

**О. И. Магомед-Эминова, Ю. М. Хорошкова**

## **СПЕЦИФИКА НАРРАТИВНОЙ РАБОТЫ ЛИЧНОСТИ КЛИЕНТА В СИТУАЦИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ**

В статье представлено исследование, построенное на конструктивном методе смысловнарративного анализа. Показано следующее: нарративная работа личности (НРЛ), осуществляемая в процессе психологической помощи, переносится в реальную жизненную ситуацию и продолжается в ней, что приводит к наиболее интенсивным изменениям у человека; продолжающаяся НРЛ детерминирует поступки человека в реальной жизненной ситуации в соответствии с мотивационными тенденциями, обнаруженными при проведении анализа нарративов.

*Ключевые слова:* нарратив, нарративная работа личности (НРЛ), нарративный анализ.

The article presents the research of narrative construction of life experience of the person in the process of psychological help. The research is based on a constructive method of analysis using meaning-narrative approach. The research shows that the narrative work of the person (NWP) in the process of psychological help is transferred to the real life situation — and this is the post-narrative, the real work that leads to the most intensive changes in the person. Transferred NWP determines human's behavior in real life situations in accordance with the motivational tendencies found out during the analysis of narratives.

*Key words:* narrative, narrative work of the person (NWP), narrative analysis.

Нарративный подход в психологии (Bruner, 1986; Gergen, 1994; Mc-Adams, 2001; Narrative psychology..., 1986) и нарративная психотерапия (McNamee, Gergen, 1992; White, Epston, 1990) оформились в отдельное направление в конце XX в. Нарративный подход предполагает, что жизненный опыт не существует отдельно от отношения человека к нему и придаваемого ему значения (Мюррей, 2000). С помощью нарратива человек открывает для себя возможность осмысливать и более широкие, более сложные контексты своего опыта (Брокмейер, Харре, 2000). Нарратив не может обладать онтологической реальностью вне существования личности в мире и вне ее отношения и обращения с опытом бытия. История личности создается в осуществляемой ею конструктивной

---

**Магомед-Эминова Ольга Ильинична** — ст. преподаватель кафедры экстремальной психологии и психологической помощи ф-та психологии МГУ. *E-mail:* mag\_o\_i@mail.ru

**Хорошкова Юлия Михайловна** — мл. науч. сотр. кафедры экстремальной психологии и психологической помощи ф-та психологии МГУ. *E-mail:* akasta@inbox.ru

«работе творения» жизненных историй, в процессе которой происходит не только становление истории жизни конкретного человека, но и трансформация его личности. «Обрабатываясь» личностью, каждое пережитое человеком событие жизни входит в его темпоральный опыт (Магомед-Эминов, 1998, 2007, 2009).

*Нарративная работа личности* (НРЛ) клиента в ситуации психологической помощи чаще всего понимается как локализованная в пространственно-темпоральной структуре психотерапевтической ситуации. Однако психическая работа, которую проводит клиент, составляя рассказы, продолжается в интенсивной психической работе, включенной в его реальную жизнь. Именно эта постнарративная реальная работа личности приводит клиента к наиболее интенсивным изменениям.

**Цель** настоящего исследования — изучение нарративного конструирования клиентом своего жизненного опыта в процессе психологической помощи.

*Испытуемыми* выступили 12 участников психотерапевтической группы (мужчины и женщины). Все эти люди пережили травматический опыт утраты близкого человека и пришли в группу с проблемами переживания утраты, кошмарных сновидений, в которых воспроизводилась утрата. Их преследовали яркие воспоминания, флэшбеки прошлых эпизодов, связанных с близким человеком, потеря смысла, переживание одиночества. М.Ш. Магомед-Эминовым были проведены 6 сеансов через день (по 2 часа каждый) с участниками группы. В проведении сеансов применялись процедуры смысловой реконструкции травматического опыта и трансформации смысловой структуры жизненного мира.

*Объект исследования:* тексты, рассказы, повествования, в которых выражается психическая работа личности. *Предмет исследования:* нарративное конструирование жизненного опыта человеком в ходе психологической помощи.

**Задачи** исследования: 1. Исследовать переход дискурсивной наррации в конструирование истории поступков в жизни, следуя теории конструктивной работы личности. 2. Показать, что нарративная работа, проводимая клиентом, продолжается в психической работе человека, включенной в его реальную жизнь. 3. Выявить и показать существенное влияние постнарративной, реальной работы личности на наиболее интенсивные изменения у человека.

**Метод.** Исследование построено на конструктивном методе нарративного анализа (Bruner, 1986; Gergen, 1994; McAdams, 2001; Narrative psychology..., 1986). В качестве конкретной формы нарративного анализа использован смысловой нарративный подход (Магомед-Эминов, 2009) с выбором двух групп категорий: первая группа категорий отражает последовательность мотивационного процесса (инициация, селекция, реализация, постреализация) (Магомед-Эминов, 1987, 1998), который выступает в структурирующей функции нарративного конструирования;

вторая группа категорий отражает смысловые образования и мотивационные тенденции, направленность работы личности в различных тематических сферах жизненного мира.

### **Процедура исследования и результаты**

В целях выявления у испытуемых посттерапевтической НРЛ между двумя последовательными сеансами были проанализированы ответы участников психотерапевтической группы на предложение терапевта рассказать в свободной форме о том, что происходило между сеансами. Одни испытуемые говорили о том, какие мысли к ним приходили; другие — о чувствах, эмоциях, переживаниях, которые они испытывали; третьи обращали внимание на то, что с ними происходило, что они делали. Всего было выделено 64 темы, поднятые испытуемыми, из них 42 темы были связаны, а 12 не связаны с нарративами, актуализированными на предыдущем сеансе, что позволяет нам утверждать, что нарративное конструирование жизненного опыта происходит не только в терапевтической ситуации, но и в реальной жизни между сеансами.

Далее выделенные нами две группы тем, поднятых испытуемыми (темы, связанные и не связанные с нарративами), были проанализированы с целью выявления характера направленности НРЛ. Анализ тем, не связанных с нарративами, показывает, что их можно разделить на две группы психологических реакций человека на пережитый в групповой работе опыт: одну группу мы условно назвали отреагированием, включающим в себя все, что связано с разрядкой (например: «С меня сошло это напряжение», «Облегчение...»), а вторую группу — отыгрыванием («Мне хочется смеяться», «Плакать хочется»). Темы, связанные с нарративами, отражают конструктивный характер НРЛ: «Мне открылось некоторое знание, которого мне не хватало», «У меня вчера был инсайт: я нашел ответ, который не мог найти целый месяц», «Жизнь начинает давать ответы».

На следующем этапе исследования были выделены 5 типов влияния НРЛ на жизненную ситуацию человека: 1) локализация НРЛ в переживаниях (в 3 модусах — негативном, нейтральном и позитивном); 2) намерение изменить свою жизнь; 3) решение что-то делать; 4) пересмотр жизненных позиций; 5) изменение чего-то в своей жизни. Примеры см. в таблице. Первый тип влияния касается инициации мотивации и остается в плане переживания. Следующие два типа относятся к конструктивной работе, направленной на возникновение намерений и принятие решений. Четвертый и пятый типы влияния отражают пересмотр жизненных позиций и изменения в жизни.

Далее в ходе анализа типов влияния НРЛ на жизненную ситуацию были выделены категории, которые отражают определенные мотивационные тенденции, детерминирующие поведение человека в жизненной

**Примеры и частота встречаемости (в скобках) типов влияния нарративной работы на жизненную ситуацию (частота встречаемости дана в % от общего количества высказываний, связанных с нарративами)**

Тип влияния	Примеры
Локализация нарративной работы в переживании (34.5)	У меня вчера был прилив энергии, радостное состояние; Меня трясло вчера ночью, я хотела плакать
Намерение изменить свою жизнь (18.2)	Мой муж дергает себя, этим изводит меня, пытаюсь помочь ему и себе; Летом у меня умер папа, пытаюсь помочь маме
Решение что-то делать (11.0)	Жизнь просто сейчас, впереди Новый год, масса дел; Я хочу попросить прощения у отца. Он мне снился, но во сне никогда претензий не предъявлял
Пересмотр жизненных позиций (23.6)	Вчера я весь вечер размышлял на тему того, что я получил для себя от этих сеансов. Вот эта история с бурной рекой, которая дошла до пустыни и сделалась паром, дала некоторый ответ; Я открыл еще один личностный этап: мы не должны закрываться в себе, так как наше страдание разрушает нас изнутри
Изменения в жизни (12.7)	У меня были уже вчера какие-то открытия. Жизнь начинает давать ответы. Я начала видеть знаки. И я поняла, чего я хочу; У меня вчера был инсайт: я нашел ответ, который не мог найти целый месяц

ситуации: 1) открытость, направленность на изменения в жизни (например, «Я чувствую необходимость, чтобы он был в моем сердце»); 2) открытость, направленность на принятие решений (например, «Я в сложной ситуации; надо все бросить и начать заново»); 3) открытость, направленность на осуществление решений (например, «Я нашел ответ, который не мог найти целый месяц»).

Проведенный анализ данных показывает, что самая низкая частота встречаемости высказываний, характеризующих такой тип влияния НРЛ на жизненную ситуацию, как «решение что-то делать», свидетельствует о наличии переходной мотивационной зоны, в которой условия для превращения намерений в действия еще только созревают.

## **Выводы**

1. Нарративная работа личности в психотерапевтической ситуации переносится в жизненную ситуацию клиента. Нарративное конструирование жизненного опыта интенсивно продолжается и в жизни.

2. После переноса нарративная работа личности продолжается, оказывая влияние на жизненную ситуацию человека.

3. Нарративная работа личности, продолжающаяся в жизни человека, детерминирует его поступки в реальной жизненной ситуации в соответствии с мотивационными тенденциями, обнаруженными и выделенными в ходе анализа нарративов.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

*Брокмейер Й., Харре Р.* Нарратив: проблемы и обещания одной альтернативной парадигмы // *Вопр. философии.* 2000. № 3. С. 29—42.

*Магомед-Эминов М.Ш.* Мотивация достижения: структура и механизмы: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 1987.

*Магомед-Эминов М.Ш.* Трансформация личности. М., 1998.

*Магомед-Эминов М.Ш.* Позитивная психология человека: В 2 т. М., 2007.

*Магомед-Эминов М.Ш.* Деятельностно-смысловой подход к психологической трансформации личности: Дис. ... докт. психол. наук. М., 2009.

*Мюррей К.* Интернет-зависимость с точки зрения нарративной психологии // *Гуманитарные исследования в интернете / Под ред. А.Е. Войскунского.* М., 2000. С. 132—140.

*Шмид В.* Нарратология. М., 2003.

*Bruner J.* Actual minds, possible worlds. Cambridge, MA, 1986.

*Gergen K.J.* Realities and relationships: Soundings in social construction. Cambridge, MA, 1994.

*McAdams D.P.* The Person: An integrated introduction to personality psychology. 3<sup>rd</sup> ed. Fort Worth, TX; N.Y., 2001.

*McNamee S., Gergen K.* Therapy as social construction. L., 1992.

*Narrative psychology: The stories nature of human conduct / Ed. by T.R. Sarbin.* Princeton, NJ, 1986.

*White M., Epston D.* Narrative means to therapeutic ends. N.Y., 1990.