

О переживании Ситуаций и Событий в жизненном опыте взрослого человека

Научный руководитель – Зиновьева Елена Викторовна

Платонова Яна Степановна

Аспирант

Санкт-Петербургский государственный университет, Факультет психологии, Saint Petersburg, Россия

E-mail: rupert-green666@yandex.ru

Традиционно для описания формирования опыта или его изменения используется понятие «ситуация», в тоже время, согласно С.Л. Рубинштейну, для контекста жизненного опыта, имеет смысл оперировать именно понятием «событие» [3].

В литературе часто эти слова упоминаются как синонимы, однако, на наш взгляд, понятия «ситуация» и «событие» не являются тождественными, но выступают как взаимосвязанные, где одно, при определенных условиях, может перейти в другое.

В научной литературе можно встретить два подхода к соотношению понятий ситуация и событие. В рамках первого подхода ситуация и событие отождествляются и выступают как эквиваленты друг друга (Слепкова, 2008). Второй подход основывается на идеях рассмотрения события как структурного элемента ситуации (Ломов, 1984) [2, 4].

На наш взгляд, перечисленные подходы к соотношению понятий ситуации и события не способны в полном объеме показать различия этих двух феноменов, более того, теряются качественные характеристики и остается не решенным вопрос: в каких случаях мы говорим о ситуации, а в каких о событии, и каким образом ситуация может стать событием для личности? Поиск ответа на данные вопросы и определило проблему нашего исследования.

Мы предположили, что механизмом перетекания ситуации в событие служит переживание, понимаемое и как механизм интеграции опыта. Перемещение переживаний внутри опыта позволяет не только дифференцировать опыт, но и интегрировать его. Наибольшую значимость переживание приобретает в критические точки в жизни человека, когда, как писал Ф.Е. Василюк, человек сталкивается с выходом за пределы своей повседневности, предполагающее переосмысление и переструктурирование своего жизненного пути. Вслед за Василюком, мы рассматриваем переживание как особую форму деятельности по перестройке психологического мира [1].

На наш взгляд, проследить переход ситуации в значимое событие и его последующую интеграцию в жизненный опыт личности мы можем на примере ситуации «выхода за пределы повседневности», насыщенного жизненными смыслами и переживаниями.

В исследовании приняло участие 50 человек в возрасте от 18 до 42 лет, среди которых 33 (66%) женщины, 17 (34%) мужчин. Сбор данных осуществлялся при помощи полуструктурированного интервью. Последующий анализ текста проводился с использованием дескриптивно-феноменологического метода А. Джорджи [5], кластерного и сравнительного анализа двух групп (критерий Манна-Уитни).

По результатам исследования было выделено два кластера: «открытые к изменениям жизненного опыта» и «избегающие изменений в жизненном опыте». В первый кластер вошли все респонденты, воспринимающие ситуацию «выхода за пределы повседневности» как значимое событие, а во второй те, для кого эта ситуация оказалась незначимой и не принесла изменений в содержании жизненного опыта. Сравнительный анализ позволил определить статистически значимые различия между этими двумя группами по

следующим шкалам: «Свобода», «Изменения», «Переживания», «Смыслы». Для респондентов, воспринимающих ситуацию «выхода за пределы повседневности» как событие, характерно большее ощущение внутренней свободы ($p < ,001$), более интенсивные переживания ($p = 0,033$). Отмечается также большее число изменений ($p < ,001$), затрагивающих образ будущего, Я-концепцию, появление новых смыслов ($p < ,001$). Отличия «ситуации» от «события» были замечены в содержании и структуре самих нарративов. Так, тексты респондентов первого кластера, содержали большее количество слов и деталей повествования (описание времени и места, переживаний, использование прилагательных, причастных и деепричастных оборотов и т.д.) и чаще использовались преимущественно глаголы совершенного вида.

Данные результаты приводят нас к следующему промежуточному выводу: сталкиваясь с новой ситуацией человек начинает реагировать на нее и переживать исходя из своего жизненного опыта. В процессе переживания ситуации у человека возникают первичные эмоциональные реакции, начинается процесс восприятия, интерпретации и оценки, ведущие за собой определение значения данной ситуации. Если ситуация для человека выступит как значимая и требующая пересмотра имеющихся задач и целей, что вызывает углубление эмоциональных переживаний, то для человека такая ситуация наделяется смыслом и становится событием. В свою очередь событие, включающее в себя эмоциональный, когнитивный и поведенческий компоненты, вновь проходит цикл проживания, но уже на событийном уровне, тем самым не просто интегрируясь в жизненный опыт личности, но и оказывая влияния на ценности, смыслы и отношения человека.

На основе контент-анализа текстов интервью нами были выделены различия содержания «ситуации» и «события» (рис.2) и предложена процессуально-динамическая модель перехода ситуации в значимое событие (рис.1).

На наш взгляд, предложенная модель позволяет рассматривать переживание ситуаций и событий не просто как ответную реакцию на раздражители извне, а как динамический процесс, раскрывающий внутреннюю работу по образованию новых смыслов и потенциально трансформирующий жизненный опыт личности.

Источники и литература

- 1) Василюк Ф.Е. Психология переживания. – М.: МГУ, 1984. 240 с.
- 2) Ломов Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии. М.: Наука, 1984. 444 с.
- 3) Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии: в 2 т. Т. II. М.: Педагогика, 1989. 328 с.
- 4) Слепкова В.И. Событийный подход к семейным кризисам // Ананьевские чтения: Психология кризисных и экстремальных ситуаций: междисциплинарный подход: матер. научно-практ. конф. / Отв. ред. Л.А. Цветкова, Н.С. Хрусталева. СПб: Санкт-Петербург. ун-т, 2008. С.31-33.
- 5) Giorgi, A. (1997) The theory, practice and evaluation of the phenomenological method as a qualitative research procedure. *Journal of Phenomenological Psychology*, 28, 235-260.

Иллюстрации



Рис. : Процессуально-динамическая модель перехода ситуации в значимое событие

Событие	Ситуация
Более длинный рассказ с деталями	Рассказ краткий без деталей
Включаются описания изменения образа Я, образа будущего и влияние на значимые сферы жизни	Изменения образа Я и влияние ситуации на сферы жизни отрицаются
Переживания более интенсивные, преимущественно негативно окрашенные (страх, мандраж, тревога, боль и т.д.)	Переживания характеризуются меньшей интенсивностью (спокойствие, принятие, волнение т.д.)
Присутствует ощущение деления жизни на ДО и ПОСЛЕ	Жизнь описывается как непрерывный процесс (непрерывный процесс пути, не было до и после, ничего не изменилось)
В рассказе проявляется авторство человека к ситуации (решил, понял, рассказал, планировал, хотела и т.д.)	В рассказе авторство человека к ситуации заметно меньше всего (так получилось, произошло само, спонтанно и т.д.)

Рис. : Качественные характеристики ситуации и события