

Кресан О.Д. Аналіз життєвих подій та їх психологічна характеристика // *Актуальні проблеми психології: Психологія особистості. Психологічна допомога особистості* / За ред. С.Д.Максименка, М.В.Папучі. Київ, 2013. Том. 11. Вип. 8., част. 1. с.540-545.

УДК 159.923.2

Кресан О.Д.

Аналіз життєвих подій та їх психологічна характеристика

Стаття присвячена дослідженню проблеми життєвих подій, їх видів та характерних ознак. Виділено характерні особливості подій, які можуть бути використані в процесі надання психологічної допомоги особистості.

Ключові слова: подія, життєва подія, усвідомлення, переживання.

Статья посвящена изучению проблемы жизненных событий, их видов и отличительных признаков. Определены характерные особенности событий, которые могут быть использованы в процессе оказания психологической помощи личности.

Ключевые слова: событие, жизненное событие, осознание, переживание.

The article is devoted to the investigating of the problem of life it similar and distinctive features. The characteristic features of events which can be used in the process of psychological help of personality are described.

Key words: event, life event, realization, experience.

Постановка проблеми. Людина існує у світі подій. Щодня в середовищі виникають ті чи інші явища, які ми називаємо подіями. В житейському розумінні подія – це те, що відбулося чи відбувається у певний момент часу, історичний факт або факт із життя певної людини. Як предмет наукових досліджень події вивчаються в межах філософії, психології, у літературі, в історії, журналістиці тощо. Розуміння і підходи до вивчення залежать від галузі, в якій це явище вивчається.

Для наукового психологічного дослідження подій актуальною і цікавою, на наш погляд, є проблема впливу подій на особистість, внутрішні та зовнішні зміни в особистості у зв'язку з подіями, їх переживання.

Оскільки поняття події не є суто науковим терміном, як і багато інших у психології, а використовується також у повсякденному житті, то при вивченні подій важливо розмежувати подію як житейське явище та наукове поняття. У психології для цього використовуються різні способи аналізу та класифікації подій, вивчаються їх психологічні аспекти, взаємозв'язок з поведінкою людини, її внутрішнім світом, взаєностосунками тощо.

Теоретико-методологічний аналіз проблеми. Дослідження подієвого шару життєдіяльності людини пов'язано з їх психологічним та науковим аналізом, з виділенням різних видів подій та намаганнями їх класифікувати.

У психологічній науці виділяють такі види подій, як біографічні події, події середовища, події поведінки, події внутрішнього життя, події-враження (Н.А.Логінова), біографічні події (Б.Г.Ананьєв), життєві (кризові) ситуації (Л.І.Анциферова, Л.Ф.Бурлачук, Є.Ю.Коржова). Серед різновидів подій виділяють також *життєві події* (Ш. Бюлер, С.Л.Рубінштейн, І.С.Кон, Т.Б.Карцева, та ін.) [9], [2] та ін. як найбільш загальну категорію по відношенню до простору особистісного існування. Ш. Бюлер визначала життєву подію як одиничну зміну, що відбувається в обставинах життя людини [Цит.за: 3, с. 49]. Також автором була запропонована найперша типологія життєвих подій. Відповідно до двох рядів життєвого шляху особистості – ряду зовнішнього та ряду внутрішнього життя – події поділялися на *об'єктивні* й *суб'єктивні*. Перші – це зміни в зовнішньому середовищі, другі – зміни у внутрішньому світі особистості.

В.В.Нуркова виділяє такі види подій: відповідно до тривалості та часових меж події – подію-випадок (момент життя) і подію-етап життя. Проте частіше під подією розуміється другий її вид. За характером перцептивно-емоційного забарвлення подій виокремлює яскраві, важливі, переломні та характерні події [6, с. 111].

Яскраві події характеризуються виникненням у свідомості цілісної сюжетно-динамічної ситуації. Кадр з минулого життя в усій його повноті та реальності «постає перед очима» [6, с.114]. *Важливі* події існують у свідомості як осмислені наслідки та результати певних подій. Це «погляд на минуле з сьогоднішнього дня». Вони включаються не в ситуативний (як яскраві події), а в смисловий контекст історії життя [6, с.119]. *Переломні* події – це особливий тип подій, що відрізняється критичною важливістю та «поворотністю» (в розумінні С.Л.Рубінштейна), коли в наслідок цих подій людина змінюється і змінює своє життя. У цьому випадку також постійний спогад чи переживання події є джерелом само зміни особистості. Змінюватися можуть самооцінка, Я-концепція, уявлення про свої якості тощо. У працях С.Л.Рубінштейна, Т.Б.Карцевої, Є.Ю.Коржової, та ін. даний вид подій визначається як *життєві події*. Нарешті *характерні* події за В.В.Нурковою, відображають «суть особистості», вони виступають у якості метафоричного представлення образу Я людини. У результаті переживання таких подій формуються або стверджуються найбільш характерні її сутнісні властивості [6, с. 126-128].

Американські клінічні психологи У.Бауманн, М. Перре подають класифікацію життєвих подій (Life Events) за кількома параметрами [4].

- За кількістю учасників: індивідуальні та колективні;
- За очікуваністю: нормативні та випадкові;
- За наявністю/відсутністю досвіду в даній події: нові та повторювані;
- За ступенем контролю особистості за подіями: контрольовані та неконтрольовані;
- За суб'єктивною оцінкою: позитивні чи негативні (бажані та небажані) [Там же].

Зокрема пояснюється, що життєві події називаються *нормативними*, якщо їх можна передбачити: вони мають біологічну або культурну природу (наприклад, пубертатний вік, вступ до школи) і майже завжди наступають у

всіх членів певного культурного співтовариства. Відповідно *ненормативні* життєві події відрізняються раптовістю й непередбачуваністю, наприклад, несподівана смерть когось із близьких. Також життєві події можуть виявитися як позитивними (тобто, бажані, соціально пов'язані із позитивним для людини значенням, - шлюб, народження дитини і т.д.), так і негативними (небажані, що супроводжуються переважно негативними емоціями – сумом, страхом, відчаєм тощо) [4].

Ще один вид подій, що описується в науковій літературі – це *психологічні події* [7]. Феномен психологічної події, тобто своєрідного переживання значущості тієї чи іншої ситуації, випадку, полягає в тому, що це переживання того, що відбувається, спричиняє змістовні зміни в структурі особистості та ускладнює її емоційний, мислений і ціннісний аспекти. Іншими словами, психологічна подія є значущим у ціннісно-смісловому сенсі переживанням, спричиненим зовнішніми або внутрішніми чинниками... Психологічна подія являє собою немов би відображення реальної дійсності, ніби концентроване переживання, вплетене у смислову, афективну (емоційну) та когнітивну (пізнавальну) сфери особистості. Така подія є власне *переживанням*, що має велике значення для людини і веде до змін у розумінні та поясненні навколишнього світу, себе в цьому світі [7, с.220].

На нашу думку, вказані різновиди подій, можна узагальнити категорією **життєві події**, оскільки цей термін відображає той простір повсякденного існування, в якому визначається життя людини. Важливо зазначити, що переживання є тим суб'єктивним аспектом події будь-якого різновиду, що робить ситуацію подією для особистості з психологічної точки зору. Оскільки самі по собі факти, «об'єктивні події» переломлюються через внутрішній світ особистості, існують у її свідомості, спогадах, розповідях, автобіографічній пам'яті (В.В.Нуркова) і в такому випадку вже є суб'єктивними. Основними властивостями, особливостями подій як суб'єктивних утворень є на думку В.В.Руднева наступні [10].

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.

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 цілісність, завершеність та визначеність [Цит. за: 5, с.13].

В.М.Розін виділяє наступні характеристики подій: цілісність та суб'єктивність. Зокрема, він пише: «Якщо отримати певну суму уявлень про подію, то можна відзначити наступні характеристики. Подія певним чином пов'язана з суб'єктом, (курсив автора) подія є значущою для суб'єкта, вона, подібно до ситуації, є цілісною і приписується дійсності» [8, с.32].

Цілісність подій виявляється в тому, що відображення з різних сторін чи аспектів однієї і тієї ж події все одно відбиває її сутність і виражає її основний зміст. З першою особливістю події пов'язана друга. Суб'єктивність події виявляється в різниці її інтерпретацій різними учасниками та очевидцями. Наприклад, різні історики при реконструкції однієї і тієї ж події в результаті подають інші, суб'єктивно забарвлені точки зору на дану подію, які часто зовсім не збігаються. Суб'єктивність подій виявляється також у тому, на думку автора, що події пов'язані зі змістом свідомості суб'єкта, але не лише одного автора, який створює, вивчає подію чи учасника подій, якого досліджують. Оскільки подія є співбуття (М. Гайдеггер, М.Бахтін та ін.), то можна говорити про спільну участь в акті її творення різних сторін та суб'єктів. В.М.Розін вважає, що подія створюється на перехресті одразу трьох типів відносин: суб'єкта, який пізнає (тобто пізнавального відношення), зустрічної активності суб'єкта, що пізнається (який також створює інтерпретації) та внутрішньої роботи останнього, яка спрямована як

на розуміння світу, так і на власне існування [8, с.36]. Отже, ми бачимо, що події можуть розглядатися, як більше суб'єктивні явища особистого досвіду (Дж.Брунер, В.М.Розін, Н.В.Чепелєва, В.Е.Чудновський та ін.). А також в основному як об'єктивні життєві явища (Перре М., Лайрейтер А.-Р., Бауманн У., Girgus & Seligman та ін.).

В зарубіжній клінічній психології, як уже зазначалося, життєві події розглядаються саме як об'єктивні явища життя людини, що пов'язані з виникненням стресів та кризових ситуацій. На нашу думку, такий погляд є також слушним, оскільки об'єктивний аспект подій поруч із суб'єктивним теж має неабияке значення, у випадку життєвої події об'єктивні зміни зазвичай обов'язково присутні і значним чином впливають на суб'єктивний світ та досвід особистості (С.Л.Рубінштейн, Т.Холмс, Р.Раге, та ін.). Серед об'єктивних змістовних характеристик подій автори виділяють: [4]:

- Тривалість події;
- Вид (наприклад, втрата, загроза, виклик тощо);
- Тяжкість події;
- Ступінь зміни, що несе з собою подія;
- Інтенсивність.

Ці ж автори вважають, що життєві події – Life Events – або критичні, ті, що змінюють життя, - це такі події в житті людини, які відповідають щонайменше наступним трьом критеріям (Filipp). 1) Їх можна датувати й локалізувати в часі й просторі.

2) Вони вимагають якісної структурної реорганізації в структурі індивідуальної навколишній світ, і цим відрізняються від тимчасової, плінної адаптації.

3) Вони супроводжуються стійкими афективними реакціями, а не тільки короточасними емоціями, як це регулярно трапляється в повсякденному житті. Відповідно потрібно більш тривалий час для адаптації й більш високі витрати на адаптацію, ніж це необхідно при дії повсякденних стресорів, тому такі події автори називають макростресорами (Katschnig, Filipp, Plancherel) [Цит.за: Бауманн, Перре].

О.О.Бодальов, досліджуючи події, виділяє різноманітні їх особливості та характеристики. Ми узагальнили всі особливості події за Бодальовим наступним чином:

1. Суб'єктивність – об'єктивність події.
2. Залежність – незалежність від суб'єкта.
3. Позитивний – негативний вплив на особистість та її розвиток (викликають прогрес чи регрес у розвитку особистості).
4. Мають часову приналежність (стосуються минулого, теперішнього чи майбутнього).
5. Наявність смислу події (пов'язані зі смислом).
6. Пов'язані з задоволенням певних потреб, значущих для людини [1, с.67-69]. На думку вченого, останнє є одним із критеріїв та важливих характеристик події. Тобто подією стає лише той випадок, що пов'язаний із задоволенням тих чи інших потреб, значущих для людини. Наприклад, для людини з домінуючими матеріальними потребами, подією буде ситуація, що пов'язана з задоволенням даного виду потреб (виграш, матеріальна винагорода, покупка тощо). Перетворення ситуації на подію за О.О.Бодальовим, залежить від особистісних, професійних, вікових та індивідуальних особливостей людини. Наприклад, прихід до школи буде подією для першокласника, але не буде подією для підлітка тощо. Таким чином, особистісні властивості, смисли, характеристики внутрішнього світу відображаються на тому, які ситуації стають для людини подіями, отримують статус події, і навпаки, перетворення ситуації на подію впливає на внутрішній світ людини, на її емоційно-потребову сферу.

Отже, узагальнюючи ознаки, особливості та характеристики подій у психології, можемо виділити найбільш важливі, на наш погляд, які виділяються більшістю вчених і відображають сутнісні ознаки явища події.

1. Об'єктивні показники події (час, місце, кількість учасників, тривалість, повторюваність тощо).

2. Зміни в житті особистості, які несе з собою подія (Б.Г.Ананьєв, С.Л.Рубінштейн, Н.А.Логінова, Т.Б.Карцева, В.П.Руднєв та ін).
3. Суб'єктивність події (взаємозв'язок із суб'єктом) (О.О.Бодальов, В.М.Розін, Е.Е.Сапогова та ін.).
4. Емоційне забарвлення та емоційність події (взаємозв'язок з емоційною сферою, з емоціями та почуттями людини) (Л.І.Анциферова, С.Л.Рубінштейн, Т.Холмс, Р.Раге та ін).
5. Взаємозв'язок зі смыслом (смысловое навантаження події) (О.О.Бодальов, Б.Д.Ельконін, М.М.Епштейн, Ж.Делез тощо).

Висновки. Проаналізовані види, характеристики та ознаки події дають можливість стверджувати, що подія є цікавим для наукового дослідження поняттям, що має важливе значення для внутрішнього світу та життєдіяльності особистості. У подіях особистість виявляє саму себе, свої психологічні особливості, оскільки подію становить не будь-який факт, а лише суб'єктивно „відібраний”, „означений” особистістю як подія. Існує незаперечний об'єктивний аспект події, відзначений багатьма дослідниками, який необхідно враховувати у роботі з особистістю, в процесі взаємодії з нею та при наданні їй психологічної допомоги. Але більш важливими з психологічної точки зору є суб'єктивні складові події, її емоційне забарвлення, смысловое навантаження, ставлення особистості до даної події та вираження людиною всіх цих особливостей для самої себе та інших. Дане вираження, а разом з тим і формування, створення подій у внутрішньому світі відбувається у взаємодії особистості з самою собою (внутрішній діалог), або у процесі спілкування з іншими людьми, у створенні тесту про подію. Вивчення формування, оформлення того, що сталося, у подію, усвідомлення особистістю подій та їх впливу на різні сфери життя, є цікавим для нас завданням для подальших теоретичних та емпіричних досліджень.

Література

1. Бодалев А.А. О событиях в жизни человека и человеке как событии / А.А.Бодалев // Мир психологии. – 2000. - № 4 (24). – С. 66-71.
2. Дикая Л.Г. Отношения человека к неблагоприятным жизненным событиям и факторы его формирования /Л.Г.Дикая, А.В.Махнач // Психология социальных ситуаций /Сост. и общая редакция Н.В.Гришной. – СПб.: Питер, 2001. – 416с.: ил. – (Серия «Хрестоматия по психологии»).
3. Карпинский К. В. Психология жизненного пути личности. [Учеб. пособие] / К.В.Карпинский. – Гродно: ГрГУ, 2002. – 167 с.
4. Клиническая психология / Под ред. М. Перре, У. Бауманна: [Пер. с англ. А. Желнин, Е. Михалевич, Н. Римицан, И. Стефанович, Н.Тарабрина]. – СПб.: Питер, 2006. – 1312 с. – (Серия: Мастера психологии).
5. 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»).
6. Нуркова В.В. Свершенное продолжается: психология автобиографической памяти личности / В.В.Нуркова. – М.: Узд-во УРАО, 2000. – 320 с.
7. Проблеми психологічної герменевтики: [Монографія] / За ред. Н.В.Чепелевої. – К.: Міленіум, 2004. – 276 с.
8. Розин В.М. Что такое событие? (Анализ условий событийного дискурса) / В.М.Розин // Мир психологии. – 2000. - № 4 (24). – С. 31-38.
9. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер-Юг, 2009. – 713 с. – (Серия «Мастера психологии»).
10. Руднев В. П. Прочь от реальности: Исследования по философии текста / В.П. Руднев. – М.: «Аграф», 2000. – 432 с.