

Исследование рефлексии жизненного пути на материале создания автобиографического нарратива

М.В. Клементьева

кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии Тульского государственного университета

В статье рассмотрено понятие рефлексии жизненного пути. Исследование проблемы развития рефлексии в контексте культурно-исторической парадигмы реализуется через изучение возможностей использования знаковых систем на примере автобиографического нарратива. Эмпирическое исследование рефлексии жизненного пути проведено с помощью авторской методики «История моей жизни». Подробно описаны использованная методика и способ обработки полученных данных. В экспериментальном исследовании участвовали 60 человек в возрасте 20–35 лет. Основным результатом работы являются эвристические возможности авторской методики в изучении механизмов использования субъектом знаково-символических структур (нарративов) в рефлексии. Применение новой психодиагностической методики предполагает оценку показателей нормативности и значимости событий, на основании которых описываются типы рефлексии жизненного пути.

Ключевые слова: рефлексия, жизненный путь, автобиографический нарратив, событие, контент-анализ.

Современный научно-теоретический и практический интерес к внутреннему миру человека ориентирован на поиск концептуального и операционального психологического содержания элементов, детерминирующих саморазвитие человека. Одним из таких понятий, получивших трактовку в категориальном строе психологической науки, является понятие рефлексии.

Традиция психологического исследования рефлексии как предмета изучения определяет методологический принцип ее дефиниций — не существует рефлексии вообще, рефлексия — это всегда «рефлексия над ...», в том смысле, что она не субстанциональна, а интенциональна. Эта особенность рефлексии отражает отсутствие в психологии целостного подхода к пониманию сущности рефлексии и обуславливает избыток противоречивых разноплановых концепций, созданных на основе различных теоретических подходов и методов изучения.

Принимая во внимание сложность и многомерность природы рефлексии, трудность выработки общих эталонов и стратегий развития для всех его проявлений на современном этапе, мы вслед за Д.А. Леонтьевым [13], А.С. Шаровым [19, с. 112–132] и другими исследователями лишь условно можем противопоставить две линии научно-теоретической концептуализации рефлексии.

Согласно первой, понимание рефлексии осуществляется с позиций «интеллектуализма», обходя «жизненную» сферу человека. Эта линия формирует представление о рефлексии как о «мышлении о мышлении» [1; 6; 36 и др.], или самостоятельном интеллектуальном процессе, отличном от мышления (в системомыследеятельностном подходе Г.П. Щед-

ровицкого [19, с. 13–26], в рефлексивно-субъектном подходе В.А. Лефевра [19, с. 177–280]).

Согласно второй линии — «онтологической» — рефлексия погружается в «жизненную» сферу человека и рассматривается как осознанное отношение личности [21; 28; 34 и др.], функция сознания, проявляющаяся в поисках смысла жизни [7], психотехника саморазвития личности [3; 16], способ осознания индивидом себя как субъекта [17; 26], процесс генерации смыслов из «нерефлексивного» [20], базовый механизм самоорганизации психической активности [19, с. 112–132], механизм самоуправления развития субъекта [15], способность произвольного обращения человеком сознания на самого себя как составляющая личностного потенциала [13], компонент самопонимания, проявляющийся как «осмысленный результат наблюдения и объяснения человеком своих мыслей и чувств, мотивов поведения; умение обнаруживать смысл поступков» [8, с. 27], процесс самопроектирования и самоосуществления, связанный «с экзистенциальным обращением к предельным смыслам действительного бытия и жизнедеятельности конкретного человека» [29, с. 488] и пр. Таким образом, «онтологическая» сущность рефлексии видится в механизмах прогрессивного саморазвития личности, составляющего основу сознательной активности личности своего «Я» и своей жизни.

Вместе с тем в ряде эмпирических исследований рефлексии фиксируется ее связь с патологическими симптомами [13; 30; 39; 40 и др.], признается контрпродуктивность высокого уровня развития рефлексивности [9]. Наличие «амбивалентного эффекта» рефлексии исследователи связывают с функционированием порога «оптимума» рефлексии [9], некор-

ректным использованием принципиально не сводимых друг к другу форм рефлексии [11; 13; 20 и др.] или рефлексивных процессов, конкретизацией рефлексии в одном из ее проявлений, например, «самодистанцирования» [30], «самомониторинга» [13], «mindfulness» [39] и пр.

Данные факты демонстрируют специфику «онтологической» линии в исследованиях рефлексии, сопряженную со сложностями экстраполяции «интеллектуально» ориентированной традиции трактовки рефлексии на интерпретацию рефлексивных механизмов экзистенциально-личностного развития человека. Однако «рефлексия над» явлениями и фактами «жизненной» сферы человека составляет «подлинную сущность рефлексии» [19, с. 113], понимание которой невозможно без учета ее онтологии. Как справедливо замечает С.Ю. Степанов, в трактовке рефлексии с «акцентом на социально-нормативной опосредствованности мышления при абстрагировании от его личностно-смысловой обусловленности <...> исчезает концептуальный потенциал ее использования как объяснительного принципа и как предмета изучения» [29, с. 487]. В этом смысле перспективными представляются попытки выявить экзистенциально-личностные аспекты рефлексии в современных исследованиях [8; 13; 20; 26; 28; 29 и др.].

Одной из форм проявления рефлексии, погруженной в «жизненную» сферу человека, мы рассматриваем рефлексии жизненного пути. В современной психологии жизненный путь обозначает способ осуществления личностью своей жизни, связанный с выделением в ней уникального, противостоящего универсальному, соотносением с «Я» личности, как представляющим и занятием в этом отношении в позиции рефлексии субъекта [2; 18; 21; 27; 28 и др.]. Наиболее значимым в этом контексте представляется акцент на рефлексивную природу жизненного пути, поскольку здесь человек «выключается» из непосредственного потока жизни, занимая мысленную позицию субъекта вне ее для построения суждений о ней как о процессе развития.

Конечно, рефлексия не является единственно возможной чертой, без которой осуществление жизни не могло бы состояться; существуют и арефлексивные практики удостоверения собственной жизни, ориентирующие человека на иные модусы бытия. Определение рефлексии как имманентной характеристики «жизненного пути» является отличительной чертой современной научной позиции в отношении индивидуальной человеческой жизни, связанной с формированием нового научного подхода к изучению человека в развитии, подчеркиванием ведущей роли личности как субъекта собственного развития.

Необходимость научно-теоретической и экспериментально-практической проработки «рефлексии жизненного пути», с одной стороны, и отсутствие целостной концепции, обосновывающей сущность рефлексии, погруженной в «жизненную» сферу человека, с другой стороны, делает актуальной постанов-

ку проблемы рефлексии жизненного пути как ресурса развития.

Теоретические предпосылки исследования рефлексии жизненного пути могут быть представлены совокупностью следующих положений.

Во-первых, исследование рефлексии жизненного пути опирается на традицию понимания в психологии *подлинно человеческой жизни как рефлексивного отношения субъекта к себе и собственному бытию*, заданного работами С.Л. Рубинштейна, Л.С. Выготского, В.П. Зинченко и их последователями. Согласно этому положению следует дифференцировать «чистые» факты непосредственного жизненного опыта индивида, существующие сами по себе, пребывающие вне субъективных оценок и суждений, от фактов рефлексии, пронизывающих наличное бытие — идеи, мысли, настроения и т. п., и делающих первые осознанной реальностью. Особо подчеркивается социально детерминированная специфика рефлексии как отличительного свойства собственно человеческой, культурно-обусловленной психики.

Во-вторых, в реализации *способности личности занять позицию субъекта* по отношению к себе и своей жизни ведущая роль отводится рефлексии [5; 7; 8; 17; 18; 21; 26 и др.]. Благодаря рефлексии человек может сделать свою жизнь «предметом специального рассмотрения (анализа и оценки) и практического преобразования (изменения и развития)» [26, с. 161], поскольку рефлексия связывается с «самоисследованием», результатом чего становится переосмысление человеком самого себя и своих отношений [8; 15; 20; 19; 29 и др.]. Занимая позицию рефлексии субъекта, человек обращается к основаниям собственных действий [6], поступков [7], знаний [8], поднимается до уровня субъекта, автора своей жизни, приобретает свободу выбора [16; 21; 26 и др.]. Одним из условий реализации данного механизма рефлексии является специфическое рефлексивное, *двойственное «со-бытие»*, схватывающее в акте рефлексии одновременно и взгляд на себя как на объект рефлексии, и себя как субъекта этого акта [13].

В-третьих, *рефлексия осмысливается как динамический момент, как процесс «рефлексирования»*, синхронизирования психических активностей, в результате которого происходит регуляция поведения [19, с. 117], процесс конструктивного преодоления стереотипов деятельности, поведения, отношения [3; 29], «активный субъектный процесс порождения смыслов» [20, с. 84], процесс самопознания субъектом внутренних психических актов и состояний [17]. Наиболее актуальным этот процесс признается в ситуациях *жизненных противоречий*, где рефлексия выполняет регулятивную функцию, обеспечивает мобилизацию личностных ресурсов, способствует продуктивному изменению нецелесообразного поведения, деятельности, отношения. Такая теоретико-методологическая установка делает категорию рефлексии одной из центральных в современных психологических исследованиях развития, понимаемого как противоречивый процесс, сопряженный с преодолением чело-

веком противоречий, барьеров в развитии. Проявляясь в тех средах, которые отличает наличие проблемно-конфликтной ситуации, рефлексия выступает фактором и условием генезиса новообразований личности [3; 6; 8; 15; 16; 18; 20; 29 и др.], развития жизненного пути личности [18; 27; 28 и др.], порождения новых информационно-когнитивных моделей мира из существующих в «субъектном тезаурусе» человека [15], принятия личностью своих возможностей, ограничений, тревог ответственности и свободы [2; 18; 21], порождения смыслов [20; 29 и др.], генерации субъектности [26] и пр. На эту роль рефлексии указывал еще Л.С. Выготский, отмечая, что «новые типы связей и соотношение функций предполагают в качестве своей основы рефлексию, отражение собственных процессов в сознании» [5, с. 239]. Особо подчеркивается роль рефлексии в обеспечении целостности развития личности посредством направленного прокладывания личностью центральной «жизненной дороги» (Л.С. Выготский [4; 5]), самоопределения личности в мире, саморегуляции [12; 13; 15; 19, с. 112–132 и др.], «расширения» сознания [30].

В-четвертых, развитие рефлексии видится через *функциональный механизм структурно-уровневого движения, определяющего саморазвитие системы*, где сама рефлексия выступает как компонент того целого, которое рефлексивируется [1; 5; 6; 7; 9; 11; 17; 26; 29 и др.]. Противопоставляя низкие и высокие уровни рефлексивного отображения, исследователи преимущественно высшие уровни связывают с личностным уровнем самоопределения [29], духовным уровнем развития человеческой субъектности [26], с возможностью достижения самоотношения и самопринятия [13] и пр., а низкие понимают как механизмы, регулирующие «отдельные исполнительские действия, выполняемые по готовой стандартной программе» [12, с. 27], отвечающие за прерывание автоматизированной активности и моделирование своих переживаний [19, с. 7–12], сопоставление ситуации с промежуточными результатами действия [7] и пр. Характерным также является акцент на внутреннюю дифференцированность рефлексии, ее феноменологическую неоднородность, воплощенную в разнообразии «моделей смотрения на себя» [15], форм рефлексивного отношения [13], уровней разворачивания рефлексии [26 и др.] и др.

Перечисленные положения формируют контекст исследования *рефлексии жизненного пути*, в рамках которого рефлексия жизненного пути рассматривается нами как процесс *исследования и преобразования жизненного пути на основе открытия новых знаний и способов его осуществления*. Ее функционирование мы можем представить в модели, образованной системой сменяющих друг друга модусов — «слов» *рефлексии*, различающихся по объекту рефлексии, где последующий слой «рефлексивного модуса» в качестве объекта рефлексии включает продукт рефлексии предыдущего.

Условно мы можем выделить два слоя — поверхностный и глубинный, движение и смена которых оп-

ределяют функционирование и развитие рефлексии. *Поверхностный слой* образует рефлексия непосредственного жизненного опыта, результатом которой является жизненный путь личности, а *глубинный слой* — рефлексия жизненного пути, его когнитивных и ценностно-смысловых оснований, которые имплицитно содержит рефлексия жизненного опыта, но открытие которых не требуется для его рефлексии. В глубинном слое рефлексия не останавливается после осознания жизненного пути как целого. Здесь происходит выход за пределы известного жизненного пути, отказ от жизненных ценностей и смыслов, которые воплощает сформированный в рефлексии жизненный путь. Это движение позволяет субъекту по-новому увидеть свой жизненный путь и себя как рефлексивирующего субъекта. Переход в глубинный слой проявляется только как результат активности человека. Этот переход осуществляется после того, как рефлексия непосредственного опыта (поверхностный слой) признается субъектом как недостаточная.

Изучение проблемы развития рефлексии в контексте культурно-исторической парадигмы Л.С. Выготского [4; 5] реализуется нами через изучение возможностей использования знаковых систем (на примере автобиографического нарратива) как психологического орудия в развитии рефлексии жизненного пути.

Психологическая операционализация положения о принципиальной дифференциации непосредственной жизни и ее рефлексии в рамках культурно-исторической концепции находит отражение в тезисе, согласно которому разведение представления о действительности и собственно действительности сопряжено с *рефлексией средств сознания* [4; 7]. Описание рефлексии в контексте культурно-исторической психологии раскрывает ее как «психотехнику» — психологическое средство [16], включенное в процесс саморазвития личности. Подчеркивая опосредованность рефлексии сложными, многомерными знаками, авторы отмечают возможность ее трансляции в культуре.

Поиск подобных знаковых образований, опосредующих рефлексии жизненного пути, целесообразно начать с исходных, преобладающих до настоящего времени в культуре структур удостоверения себя. Вслед за Е.Е. Сапоговой [23; 24] и другими исследователями [22; 30; 32; 37 и др.] в качестве *знаковой структуры, операционализующей рефлексии жизненного пути в сознании действующего субъекта, мы рассматриваем автобиографический нарратив*. Экстраполируя на автобиографический нарратив идею Л.С. Выготского об «инструментальности» психической жизни человека [4], мы рассматриваем его как интериоризованную структуру, используемую субъектом в рефлексии жизненного пути.

Мы полагаем, что автобиографический нарратив содержит в себе структуры, выступающие средствами рефлексии жизненного пути. В качестве таких структур мы исследуем набор *формально-синтаксических характеристик*, к которым относятся сюжет,

фабула, мотив, герой, жанр и др., в которых зафиксированы некие обобщенные значения особенностей отношения человека к собственной жизни [22; 23; 24; 31; 32; 36 и др.], позволяющие представить любой автобиографический нарратив как систему структурных компонентов. Данный подход основан на понимании автобиографического текста как психологического операционального наполнения процессов самосознания, рефлексии, смыслообразования в нарративной и дискурсивной психологии [22; 30; 32; 37], в культурно-исторической психологии [23; 24], культурной психологии личности [28].

Автобиографический нарратив нам представляется адекватной формой репрезентации явлений рефлексии жизненного пути еще и потому, что позволяет совместить преимущества психобиографического метода, помещая в фокус психологического анализа план сознания человека, и нарративного подхода, в соответствии с которым сознание субъекта может быть представлено сквозь призму возникновения и сохранения нарративов. Интеграция концептуальных подходов культурно-исторической и нарративной психологии в качестве методологического обоснования исследования рефлексии жизненного пути на материале создания автобиографических текстов позволяет формализовать психобиографический метод, традиционно используемый в психологических исследованиях жизненного пути.

Анализ рефлексии жизненного пути на материале автобиографического нарратива позволит, во-первых, объяснить проявления рефлексии жизненного пути в структурно-динамических аспектах; во-вторых, раскрыть средства разворачивания способов фиксации и интерпретации фактов исследуемого явления, а также верификации получаемых результатов; и, в-третьих, определить границы применения инструментальных разработок.

В связи с тем что создаваемые и интерпретируемые автобиографические нарративы воплощают знаково-символическую и рефлексивную активность субъекта, возникает необходимость выявления общих закономерностей построения автобиографического нарратива и их представление в качестве *модели рефлексии жизненного пути*.

Рассматривая автобиографический нарратив как интериоризованную структуру, используемую субъектом в рефлексии жизненного пути, адекватными мы считаем структурно-семиотический подход к анализу текстов [14; 35 и др.] и метод нарративного анализа [31; 32; 36], связанные с попытками вычленивать и описать объяснимые формально-синтаксические структуры и различимые фиксированные смыслы повествования. Здесь автобиографический нарратив выступает как гипотетическая, логически законченная структура определенной сложности, несущая смысловую нагрузку, посредством возможных комбинаций формально-синтаксических характеристик.

Традиционной единицей формализации рассматривается «событие текста» как конструктор для преоб-

разования недифференцированного континуума сырых данных опыта или воображения в вербальные структуры, которые используются для того, чтобы говорить об опыте в повествованиях и таким образом его осмысливать. Однако, как показывают эмпирические исследования [14; 24; 31; 32 и др.], не все «события текста» несут одинаковую смысловую нагрузку: выделяются «ядерные», ключевые в построении нарратива события и такие, включение которых в нарратив часто не является обязательным. «Ядерные» события — события, наиболее полно передающие смысл жизненного пути как целого, смыслообразующие события.

В соответствии с пониманием нарратива в структурно-семиотическом подходе [14; 35 и др.] чем более маловероятным является событие, тем больше объем информации (и смыслов) заложен в нем, а «чем в большее количество дешифрующих структур входит тот или иной конструктивный узел текста одновременно, тем индивидуальнее его значение» [14, с. 127]. Это дает нам возможность рассматривать в качестве критериев анализа количества и логики используемых элементов интегрированной структуры автобиографического нарратива следующие показатели.

1) *Показатель «нормативности»* — мера объема информации, содержащейся в данном событии, выраженной частотой включения инвариантных событий в один нарратив;

2) *показатель «значимости»* — мера объема информации, содержащейся в данном событии, выраженной частотой включения повторяющихся событий в разных «дешифрующих» контекстах одного нарратива.

Каждое событие в содержании автобиографического нарратива становится неравноценным — ему придается «вес», который является не только качественным, но и количественным показателем в структуре текста. Изменение показателя «нормативности» — движение от предельной «нормативности» до ее отсутствия: чем большее количество инвариантных событий использует субъект в построении автобиографического нарратива, тем выше показатель «нормативности». Выделение уровней «нормативности», отражающих количество событий в стереотипных сценариях автобиографии, позволяет оценить степени освоения «сценариев жизни», описывающих стереотипные модели развития.

Межуровневые переходы «нормативности» характеризуют динамику овладения инвариантной структурой автобиографического нарратива, процесс его интериоризации, а, следовательно, показатель «нормативности» может быть использован для оценки выраженности одного из слоев (поверхностного и глубинного) рефлексии жизненного пути.

Изменение показателя «значимости» связано с изменением степени стабильности структуры автобиографического нарратива, с повторением «ключевых» событий в ситуации использования известного количества дешифрующих нарративных

контекстов в интерпретации событийного материала. Чем в большее количество контекстов нарратива включается событие, чем чаще используется событие субъектом, тем выше показатель «значимости». Выделение уровней «значимости», отражающих доминирующие смыслы жизни, позволяет оценить степень устойчивости изменений «сценария жизни».

Межуровневые переходы «значимости» характеризуют динамику трансформаций структуры автобиографического нарратива, процесс его преобразования и, следовательно, показатель «значимости» может быть использован для оценки выраженности одного из слоев (поверхностного и глубинного) рефлексии жизненного пути.

Качественное своеобразие рефлексии поверхностного и глубинного слоев может быть обнаружено во взаимосвязи показателей нормативности и значимости автобиографического нарратива.

Как дополнительные критерии, позволяющие получить качественную оценку содержания рефлексии жизненного пути на материале автобиографического нарратива, могут быть привлечены параметры оценки: 1) *осмысленности* — меры текстовой объективации смыслов событий, выраженной количеством (частотой упоминания) личностных смыслов и значений, приписываемых событиям; 2) *нарративности* — меры расширения нарративных значений на события жизни, выраженной частотой использования формально-синтаксических характеристик (нарративных фигур: сюжет, герои и пр.) в изложении событий.

Разработка качественно новой единицы психологического анализа — рефлексии жизненного пути, требует проведения эмпирического исследования, для осуществления которого требуется новый методический инструментарий. Необходимость разработки авторской методики обусловлена, с одной стороны, существующей методологией исследования рефлексии, в соответствии с которой рефлексии можно исследовать только в конкретной ситуации [1; 3; 12; 13; 15; 17; 20; 26; 29 и др.], а с другой — отсутствием адекватных диагностических методик, поскольку как особая феноменологическая область рефлексия жизненного пути не являлась предметом специального исследования.

На основе сформулированных выше представлений нами была разработана методика диагностики рефлексии жизненного пути на материале создания автобиографического нарратива — «История моей жизни» [10].

Далее описывается исследование, целью которого была разработка параметров оценки рефлексии жизненного пути на материале создания автобиографического нарратива. Основными задачами исследования стали: 1) разработка метода исследования рефлексии жизненного пути на основе анализа созданных автобиографических нарративов; 2) построение аппарата для формализации критериев оценки нарративов; 3) анализ формализованных нарративов.

Методы и методики исследования: методика «История моей жизни» [10]. Обработка данных осуществлялась с помощью контент-анализа [33]. Статистическая обработка включала вычисление средних и корреляционный анализ в пакете статистических программ STATISTICA 6.0.

Метод

Испытуемые. В исследовании приняли участие 60 человек (мужчины и женщины) в возрасте 20–35 лет (социальные характеристики испытуемых не учитывались).

Методика «История моей жизни» и процедура ее проведения. Экспериментальная ситуация предполагала предъявление серии заданий, ориентирующих испытуемых на рассказ (нарратацию) событий жизни. Как задания использовались «матрицы жизни» — таблицы, заполнение которых предполагало создание испытуемыми различных контекстов изложения конкретных событий жизни.

В качестве таких контекстов мы использовали следующие. 1) Личностный — произвольное выделение событий с точки зрения субъективной значимости; 2) возрастной — выделение значимых событий в соответствии с возрастными этапами; 3) темпоральный — выделение значимых событий в контексте временной перспективы жизни; 4) профессиональный — выделение значимых событий в условиях профессионализации; 5) семейный — события, сопряженные с семейной жизнью; 6) идеальный — события идеальной жизни; 7) вымышленный — события придуманной жизни; 8) фатальный — события, определяющие судьбу человека; 9) традиционный — нормативные события, обязательно присутствующие в жизни каждого человека; 10) уникальный — события, подтверждающие неповторимость индивидуальной жизни самого испытуемого.

Каждый контекст изложения был задан формой таблицы, пример которой представлен ниже (рис.).

Таблица 1. Выделите наиболее значимые события, которые сделали Вас и Вашу жизнь именно тем, что есть			
Название события	Свой возраст на момент события	Ранг события по степени его значимости для жизни в целом (по 5-ти балльной шкале, где 5 — самое значимое)	Опишите событие, его смысл. Опишите все свои воспоминания, касающиеся КАЖДОГО из указанных Вами событий: сцены, образы, ощущения, переживания, запахи, звуки, вещи, действия, участники и т. п. Старайтесь быть как можно более конкретным, включайте все, что помните, даже то, что кажется Вам незначительным
1.			
.....			
Закончите формулу жизненного пути, объединяющую все перечисленные Вами события:			
Жизненный путь человека — это			

Рис. Фрагмент методики «История моей жизни»

Инструкция: «Ниже представлены таблицы-«матрицы» событий жизни. Ваша задача — заполнить таблицы, указав наиболее значимые события, соотносимые с одним из контекстов жизни (личностным, возрастным, временным, профессиональным, семейным, идеальным, вымышленным, фатальным, традиционным, уникальным). Для каждого события укажите: а) название события, б) свой возраст на момент свершения события, в) ранг события по степени его значимости для жизни в целом; г) комментарий конкретного эпизода жизни; д) идею, объединяющую события в формулу жизненного пути. Заполните таблицы в соответствии с их названием и указанием информации в соответствующих ячейках. Начните с первой таблицы. В таблицы 2–10 можно включать события, которые Вы отметили в табл. 1, а также добавлять новые события. События в таблицах могут повторяться».

Среднее время заполнения 10 таблиц — 1 час.

В процессе первичной обработки данных по методике контент-анализа нами были выделены в качестве K -переменных понятийные концепты, характеризующие «тему события», «смысл события» и «нарративные фигуры» (использование аллюзий, ссылок на литературные и фольклорные сюжеты, персонажей, мотивы и пр.).

Каждая K -переменная характеризуется набором конкретных языковых репрезентантов (ЯР), совокупность которых образует величину абсолютной частоты встречаемости. Абсолютная K -переменная определялась как совокупность абсолютных частот ее значений, т. е. ЯР. Поскольку в языковой структуре одно и то же понятие может выражаться различными способами, мы определили список значений, или ключевых слов, входящих в каждую K -переменную. Абсолютные величины K -переменных были преобразованы в условные. Необходимость вычисления условной величины K -переменных обусловлена значительной разницей в длине анализируемых текстов — «матриц событий жизни», так как анализируемые тексты неравнозначны по количеству описываемых событий и по объему описаний.

Условная частота для K -переменной — $pr(K)$ — вычислялась по формуле [33]:

$$pr(K) = f(K) : L(t),$$

где $f(K)$ — абсолютная частота K -переменной, а $L(t)$ — длина текста, измеряемая количеством слов.

Полученные частотные тестовые показатели K -переменных были преобразованы в шкальные с помощью алгебраической нормализации тестовой шкалы с использованием параметров средних значений и стандартного отклонения. Это позволило сформировать шкалы нормативности, значимости, осмысленности и нарративности.

Шкала нормативности. Оценка по данной шкале определялась по частоте упоминаний K -переменной «тема события» в однородной группе ис-

пытываемых. В результате первичной обработки абсолютной K -переменной «тема события» был сформирован обобщенный список «событий», ответы («события») из которого были распределены в три списка на основании частоты ответов в группе. Используя присвоенные «событиям» баллы, для каждого испытуемого вычислялся уровень нормативности.

Шкала значимости. Использовалось классическое определение меры вероятности случайных событий в теории вероятностей [25], согласно которому числовое выражение меры объективной возможности появления события равно отношению числа случаев упоминаний события к общему числу единственно возможных и равновероятных. Используя значения частотных тестовых показателей условной K -переменной «тема события», для каждого протокола был составлен список «событий», ответы («события») из которого были распределены в три списка на основании частоты ответов в протоколе (всех событий, упоминаемых в 10 «матрицах» одного протокола). На основании присвоенных «событиям» баллов для каждого испытуемого вычислялся уровень значимости.

Затем, принимая модель стандартизации Е.Р. Торrance [38], мы использовали критерии оценки для шкал нормативности и значимости: минимальная оценка — 0 баллов для событий с частотой 2 % и менее; максимальная оценка — 2 балла для ответов с частотой 5 % и более случаев; 1 баллом оценивались события, встречающиеся в диапазоне $2\% \leq n \leq 5\%$. Показатели осмысленности и нарративности не подвергались стандартизации.

Таким образом, анализ структуры автобиографического нарратива ориентирован на оценку уровней: 1) нормативности — степень выраженности инвариантной структуры автобиографического нарратива, определяемой по шкале нормативности; 2) значимости — степень устойчивости структуры автобиографического нарратива, определяемой по шкале значимости; 3) осмысленности — меры объективации смыслов событий, включенных в автобиографический нарратив, определяемой по условной величине K -переменной «смысл события»; 4) нарративности — меры расширения нарративных значений на события жизни, определяемой по условной величине K -переменной «нарративные фигуры».

Результаты

Предварительный анализ полученных данных показал, что все 60 испытуемых заполнили 10 «матриц», что в совокупности составило 600 таблиц. Каждая из таблиц-«матриц» содержала 5–7 (реже 2–3 или 9–12) событий.

Нами был выявлен средний балл и доверительный интервал для среднего, что позволило выделить уровни развития показателей (табл. 1).

Таблица 1
Уровневая типизация показателей оценки структуры и содержания автобиографического нарратива

Показатели		Уровень	Интервалы
Структура	Нормативность	Высокий	1,44 и выше
		Средний	От 0,8 до 1,44
		Низкий	0,8 и ниже
	Значимость	Высокий	1,1 и выше
		Средний	От 0,75 до 1,1
		Низкий	0,75 и ниже
Содержание	Осмысленность	Высокий	0,7 и выше
		Средний	От 0,3 до 0,7
		Низкий	0,3 и ниже
	Нарративность	Высокий	0,5 и выше
		Средний	От 0,2 до 0,5
		Низкий	0,2 и ниже

Средний балл по шкале нормативности составил 1,12 балла (доверительный интервал – 0,22), что указывает на выраженность инвариантной структуры в автобиографическом нарративе; по шкале значимости – 0,92 (доверительный интервал – 0,18), отражая устойчивость структуры автобиографического нарратива. Среднее значение осмысленности – 0,5 (доверительный интервал – 0,20), нарративности – 0,35 (доверительный интервал – 0,15), что характеризует нарративы как осмысленные, но незначительно нарративизированные. Как показал анализ, лишь в некоторых описаниях событий жизни и интерпретациях испытуемые использовали нарративные фигуры, что свидетельствует о вариативности нарративизации как одной из форм рефлексии жизненного опыта.

Корреляционный анализ показателей нормативности, значимости, осмысленности, нарративности с использованием рангового коэффициента корреляции Спирмена выявил некоторые значимые корреляции.

Таблица 2
Корреляции индексов нормативности, значимости, осмысленности и нарративности

Показатели	Показатели		
	Значимость	Нарративность	Осмысленность
Нормативность	0,18	0,20	0,17
Значимость		-0,23*	0,26*
Нарративность			0,28*

Примечание: * – данные являются статистически значимыми при $p < 0,05$

Данные табл. 2 демонстрируют значимую положительную связь между нарративностью и осмысленностью, что указывает на смыслопорождающий потенциал нарративных конструкций. Отрицательная корреляционная связь нарративности со значимостью свидетельствует о влиянии культурно-обусловленных интерпретационных структур на содержание рефлексии жизненного пути как значимого – повышение субъективной значимости только тех со-

бытий, изложение которых исключает (или минимально допускает) использование нарративных фигур. Положительная корреляционная связь между осмысленностью и значимостью характеризует значимые события как полисмысловые, насыщенные множеством смыслов и значений.

Интерпретируя выделенные факты, мы можем отметить, во-первых, устойчивость жизненного пути, обусловленную установлением нарративной связи, объединением смыслообразующих событий в актах рефлексии. Во-вторых, высокую вариативность интерпретации событий в рефлексии различных контекстов жизни, где лишь некоторые могут быть соотнесены с нарративными моделями.

Далее, для выявления качественного своеобразия рефлексии поверхностного и глубинного слоев все протоколы были разделены на четыре группы: первую группу составили испытуемые с показателем по шкале нормативности $> 0,8$ и показателем по шкале значимости $> 0,75$; вторую группу – испытуемые с низким показателем по шкале нормативности ($< 0,8$) и по шкале значимости $> 0,75$; третью группу – испытуемые с низкими показателями по шкалам нормативности ($< 0,8$) и значимости ($< 0,75$); четвертую группу – испытуемые с низким показателем по шкале значимости ($< 0,75$) и показателем по шкале нормативности $> 0,8$. В табл. 3 представлены средние значения для показателей нормативности и значимости в образованных группах.

Таблица 3
Средние значения значимости и нормативности

Показатели	Средние значения			
	Первая N = 26	Вторая N = 8	Третья N = 15	Четвертая N = 11
Нормативность	1,43	0,55	0,62	1,39
Значимость	1,2	1,15	0,53	0,61

Анализируя протоколы испытуемых, мы обнаружили следующие особенности.

Для первой группы с выраженной рефлексией стереотипного набора событий над уникальными характерно осмысление жизненного пути как размеренного, заранее известного. Субъект описывает события в контексте интериоризированной инвариантной структуры автобиографического нарратива. Приспосабливая к нормативной структуре события, автор лишает их специфических, уникальных черт; в итоге жизненный путь существует в сознании настолько, насколько он укладывается в легализованное и стереотипное представление о нем. Данный тип рефлексии отличает прагматическая направленность, связанная со стремлением не только сделать свой жизненный путь предметом собственного осмысления, но и транслировать его содержание в качестве приемлемых моделей жизни, что позволяет определить данный тип как *объяснительный*.

Люди, использующие второй и третий типы рефлексии, конструируют уникальную историю изменений, акцентируя индивидуальные поворотные

пункты жизни. В этом контексте рефлексия предельно сужает объяснение произошедшего — существенным моментом становится неповторяемость ситуации жизни; стремясь уловить уникальность, неповторимость своей жизни, субъект осуществляет поиск присущих только ему событий. Различие между рефлексией у испытуемых второй и третьей групп связано со значимостью событий. Рефлексия, характерная для второй группы, ориентирована на оценку уникальных событий как значимых, важных; в результате структура автобиографического нарратива отличается не только аномальностью, но и устойчивостью. Рефлексия жизненного пути здесь развивается как преобразование инвариантной структуры автобиографического нарратива на основе открытия новых знаний упорядочивания событий, реализации собственной, оригинальной позиции личности, ее самостоятельной сущности в условиях созидания собственной жизни. Это позволяет определить данный тип рефлексии как *жизнетворческий*.

В отличие от предыдущего типа рефлексия, характерная для испытуемых третьей группы, ориентирована на понимание уникальных событий как малозначимых. Субъект пытается схватить одновременно различные фрагменты жизни, ничем не ограничивая их; жизненный опыт остается необобщаемым, осмысливается фрагментарно и представляет собой мозаику ассоциативно связанных элементов — событий. В попытке уловить всю многоаспектность жизни он теряет способность увидеть за отдельным, частным и раздробленным общее, выходящее за пределы каждой отдельной частности. На этом основании мы определили данный тип рефлексии как *ситуационный*.

Рефлексия испытуемых четвертой группы направлена преимущественно на нормативные события. Однако, в отличие от испытуемых первой группы, в четвертой группе испытуемых события, включенные в автобиографический нарратив, оцениваются как малозначимые. Данные результаты могут свидетельствовать, что люди, использующие этот тип рефлексии, отчужденно относятся к своему жизненному пути, растождествляя Я-субъективное и Я-нарративное; жизненный путь осознается ими как «внешний», независимый от самого субъекта, а события — как неважные для смысло-

вых структур личности. Мы обозначили данный тип рефлексии как *формализованный*.

Интерпретируя в контексте описанной ранее «двухслойной модели» рефлексии выявленные в эмпирическом исследовании типы рефлексии жизненного пути, можно соотнести их следующим образом: *жизнетворческий* тип — с рефлексией глубинного слоя, а другие три типа — с рефлексией поверхностного слоя. Очевидно, что «поверхностная» рефлексия представляется более дифференцированной, образованной разноуровневыми типами рефлексии, сопряженными с различными механизмами осмысления жизненного опыта (интериоризация, эксципирование, растождествление), изучение которых составляет ближайшую задачу исследования.

Выводы

1. Рефлексия жизненного пути рассматривается нами как процесс исследования и преобразования жизненного пути на основе открытия новых знаний и способов его осуществления.

2. Основанием исследования функционального механизма ее развития в контексте культурно-исторической парадигмы Л.С. Выготского выступает тезис об «инструментальности» психической жизни человека. В соответствии с данным тезисом мы рассматриваем автобиографический нарратив как интериоризованную знаковую структуру, используемую субъектом в рефлексии жизненного пути.

3. Исследование рефлексии жизненного пути на материале создания автобиографического нарратива осуществлено с помощью представленной в работе авторской психодиагностической методики «История моей жизни» и предполагало оценку показательной нормативности, значимости, осмысленности и нарративности событий, составляющих содержание автобиографического нарратива.

4. В результате исследования было выявлено качественное своеобразие типов рефлексии жизненного пути, выраженное в структурных и содержательных характеристиках автобиографического нарратива. Наиболее значимые отличия обнаружены в характере связи между показателями нормативности и значимости событий жизни.

Литература

1. Алексеев Н.Г. Использование психологических моделей мышления в изучении и диагностике шахматного творчества // Исследование проблем психологии творчества / Под ред. Я.А. Пономарева. М., 1983.
2. Анианьев Б.Г. Человек как предмет познания. СПб., 2001.
3. Аникина В.Г. Рефлексивный тренинг как средство разрешения конфликтных ситуаций // Культурно-историческая психология. 2009. № 3.
4. Выготский Л.С. Психология развития человека. М., 2004.

5. Выготский Л.С. Собрание сочинений: В 6 т. Т. 4. Детская психология / Под ред. Д.Б. Эльконина. М., 1984.
6. Давыдов В.В. Теория развивающего обучения. М., 1996.
7. Зинченко В.П. Посох Осипа Манделъштама и трубка Мамардашвили. К началам органической психологии. М., 1997.
8. Знаков В.В. Самопонимание как когнитивная и экзистенциальная проблема // Психологический журнал. 2005. Т. 26. № 1.
9. Карпов А.В. Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики // Психологический журнал. 2003. Т. 24. № 5.

10. Клементьева М.В. Психологические ресурсы жизненного пути: структура, содержание, методика исследования. КГ, 2012.
11. Ключко В.Е. Инициация мыслительной деятельности: Автореф. дисс. ... д-ра психол. наук. М., 1991.
12. Кулоткин Ю.Н. Рефлексивная регуляция мыслительных действий // Психологические исследования интеллектуальной деятельности. М., 1979.
13. Леонтьев Д.А., Аверина А.Ж. Рефлексивность как составляющая личностного потенциала // Личностный потенциал: структура и диагностика / Под ред. Д.А. Леонтьева. М., 2011.
14. Лотман Ю.М. Структура художественного текста // Лотман Ю.М. Об искусстве. СПб., 1998.
15. Мириманова М. Рефлексия как механизм развития самоорганизующихся систем // Развитие личности. 2001. № 1.
16. Низовских Н.А. Человек как авто самого себя: психо-семантическое исследование жизненных принципов в структуре саморазвивающейся личности. М., 2007.
17. Петровский В.А. Состоятельность и рефлексия: модель четырех ресурсов // «Психология» (Журн. Высш. шк. экономики). 2008. № 1.
18. Психологическая наука в России XX столетия: проблемы теории и истории / Под ред. А.В. Брушлинского. М., 1997.
19. Рефлексивный подход: от методологии к практике / Под ред. В.Е. Лепского. М., 2009.
20. Россохин А.В. Психология рефлексии измененных состояний сознания (на материале психоанализа) // «Психология» (Журн. Высш. шк. экономики). 2010. № 2.
21. Рубинштейн С.Л. Человек и мир. М., 1997.
22. Сакутина Т.М. История жизни: метапсихологический план исследования // Рекурсивное и дискурсивное в структуре смыслообразования. М., 2004.
23. Сапогова Е.Е. Автобиографический нарратив в контексте культурно-исторической психологии // Культурно-историческая психология. 2005. № 2.
24. Сапогова Е.Е. Событие в структуре биографического текста // Культурно-историческая психология. 2006. № 1.
25. Сидоренко Е.В. Методы математической обработки в психологии. СПб., 2003.
26. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. Психология развития человека: развитие субъективной реальности в онтогенезе. М., 2000.
27. Солдатова Е.Л. Структура и динамика нормативно-го кризиса перехода к взрослости. Челябинск, 2007.
28. Старовойтенко Е.Б. Отношения личности: Философско-психологические и рефлексивные модели // Мир психологии. 2006. № 4.
29. Степанов С.Ю. Психология творчества и рефлексии в современных социальных практиках // Психология творчества: Школа Я.А. Пономарева / Под ред. Д.В. Ушакова. М., 2006.
30. Ферро А. Психоанализ: создание историй. М., 2007.
31. Франкл В. Человек в поисках смысла. М., 1990.
32. Фридман Дж., Колбс Дж. Конструирование иных реальностей: истории и рассказы как терапия. М., 2001.
33. Шалак В.И. Контент-анализ. Приложения в области: политологии, психологии, социологии, культурологии, экономики, рекламы. М., 2004.
34. Чеснокова И.И. Проблема самосознания в психологии. М., 1977.
35. Эко У. Роль читателя. Исследования по семиотике текста. М., 2005.
36. Юдин Э.Г. Методология науки. Системность. Деятельность. М., 1997.
37. Bruner J.S. Life as narrative // Social Research. 1987. № 54 (1).
38. Millar G.W. Millar G.W., Torrance E.P. The Torrance Kids at Mid-Life: Selected Case Studies of Creative Behavior. Westport, 2001.
39. Farber B.A. Psychological mindedness: Can there be too much of a good thing? // Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training. 1989. № 26 (2).
40. Fenigstein A. Self-consciousness and its relation to psychological mindedness // W.E. Piper, M. McCallum (eds.). Psychological mindedness: A contemporary understanding. Mahwah, N. J., US, 1997.

Reflecting on Life through Autobiographical Narrative: Exploring the Perspectives

M. V. Klementyeva

PhD in Psychology, associate professor at the Chair of Psychology, Tula State University

The paper addresses the issue of reflecting on life from the cultural-historical perspective, focusing in particular on the use of sign systems in creating an autobiographical narrative. An empirical research was carried out on a sample of 60 subjects aged 20–35 years using a technique called 'The History of My Life' developed by the author. The paper gives a detailed description of how to use this technique and to evaluate the obtained data. Most importantly this technique enables to explore one's use of sign and symbolic structures (narratives) in reflection. Applying this new technique implies evaluating the normativeness and significance of the events underlying the types of life reflection.

Keywords: reflection, life, autobiographical narrative, event, content-analysis.

References

1. *Alekseev N.G.* Ispol'zovanie psihologicheskikh modeli myshleniya v izuchenii i diagnostike shahmatnogo tvorchestva // Issledovanie problem psihologii tvorchestva / Pod red. Ya.A. Ponomareva. M., 1983.
2. *Anan'ev B.G.* Chelovek kak predmet poznaniya. SPb., 2001.
3. *Anikina V.G.* Refleksivnyi trening kak sredstvo razresheniya konfliktnykh situatsii // Kul'turno-istoricheskaya psihologiya. 2009. № 3.
4. *Vygotskii L.S.* Psihologiya razvitiya cheloveka. M., 2004.
5. *Vygotskii L.S.* Sbranie sochinenii: V 6 t. T. 4. Detskaya psihologiya / Pod red. D.B. El'konina. M., 1984.
6. *Davydov V.V.* Teoriya razvivayushogo obucheniya. M., 1996.
7. *Zinchenko V.P.* Posoh Osipa Mandel'shtama i trubka Mamardashvili. K nachalam organicheskoi psihologii. M., 1997.
8. *Znakov V.V.* Samoponimanie kak kognitivnaya i ekzistencial'naya problema // Psihologicheskii zhurnal. 2005. T. 26. № 1.
9. *Karpov A.V.* Refleksivnost' kak psihicheskoe svoystvo i metodika ee diagnostiki // Psihologicheskii zhurnal. 2003. T. 24. № 5.
10. *Klement'eva M.V.* Psihologicheskie resursy zhiznennogo puti: struktura, sodержanie, metodika issledovaniya. KG, 2012.
11. *Klochko V.E.* Initsiatsiya myslitel'noi deyatel'nosti: Avtoref. diss. ... d-ra psihol. nauk. M., 1991.
12. *Kulyutkin Yu.N.* Refleksivnaya regulyatsiya myslitel'nykh deystvii // Psihologicheskie issledovaniya intellektual'noi deyatel'nosti. M., 1979.
13. *Leont'eva D.A., Averina A.Zh.* Refleksivnost' kak sostavlyayushaya lichnostnogo potentsiala // Lichnostnyi potentsial: struktura i diagnostika / Pod red. D.A. Leont'eva. M., 2011.
14. *Lotman Yu.M.* Struktura hudozhestvennogo teksta // Lotman Yu.M. Ob iskusstve. SPb., 1998.
15. *Mirmanova M.* Refleksiya kak mehanizm razvitiya samoorganizuyushisya sistem // Razvitie lichnosti. 2001. № 1.
16. *Nizovskikh N.A.* Chelovek kak avto samogo sebya: psihosemanticheskoe issledovanie zhiznennykh principov v strukture samorazvivayushisya lichnosti. M., 2007.
17. *Petrovskii V.A.* Sostoyatel'nost' i refleksiya: model' chetyreh resursov // Psihologiya (Zhyrn. Vyssh. shk. ekonomiki). 2008. № 1.
18. Psihologicheskaya nauka v Rossii XX stoletiya: problemy teorii i istorii / Pod red. A.V. Brushlinskogo. M., 1997.
19. Refleksivnyi podhod: ot metodologii k praktike / Pod red. V.E. Lepskogo. M., 2009.
20. *Rossohin A.V.* Psihologiya refleksii izmenennykh sostoyanii soznaniya (na materiale psihoanaliza) // Psihologiya (Zhyrn. Vyssh. shk. ekonomiki). 2010. № 2.
21. *Rubinshtein S.L.* Chelovek i mir. M., 1997.
22. *Sakutina T.M.* Istoriya zhizni: metapsihologicheskii plan issledovaniya // Rekursivnoe i diskursivnoe v strukture smysloobrazovaniya. M., 2004.
23. *Sapogova E.E.* Avtobiograficheskii narrativ v kontekste kul'turno-istoricheskoi psihologii // Kul'turno-istoricheskaya psihologiya. 2005. № 2.
24. *Sapogova E.E.* Sobytie v strukture biograficheskogo teksta // Kul'turno-istoricheskaya psihologiya. 2006. № 1.
25. *Sidorenko E.V.* Metody matematicheskoi obrabotki v psihologii. SPb., 2003.
26. *Slobodchikov V.I., Isaev E.I.* Osnovy psihologicheskoi antropologii. Psihologiya razvitiya cheloveka: razvitie sub'ektivnoi real'nosti v ontogeneze. M., 2000.
27. *Soldatova E.L.* Struktura i dinamika normativnogo krizisa perehoda k vzroslosti. Chelyabinsk, 2007.
28. *Starovoitenko E.B.* Otnosheniya lichnosti: Filosofsko-psihologicheskie i refleksivnye modeli // Mir psihologii. 2006. № 4.
29. *Stepanov S.Yu.* Psihologiya tvorchestva i refleksii v sovremennykh social'nykh praktikakh // Psihologiya tvorchestva: Shkola Ya.A. Ponomareva / Pod red. D.V. Ushakova. M., 2006.
30. *Ferro A.* Psihoanaliz: sozdanie istorii. M., 2007.
31. *Frankl V.* Chelovek v poiskakh smysla. M., 1990.
32. *Fridman Dzh., Kombs Dzh.* Konstruirovaniye inyh real'nostei: istorii i rasskazy kak terapiya. M., 2001.
33. *Shalak V.I.* Kontent-analiz. Prilozheniya v oblasti: politologii, psihologii, sociologii, kul'turologii, ekonomiki, reklamy. M., 2004.
34. *Chesnokova I.I.* Problema samosoznaniya v psihologii. M., 1977.
35. *Eko U.* Rol' chitatelya. Issledovaniya po semiotike teksta. M., 2005.
36. *Yudin E.G.* Metodologiya nauki. Sistemnost'. Deyatel'nost'. M., 1997.
37. *Bruner J.S.* Life as narrative // Social Research. 1987. № 54 (1).
38. *Millar G.W., Millar G.W., Torrance E.P.* The Torrance Kids at Mid-Life: Selected Case Studies of Creative Behavior. Westport, 2001.
39. *Farber B.A.* Psychological mindedness: Can there be too much of a good thing? // Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training. 1989. № 26 (2).
40. *Fenigstein A.* Self-consciousness and its relation to psychological mindedness // W.E. Piper, M. McCallum (eds.). Psychological mindedness: A contemporary understanding. Mahwah, N. J., US, 1997.