51 %, "зміна місця проживання" – 63,6 %, "зміна способу життя у зв'язку із хворобою" – 81,8 %, "зміна способу життя у зв'язку із бажанням (обставинами) близьких людей" – 59 %, "розлучення" – 69,2 %, "власна зрада близькій людині" – 77,3 %. Показники цієї експериментальної групи за критерієм усвідомлення дають можливість вказати, що досліджувані рефлексують та усвідомлюють себе у значно більшій кількості подій, для них актуальними є особливості життєдіяльності їхніх дітей, вони реагують на проблеми у професійній діяльності та міжособистісних стосунках з близькими людьми, що, у свою чергу, підтверджує наше припущення щодо зрілого ставлення досліджуваних на цьому віковому етапі до сприйняття, усвідомлення та визначення життєвих виборів на основі активної суб'єктної позиції.

Діагностичні результати за другим критерієм, отримані за наступними подіями: "зрада близької людини" – 54,5 %, "переживання краху" – 55,5 %, "переживання насилля" – 65,4 % дозволяють вказати, що недостатнє усвідомлення у досліджуваних цієї групи проявляється на події, які є негативними і несуть у собі афективні та болісні переживання. Тобто досліджувані активізують психологічні захисти та виступають об'єктами у сприйнятті та переживанні подій, які вимагають не стільки життєвих виборів та рішень, скільки болісних переживань та рефлексування. Саме тому такі події виступають психотравмуючими і недостатньо усвідомлюваними досліджуваними. Відповідно життєві альтернативи, які пов'язані з цими подіями, також носять характер психотравмуючих і практично не усвідомлюються досліджуваними.

Отримані експериментальні результати за анкетною в експер. гр. 3 дозволяють визначити наступні події за критерієм усвідомлення: "одруження" – 89,9 %, "хвороба близької людини" – 71,4 %, "зміна місця роботи" – 100 %, "кар'єрне зростання" – 88,9 %, "народження дитини" – 100%, "визначення майбутнього власних дітей" – 62,5 %, "визначення майбутнього батьків" – 60 %, "тяжкий конфлікт з близькою людиною" – 57,1 %, "зміна місця проживання" – 90 %, "зміна способу життя у зв'язку із хворобою" – 80 %, "зміна способу життя у зв'язку із бажанням близьких людей" – 75 %, "розлучення" – 71,4 %, "власна зрада близькій людині" – 100 %. Інтерпретація отриманих результатів за першим критерієм дозволяє вказати, що досліджуваними цієї експериментальної групи усвідомлюються події, які пов'язані з власною життєдіяльністю та міжособистісними контактами з оточуючими і близькими людьми. Ці досліджувані здатні усвідомлювати та рефлексувати з подальшим усвідомленням власної життєвої позиції у цих сферах та визначенні життєвих альтернатив і здійснювати усвідомлені життєві вибори між альтернативами, які розкривають зміст тієї чи іншої події. Така тенденція дозволяє вказати, що досліджуваним притаманна зрілість у розумінні та усвідомленні як усієї кількості існуючих життєвих альтернатив, так і у виробленні свідомого ставлення до відхилених життєвих альтернатив.

Водночас отримані експериментальні дані за другим критерієм дозволяють визначити, що досліджувані у таких подіях, як "власна тяжка хвороба" – 83,3 %, "зрада близької людини" – 60 %, "тяжкий конфлікт з керівництвом" – 66,7 %, "переживання краху" – 66,6 %, "переживання насилля" – 75 %, переживають та усвідомлюють їхнє значення за існуючими стереотипними установками та схемами. Визначення за цими подіями критерію пасивного сприйняття події дозволяє зазначити, що вони переживаються досліджуваними як психотравмуючі та такі, які особистість усвідомлює не з позиції власної суб'єктності, а з позиції їхньої емоційної сили та експресивної спрямованості. Відповідно зменшується тенденція до усвідомлених життєвих виборів за обставин тієї чи іншої події. Досліджувані виступають у якості об'єкта впливу подій і відповідно життєві альтернативи недостатньо усвідомлюються ними та осмислюються як відхилені, враховуючи тенденцію до сформованості зрілості як особистісної якісної характеристики.

Саме високий рівень емоційності у сприйнятті подій і впливає на активізацію психологічних захистів, які на цьому віковому етапі є чітко сформованими та закріпленими у досвіді. Можна вказати, що така реакція на відхилені життєвої альтер-

нативи швидше закріплена на поведінковому рівні, ніж на рівні усвідомлення та рефлексії. Тобто спостерігається тенденція до аналогічних проявів як у досліджуваних експер. гр. 1, так і у досліджуваних експер. гр. 3 та, водночас, існують і певні відмінності. Так, у досліджуваних експер. гр. 1 ще недостатньо сформовані та закріплені механізми розвитку самосвідомості, а у досліджуваних експер. гр. 3 механізми самосвідомості підкорюються сформованому досвіду, що також зменшує можливості усвідомлення, рефлексування відхилених життєвих альтернатив. Щодо досліджуваних експер. гр. 2 можна визначити їхню лабільність до формування нового досвіду усвідомлення відхиленої життєвої альтернативи.

В основу анкети на визначення усвідомлення типових життєвих ситуацій та подій покладено критерії усвідомлення, що дозволило встановити у відповідності до цих критеріїв особливості функціонування суб'єктивності досліджуваних в усвідомленні найбільш типових подій і формуванні життєвих виборів. Звідси відхилена життєва альтернатива виступає показником розвитку суб'єктності особистості як активної позиції до її усвідомлення або об'єктності, за якої особистість виступає пасивним об'єктом тієї чи іншої події і відповідно життєвої альтернативи, і відмовляється від її усвідомлення, яке несе у собі травматичні болісні переживання.

Виступаючи об'єктом, особистість уникає, шляхом активізації психологічних захистів, формування досвіду усвідомлення, рефлексування та ідентифікації власного Я у відхиленій життєвій альтернативі. Таким чином, сформована рефлексія відхилених життєвих альтернатив та їх усвідомлення виступають показником як зрілості особистості, так і стану сформованості самосвідомості.

На відміну від життєвої альтернативи, яка є актуальною у теперішньому часі і тотожна певній події, відхилена життєва альтернатива є такою, що мала місце у минулому. Тобто відхилена життєва альтернатива не є прив'язаною до конкретної події у теперішньому, вона не визначається конкретним життєвим вибором у теперішньому часі (але сама визначає наступні вибори). Ми маємо справу з відтворенням та інтерпретацією особистістю альтернативи, яка вже сталася, і така інтерпретація буде носити узагальнений характер, до якого включений досвід як потенційний (можливий), так і актуальний (наявний). Можна прослідкувати взаємозв'язок досвіду особистості з усвідомленням відхиленої життєвої альтернативи, який підтримується актуальним досвідом. Інтерпретація відхиленої життєвої альтернативи має здійснюватися, на нашу думку, з позиції актуального досвіду та суб'єктності особистості, яка завдяки рефлексії дає можливість сформуватися потенційному досвіду з усвідомлення відхиленої життєвої альтернативи. Йдеться про формування когнітивної рефлексії, яка забезпечується створенням метафори відхиленої життєвої альтернативи. Метафоризація вказує на символічне або знакове усвідомлення відхиленої альтернативи та формування суб'єктного зрілого ставлення до неї.

Когнітивна рефлексія та сформована метафоризація відхиленої життєвої альтернативи є показниками ставлення до неї. Основним методом аналізу є інтерпретація, яка дозволяє організувати рефлексію шляхом інтеграції об'єктивних, або зовнішніх факторів за допомогою вербальних та невербальних засобів комунікації, та суб'єктивних, тобто здійснити знакове, смислове оформлення відхиленої альтернативи. Отриманий текст та констатація змісту з подальшою його інтерпретацією, на нашу думку, дає можливість визначити рівень усвідомленості та сформованості суб'єктності особистості.

Текст дає можливість визначити не тільки подію загалом, а і внутрішню подію як епізод, який є означений самою особистістю та приведений в оповідну форму. Загалом, епізод або випадок, який не розкритий особистістю іншій людині (в тому числі й собі), не є подією [4]. Саме інтеграція суб'єктності та об'єктності особистості як основних умов рефлексії дає можливість визначити сформованість зрілості особистості та її потенційні можливості до усвідомлення відхиленої життєвої альтернативи. Об'єктність особистості забезпечується довербальною, дорефлексивною складовою свідомості, що виникає у конкретних життєвих ситуаціях. Перетворення відхиленої життєвої альтернативи у знакову або метафоричну форму усвідомлення забезпечується рефлексією і формує її суб'єктний зміст.

У контексті нашого дослідження аналіз та інтерпретація текстів дали можливість встановити зміст суб'єктивного нарративу як метафоричності відхиленої життєвої альтернативи досліджуваних та визначити їх психологічні особливості. Нами здійснювалося дослідження суб'єктивного нарративу за допомогою методики "Книга життя" М. Л. Смульсон [8]. Отримані результати дозволили встановити психологічні особливості нарративів досліджуваних та їхні сутнісні ознаки у відповідності до стану сформованості зрілості досліджуваних особистостей. Методика та інтерпретація отриманих результатів дали можливість визначити функціональні складові нарративів досліджуваних, такі як: смислоутворювальна, констатувальна, розвивальна, інтерпретуюча та захисна.

Обґрунтування критеріїв до визначення складових здійснювалося у відповідності до положення психологічної герменевтики щодо аналізу нарративу, який може виступати у якості діагностичної процедури як у процесі дослідження особистості в умовах психотерапевтичної ситуації, так і в умовах психологічного експерименту [6]. Відповідно ми розглядали нарратив, який мав форму викладення автобіографії, розповіді або історії в якості діагностичного матеріалу. Обробка нарративів здійснювалася за визначеним змістом критеріїв у межах психологічної герменевтики.

Так, смислоутворювальна складова нарративу визначалася нами за таким показником, як авторство власного життя. Констатувальна за показником усвідомлення досліджуваним себе, власного досвіду та власного Я. Розвивальна визначалася станом розвитку осмислення досліджуваними власного досвіду та присвоєнням культуральних норм і принципів. Інтерпретуюча визначалася за допомогою встановлення взаємообумовленості нарративу та осмисленої реальності з позиції інтерпретаційної рамки. Захисна визначалася нами у якості встановлення тих чи інших захисних функцій, таких як: невисвітлені події відхиленої альтернативи (витіснення), присвоєння події двозначного смислу (інтелектуалізація), приписування події у тексті іншим дійовим особам (проекція) [5].

Здійснюючи дослідження стану сформованості когнітивної рефлексії на етапі ранньої дорослості за допомогою інтерпретації текстів, що представляють собою суб'єктивний нарратив, ми звернули увагу на часову локалізацію відхиленої життєвої альтернативи у процесі її усвідомлення. Можна припустити, що відхилена життєва альтернатива має власну динаміку у процесі її усвідомлення, яка проявляється у фіксації на життєвій альтернативі (що відбулася у минулому) та її постійне активування особистістю як такої, що якимось чином проявляється в теперішньому. Цей тип суб'єктивного нарративу визначається нами як симптоматичний.

Відхилення життєвої альтернативи та її усунення із системи свідомості визначається нами як захисний суб'єктивний нарратив. Особистість здійснює недостатньо усвідомлені когнітивні операції з усунення відхиленої життєвої альтернативи із власного життєвого плану. Ми вважаємо, що саме активізація витіснення проєктує появу захисних суб'єктивних нарративів. Їх призначення в усуненні усвідомлення як процесу, що пов'язаний з переживанням психологічного болю та будь-якого дискомфорту, що асоціюється особистістю із відхиленою життєвою альтернативою.

Проекція якісних характеристик відхиленої життєвої альтернативи у майбутнє формує суб'єктивний нарратив, що пов'язаний з тривогою та її попередженням самою особистістю як намагання створити певну систему магічних дій, що не дадуть змоги відтворитися відхиленій життєвій альтернативі у майбутньому. Цей тип суб'єктивного нарративу ми означили як магічний.

Здатність до усвідомлення відхиленої життєвої альтернативи та її рефлексії у мовленнєвій формі (будь-то активне мовлення у діалозі з іншим чи внутрішнє мовлення у діалозі із власним Я), яка призводить до породження метафори. Йдеться про метафоричний суб'єктивний нарратив.

З метою констатації виділених нами типів суб'єктивного нарративу ми здійснювали психологічне обстеження за методикою М. Л. Смульсон, акцентуючи увагу не тільки на виведених автором критеріях та показниках, а і на часовій локалізації відхиленої життєвої альтернативи, оскільки саме поняття "відхилення" взаємозумовлюється динамікою усвідомлення її в часі [9].

Нами було запропоновано три види завдань. Перший вид забезпечував визначення стану усвідомлення дослідженими власного минулого та виявлення можливих відхилених життєвих альтернатив у завданні "Опис життя". Вирішення цього завдання вимагало від досліджуваних поетапної оцінки власного життя. У виконанні цього завдання ми визначали здатність особистості до диференціації власного життя. Спостереження за виділенням особистістю певних критеріїв у диференціації дало змогу зробити висновки про те, що відхилені життєва альтернатива та її усвідомлення чи, навпаки, усунення її виступає критерієм розподілу життя на етапи.

Другий вид забезпечував визначення значущості того чи іншого етапу життя та тенденцій до його усвідомлення шляхом оформлення у тексті. Текст давав змогу виділити конкретизовану самим досліджуваним відхилену життєву альтернативу та визначити її якісні характеристики (зокрема сфера діяльності, значущість її як події, значущих фігурантів події, відношення до себе та до них та ймовірне завершення у часі життєвої альтернативи).

Третій вид завдань передбачав усвідомлену наявність відхиленої життєвої альтернативи з подальшою її проекцією на майбутнє.

Встановлено, що виділені суб'єктивні наративи мають вираження як у структурі особистості, так і у динаміці самої життєвої альтернативи як певній умові самотворення особистості. Йдеться про те, що коли відхилені життєва альтернатива виступає складовою особистості (саме вона впливає на життєві вибори, на відношення до себе та інших, формування цілей), йдеться про невротичну особистість, тобто відхилені життєва альтернатива є чинником неврозу. У випадку, коли відхилені життєва альтернатива виступає як динамічне утворення, яке під впливом часу та будь-яких інших чинників здатне змінювати конфігурацію, йдеться про особистість, яка здатна зробити відхилену життєву альтернативу власним ресурсом розвитку.

Звідси здатність до когнітивної рефлексії і її оформлення у тексті сприяє формуванню метафоричного суб'єктивного наративу. Симптоматичний суб'єктивний наратив виступає показником невротизації особистості. Захисний та магічний суб'єктивні наративи відображають тенденцію до недостатнього усвідомлення особистістю відхиленої життєвої альтернативи.

Висновки. На основі теоретичного аналізу й експериментального дослідження нами визначено компоненти усвідомлення відхиленої життєвої альтернативи, це: усвідомлення як процес і як якісна характеристика зрілої особистості та рефлексія, яка зумовлюється та не вичерпується самим усвідомленням. У відповідності до визначених компонентів нами виділені критерії усвідомлення, це: емоційно-ціннісна та когнітивна рефлексія, суб'єктивна наративізація, психологічні захисти, часова локалізація усвідомлення. До кожного критерію усвідомлення нами обрано показники. Так, суб'єктивна наративізація представлена типами суб'єктивного наративу як якісного утворення зрілої особистості.

Типи суб'єктивного наративу причинно зумовлюються станом сформованості емоційно-ціннісної та когнітивної рефлексії. Нами встановлено такі типи суб'єктивного наративу, як: симптоматичний, захисний, магічний та метафоричний. Тенденціями до формування того чи іншого типу суб'єктивного наративу виступають сформовані психологічні захисти. Причому нами виділяється зрілий психологічний захист – інтеграція, який дає можливість не тільки усвідомити відхилену життєву альтернативу, але й у рефлексивному акті на рівні емоційно-ціннісного та когнітивного її переопрацювання створити метафору, яка не тільки структурує процес усвідомлення, але й виступає основою, когнітивною одиницею акмеологічного зростання особистості. Саме інтеграція забезпечує у процесі наративного переопрацювання відхиленої життєвої альтернативи створення наративної ідентифікації.

Менш зрілі, але не менш психологічно значущі захисти – регресія, раціоналізація, витіснення та проекція виступають основою до появи таких типів суб'єктивного наративу, як: симптоматичний, захисний та магічний. Нами встановлено, що здатність до постійної активізації відхиленої у минулому життєвої альтернативи та постійна проекція її на майбутнє виступає чинником до утворення симптоматичного суб'єктивного наративу. Розвинена здатність зрілої особистості до витіснення та

раціоналізації певних якісних складових відхиленої життєвої альтернати спроектує появу захисного суб'єктивного нарративу. Такий нарратив створює певну систему захистів від повного усвідомлення відхиленої альтернативи. Нами визначено магічний суб'єктивний нарратив, сутність якого зумовлюється створенням магічного образу відхиленої життєвої альтернативи, при якому відбувається раціоналізація образу, а негативні болісні переживання, які супроводжували відхилену життєву альтернативу як подію минулого, витісняються. Звідси відбувається проекція "магічного образу" відхиленої життєвої альтернативи у теперішнє та майбутнє. Найбільш ефективним суб'єктивним нарративом, який відображає динаміку усвідомлення відхиленої життєвої альтернативи, є метафоризація, яка передбачає не тільки образне представлення відхиленої життєвої альтернативи у теперішньому, але й забезпечує створення когнітивних конструкцій та символізацію суті відхиленої життєвої альтернативи і створення на її основі досвіду та ресурсу до подальшого особистісного зростання.

Література

1. Зелінська Т. М. Амбівалентність особистості: Теорія, діагностика і психокорекція: навч. посіб. Київ: Каравела, 2010. 256 с.
2. Зинченко В. П. Время – действующее лицо. *Вопросы психологии*. 2001. № 6. С. 36–54.
3. Калмыкова Е. С. Нарратив в психотерапии: Рассказы пациентов о личной истории. *Психологический журнал*. 1998. Т. 19. № 5. С. 97–103.
4. Михайлова О. І. Особливості відхилення життєвих альтернатив та здійснення життєвих виборів зрілою особистістю. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка*. Чернігів: ЧДПУ, 2010. Вип. 82. Т. 2. С. 45–48.
5. Михайлова О. І. Психологічна специфіка та особливості усвідомлення зрілою особистістю відхилених життєвих альтернатив. *Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України*. Київ, 2009. Т. 11. Ч. 4. С. 234–244.
6. Особистісний вибір: психологія відчаю та надії / за ред. Т. М. Титаренко. Київ: Міленіум, 2005. 336 с.
7. Чепелева Н. В. Нарратив как средство интерпретации личного опыта. *Психология на перетині тисячоліть: зб. наук. праць*. Київ: Гнозис, 1999. Т. III. С. 484–491.
8. Чепелева Н. В. Соціально-психологічні чинники розуміння та інтерпретації особистого досвіду: монографія. Київ: Педагогічна думка, 2008. 255 с.
9. Чепелева Н. В., Смульсон М. Л., Шиловська О. М., Гуцол Ф. Ю. Нарративні психотехнології / заг. ред. Н. В. Чепелевої. Київ: Главник, 2007. 146 с.

References

1. Zelinska, T. M. (2010). *Ambivalentnist osobystosti: Teoriia, diahnostyka i psykhokorektsiia* [Ambivalence of personality: Theory, diagnosis and psychocorrection: textbook]. Kyiv: Karavela [in Ukrainian].
2. Zynchenko, V. P. (2001). Vremia – deistvuiushchee lytso [Time is an acting figure] *Voprosy psikhohohyy – Questions of psychology*. 6. 36–54 [in Ukrainian].
3. Kalmykova, E. S. (1998). Narrativ v psykhotherapy: Rasskazy patsyentov o lychnoi ystoryy [Narrative in psychotherapy: Stories of patients about personal history]. *Psykhohohycheskyi zhurnal – Psychological Journal*. Vol. 19. 5. 97–103 [in Ukrainian].
4. Mykhailova, O. I. (2010). Osoblyvosti vidkhylennia zhyttievkykh alternatyv ta zdiisnennia zhyttievkykh vyboriv zrioiu osobystistiu [Features of rejection of life alternatives and implementation of life choices by a mature person]. *Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni T. H. Shevchenka – Bulletin of Taras Shevchenko National Pedagogical University*. Chernihiv: ChDPU. 82. Vol. 2. 45–48 [in Ukrainian].
5. Mykhailova, O. I. (2009). Psykhohohichna spetsyfika ta osoblyvosti usvidomlennia zrioiu osobystistiu vidkhylenykh zhyttievkykh alternatyv [Psychological specifics and features of awareness of a mature personality of rejected life alternatives]. *Zbirnyk naukovykh prats Instytutu psikhohohii im. H. S. Kostyuka APN Ukrainy – Collection of scientific works of the Institute of Psychology. GS Kostyuk, Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine*. Kyiv. Vol. 11. 4. 234–244 [in Ukrainian].
6. Tytarenko, T. M. (Eds.). (2005). *Osobystisnyi vybir: psykhohohiia vidchayu ta nadii* [Personal choice: the psychology of despair and hope]. Kyiv: Milenium [in Ukrainian].

7. Chepeleva, N. V. (1999). Narratyv kak sredstvo ynterpretatsyy lychnoho opyta [Narrative as a mean of interpreting personal experience] *Psykhohihiia na peretyni tysiacholit – Psychology at the turn of the millennium*. Kyiv: Hnozys. Vol. III. 484–491 [in Ukrainian].

8. Chepelieva, N. V. (2008). *Sotsialno-psykhologichni chynnyky rozuminnia ta interpretatsii osobystoho dosvidu* [Socio-psychological factors of understanding and interpretation of personal experience]. Kyiv: Pedahohichna dumka [in Ukrainian].

9. Chepelieva, N. V. (Eds.) (2007). *Naratyvni psykhotekhnolohii* [Narrative psychotechnologies]. Kyiv: Hlavnyk [in Ukrainian].

Mikhailova O.

Associate Professor of General and Practical Psychology, Nizhyn Gogol State University

**EVENT AS A STRUCTURAL UNIT OF RECOGNITION
OF A REJECTED LIFE ALTERNATIVE**

The article defines an event as a unit of recognition of rejected life alternatives. Criteria have been established that reflect the individual's awareness of a certain range of events.

The life alternative is considered as one that acts as a phenomenon of personal development and is defined in the context of the formation of personal maturity and subjectivity. It has been suggested that the life alternative may have a structure that is represented by events and series of events and recognition. The event, being conscious, becomes identical with the life alternative, and if it deviates, it implies the rejection of the individual of one or another significant event. The obligatory condition for the realization or rejection (which involves the implementation of certain life choices) of a life alternative and its realization in a particular event, forms a choice. Since choice is also an event that is materialized and presented in time, it must be conscious.

The article establishes the significance of the text as such, which makes it possible to define not only the event as a whole, but also the internal event as an episode, which is defined by the person and is brought into narrative form.

Cognitive reflection and the formed metaphorization of the rejected life alternative are considered as indicators of the attitude to it. The main method of analysis is interpretation.

The significance and role of emotions in the perception of events are considered. The content of the subjective narrative as a metaphorical representation of a rejected life alternative is analyzed.

Key words: life alternative, rejected life alternative, event, life situation, actual and potential experience, cognitive reflection, metaphorical experience, statement of life tasks, human life plans, subjective narrative.