

**Функционально-типологические особенности самоопределяющих воспоминаний**

**Научный руководитель – Нуркова Вероника Валерьевна**

*Сулим Ольга Сергеевна*

*Студент (специалист)*

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Факультет психологии, Кафедра общей психологии, Москва, Россия

*E-mail: chinchaila@mail.ru*

Сегодня автобиографическая память признается многими исследователями незаменимым материалом для создания истории жизни [2], т.е. всеобъемлющего нарратива, отражающего важные жизненные темы, ценности и устремления человека. Как и в любой истории, в истории жизни имеются особо красноречивые и яркие эпизоды, существующие в виде самоопределяющих воспоминаний (СОВ). По мнению Дж. Сингера, эти воспоминания являются «мгновенными выражениями идентичности» рассказчика и обладают следующими атрибутами: 1) перцептивная яркость, 2) эмоциональная насыщенность, 3) высокая частота актуализации, 4) связь с корпусом тематически близких воспоминаний и 5) фокусировка на долгосрочных целях или неразрешенных проблемах личности [1, 4].

В ходе исследований для актуализации СОВ используют стандартную инструкцию, предлагающую «... описать свою личность важному для Вас человеку, используя только одно воспоминание из своей жизни». Однако воспоминания, получаемые от респондентов в ответ на подобную задачу, могут достаточно сильно различаться по своим характеристикам: степени специфичности/обобщенности, наличию/отсутствию эксплицированных связей содержания воспоминания с личностью рассказчика, силе эмоциогенного заряда и специфике «нарративных последовательностей». Подобная вариативность отдельных параметров внутри одного класса воспоминаний может свидетельствовать о необходимости выделения более узких типов СОВ, которые могут различаться как по феноменологическим, так и по функциональным характеристикам.

Кроме того, в абсолютном большинстве случаев оценка характеристик СОВ производится экспертом-кодировщиком. Но в таком случае теряется главное – человек, которому принадлежит это воспоминание и личностный смысл, который тот в него вкладывал. Конечно, бывают случаи, когда респонденты подробно описывают воспоминание, казалось бы, четко эксплицируя свою рефлексию и роль этого воспоминания для своей личности (и именно на это нацелены кодировочные схемы), но это скорее идеальный, чем реальный вариант. Нередко бывает и так, что смысл эксплицируется лишь частично или не эксплицируется вообще [3]. Возможно, что, давая респондентам самим оценить их собственные СОВ по предложенным параметрам, мы получим возможность более полно понять и описать феномен СОВ, и его роль в обеспечении разноуровневых личностных процессов.

Данное исследование направлено на разработку типологии воспоминаний, которые классифицируются респондентами как «самоопределяющие». При этом предполагается, что феноменологические особенности разных типов СОВ могут быть связаны с обеспечением различных личностных функций.

В рамках исследования 178 участников описывали свои СОВ по классической инструкции. Они указывали возраст, в котором произошло событие, и затем оценивали по 5-балльным шкалам следующие параметры: интенсивность положительных и отрицательных эмоций, вызываемых СОВ; степень психологической близости своего образа в СОВ к актуальному образу Я; степень выраженности сущности своей личности; частоту актуализации

данного воспоминания в прошлом; отчетливость воспоминаний о «эпизодических» деталях события, таких как контекст события, место, в котором оно происходило, люди, присутствовавшие в момент события рядом с участником, а также детализацию визуального образа. После этого участники заполняли шкалу ясности Я-концепции и адаптированную на русский язык версию опросника Thinking About Life Experience (TALE), выявляющую степень использования описанного воспоминания для реализации трех функций: 1) самопротяженности (отслеживание изменений Я во времени), 2) установления и поддержания социальных связей и 3) регуляции поведения.

Для создания типологии СОВ был проведен эксплораторный факторный анализ, результаты которого позволили выделить три фактора, объясняющих 58,156% дисперсии при удовлетворительных показателях КМО (0.678) и критерия сферичности Бартлетта ( $\chi^2 = 569,482$ ,  $df = 55$ ,  $p < 0,001$ ). В Фактор 1 вошли «эпизодические» характеристики воспоминания (контекст, место, окружающие люди) и возраст респондента в СОВ. Сравнение групп показало, что респонденты, чьи СОВ имеют высокие показатели по этому фактору, демонстрируют более высокие баллы по шкале «Регуляция поведения» ( $t(116) = -2,756$ ,  $p = 0,007$ ). Фактор 2 объединил в себе позитивные и негативные (с отрицательным вкладом) эмоции, вызываемые СОВ, и отчетливость своего визуального образа. Высокие показатели по Фактору 2 оказались связаны с более высокими баллами по шкале ясности Я-концепции ( $t(116) = -2,544$ ,  $p = 0,012$ ). Фактор 3 объединил параметры СОВ, связанные со степенью выраженности сущности личности респондента, субъективной "похожестью" образа в СОВ на респондента в жизни и психологической близостью образа к актуальному образу Я. Участники, СОВ которых получили высокие значения по фактору 3, продемонстрировали более высокие значения по шкале «Самопротяженность» ( $t(116) = -2,423$ ,  $p = 0,017$ ).

Таким образом, было выделено три типа СОВ, различающихся по способу внутренней представленности субъекту, связанных с различными стратегиями использования данного класса воспоминаний: 1) адресацией к конкретному эпизоду личного прошлого как некой «наглядной инструкции», позволяющей регулировать поведение в настоящем (Фактор 1), 2) доступом к вневременному «метафорическому портрету» своей личности, помогающий поддерживать стабильность и согласованность Я (Фактор 2), 3) реализацией диалога разновременных образов Я через сравнение себя-в-прошлом с собой-в-настоящем, что позволяет отслеживать динамику развития своей личности (Фактор 3). Результаты будут дополнены сравнением самоотчетных и экспертных оценок характеристик СОВ и обсуждением преимуществ и недостатков каждого из этих путей.

### Источники и литература

- 1) Нуркова В.В. Самоопределяющие автобиографические воспоминания в системе личностно-мнемических межфункциональных связей // Культурно-историческая психология. 2022. Том 18. № 1. С. 79–89.
- 2) McAdams D.P. Narrative identity: What is it? What does it do? How do you measure it? // Imagination, cognition and personality. 2018. Т. 37. №. 3. С. 359-372.
- 3) Pasupathi M., Mansour E., Brubaker J.R. Developing a life story: Constructing relations between self and experience in autobiographical narratives // Human development. 2007. Т. 50. №. 2-3. С. 85-110.
- 4) Singer J.A. Memories that matter: How to use self-defining memories to understand & change your life. New Harbinger Publications, 2005.