

---

**ЭМПИРИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ**  
*EMPIRICAL RESEARCH*

---

## **Решение задачи на смысл сновидения как метод исследования осознания жизненных смыслов**

**В.С. Кубарев\***,

Омский государственный технический университет (ОмГТУ), г. Омск, Россия,  
*kubikss@yandex.ru*

---

В статье представлены результаты качественного психотехнического исследования процесса осмысления человеком своей жизни. Основное внимание в нем сосредоточивается на раскрытии рефлексивных механизмов осознания жизненных смыслов, что является конкретизацией и развитием исследований смысловых образований личности в русле культурно-деятельностного подхода. Для этого применяется метод решения задачи на смысл сновидения, являющийся операционализацией метода продуктивной амплификации сознания. Он позволяет исследовать не сложившиеся содержания жизненных смыслов, доступных для интроспективного описания, а конструктивную деятельность сознания, посредством которой жизненные смыслы конструируются. Результатом применения этого метода является построение эмпирической модели рефлексивной деятельности, осуществляемой в процессе осознания жизненных смыслов, и содержательная реконструкция рефлексивной деятельности по осмыслению человеком своей жизненной ситуации.

**Ключевые слова:** бессознательное, осознание, рефлексивная деятельность, жизненный смысл, сновидения, первичные символы, решение задачи на смысл.

---

В современной психологической литературе жизненные смыслы рассматриваются как сложившиеся превращенные формы жизненных отношений, кристаллизованные в смысловой структуре личности, обеспечивающей регуляцию жизнедеятельности субъекта (А.Г. Асмолов [1], Д.А. Леонтьев [9]). В эмпирических исследованиях в большинстве случаев они представляются либо как независимые от сознания субъекта мотивационные регуляторы его жизнедеятельности, либо как ценностно-идеологические предуготовленные конструкты, к которым субъект обращается для обоснования своих действий и которые скорее отражают идеологическое поле общественного сознания, чем действительные жизненные смыслы личности. В обоих случаях методо-

логической основой исследований выступает субъект-объектная онтология, приводящая к разрыву двух модусов существования жизненных смыслов: сознания и жизнедеятельности. В тени исследований остаются феноменологический и событийный аспекты проблемы, первый из которых связан с вопросом о том, каким образом субъект сознания посредством рефлексивной деятельности конституирует для себя жизненные смыслы, решая «задачу на смысл» (А.Н. Леонтьев [8]), и делает их реальными регуляторами своей жизни, решая «задачу на жизнь» (М.Ш. Магомед-Эминов [11]). Второй аспект связан с вопросом «Каким образом человек может выступить не только как участник жизненных отношений, в которые он непосредственно включен, но как субъект-

**Для цитаты:**

Кубарев В.С. Решение задачи на смысл сновидения как метод исследования осознания жизненных смыслов // Культурно-историческая психология. 2015. Т. 11. № 3. С. 86–99. doi: 10.17759/chp.2015110308

\* Кубарев Вячеслав Сергеевич, старший преподаватель, факультет гуманитарного образования, кафедра психологии труда и организационной психологии, Омский государственный технический университет (ОмГТУ), г. Омск, Россия. E-mail: kubikss@yandex.ru

ект личностного пути (Д.А. Леонтьев [10]), способный занимать рефлексивную позицию к жизни в целом (С.Л. Рубинштейн [17]), переосмысливать ее, изменять сложившуюся систему отношений с миром и смысловые структуры, в которых они преломляются?». Проблема заключается в том, что авторы эмпирических исследований жизненных смыслов теоретически формулируя императив о том, что человек сам созидает смысл, нераскрытым оставляют вопрос о том, как это происходит, каким образом субъект привносит в свою жизнь смысл. Вместе с этим обходят стороной и смыслообразующую деятельность сознания, превращая человека лишь в участника, но не активного субъекта собственной жизни. Эти упущения и подтолкнули нас к поиску нетрадиционных методов исследования жизненных смыслов.

### Метод исследования

В большинстве современных исследований жизненных смыслов, описанных как в отечественной, так и зарубежной литературе, применяются классические психодиагностические опросники, опирающиеся на наивные представления людей о себе и своей жизни, получаемые с помощью интроспективных описаний. В одних из них имплицитно допускается, что человека достаточно только спросить и он, так сказать, бесхитростно расскажет о своих жизненных смыслах, которые для этого уже предуготовлены. В результате, последние сводятся к содержанию предметной картины сознания, которая ко всему прочему перемешана с современным идеологическим дискурсом о гуманистических ценностях, свободе, демократии или просто расхожими стереотипами. Таким образом, исследователи получают, скорее, обобщенное содержание идеологического поля, чем реконструируют действительные жизненные смыслы человека. В других, стандартизированных тест-опросниках, исследуются структуры жизненных смыслов в отрыве от их субъективного содержания (личностного смысла и решения задачи на смысл), что значительно уменьшает их практическую ценность.

Мы предлагаем исследовать процесс осмысления жизни посредством метода продуктивной амплификации сознания (А.А. Пузырей [15]), конкретизацией которого выступает феноменологическая работа со сновидениями. Метод предполагает следующие ключевые особенности, отличающие его от обычно применяемых методов исследования жизненных смыслов.

1. Жизненные смыслы исследуются в процессе их становления. С точки зрения классиков отечественной психологии (Л.С. Выготский [4], П.Я. Гальперин [6]), реальные психические механизмы, а не внешняя форма их проявления, доступны для исследования только тогда, когда изучаемый психологический феномен находится в процессе развития.

2. Развитие носит искусственный, психотехнический характер. В этой связи применяемый нами ме-

тод продуктивной амплификации сознания (вслед за Л.Ф. Обуховой [14] его можно обозначить как «метод экспериментально вызванного генезиса психических процессов») предполагает, что мы внутри нашего исследования посредством работы со сновидениями инициируем смыслообразующую работу личности, ставя наших респондентов в ситуацию решения задачи на смысл жизни, т. е. ситуацию осознания, направленного на переоценку значимости существующих жизненных отношений и актуализацию новых смысловых контекстов жизни. Говоря о психотехнике, важно подчеркнуть, что она основана не на интроспекции, т. е. наивной рефлексии, а на феноменологической рефлексии, опосредованной знаково-символическими образованиями (в нашем случае сновидениями). То есть наши респонденты реконструируют для себя жизненные смыслы не через их непосредственное описание, но опосредованно анализом сновидений и перенесением его результатов на жизненную ситуацию.

3. Предметом исследования выступает сама деятельность осознания, а не ее результат. В этом плане мы применяем принцип деятельностной опосредованности содержания сознания А.Н. Леонтьева с той разницей, что нами берется не предметная, а рефлексивная деятельность. Мы исследуем не просто изменение содержания жизненных смыслов в процессе работы со сновидениями (или как это обычно делается — в онтогенетическом срезе), но то, каким образом человек посредством рефлексивной деятельности конституирует для себя жизненные смыслы, решая задачу на смысл. Применяемый нами метод позволяет исследовать то, как субъект сознания осуществляет эту конструктивную работу смыслообразования.

Как мы сказали, операционализацией описанного выше метода исследования является метод феноменологической работы со сновидениями, который предполагает следующие особенности.

1. Основным «инструментом» работы является не интерпретация, которая бы объясняла причину тех или иных проблем человека, а «активное слушание», проникновение в смысл переживания, возникающего в связи с теми или иными образами сновидения и сновидением в целом. Образы рассматриваются как единицы переживания, высвечивающие его смысл. Под смыслом в данном случае понимается не некое объективное содержание, как бы заранее закрепленное за теми или иными образами сновидения, но «целостное видение проблемной ситуации» [3] и себя как ее субъекта, своего способа жизни. В этой связи основной задачей феноменологической работы является амплификация переживания. Отметим, что амплификация переживания содержит в себе, в том числе, и интерпретацию, но она заключается не в приписывании причин тем или иным переживаниям человека, но в реконструкции целостной структуры переживания, связывании ее отдельных элементов (например, смыслов отдельных образов сновидения) в целостную структуру (сюжет). Эта структура, пе-

ренесенная на жизненную ситуацию, и предстает в качестве миропроекта (Л. Бинсвангер) человека, структуры жизненного смысла, способа его бытия.

2. Как отмечают Т.М. Бужас и С.А. Попов, «...феноменологический подход предполагает иной способ понимания сновидений, когда предполагается, что сновидец — единственный, кто может понять свой сон, и психолог лишь помогает ему понять язык собственного бессознательного» [3, с. 67]. В этом контексте задачей психолога является не экспертная оценка содержания сновидения, но сопровождение и инициация рефлексивной работы сновидца, опосредованно которой он сам для себя, исходя из чувства «имманентной сознанию очевидности» [3], реконструирует действительную реальность своей «внутренней» жизни. Действительными являются те «языковые манифестации миропроектов» (Л. Бинсвангер [13]), которые вызывают у человека внутренний отклик, возникающий тогда, когда человек для себя восстанавливает контексты и смысловые связи, позволяющие ему решить задачу на смысл.

3. Феноменологическая работа со сновидениями осуществляется опосредованно и в пространстве диалога и представляет собой, говоря словами М.М. Бахтина [2], диалогическую, а не монологическую форму познания (в нашем случае — самопознания). В этом контексте мы можем сказать, что это совместная работа психолога и клиента, в которой конституируется целостное видение проблемной ситуации.

Используемый нами метод исследования следует отличать от традиционного клинического исследования. Последний предполагает постановку «диагноза» и проверку эффективности того или иного метода воздействия с использованием контрольных групп. В нашем случае мы не оцениваем эффективность метода работы со сновидениями. Мы его применяем как метод исследования и одновременно инициирования процессов смыслообразования, как метод постановки задачи на смысл, опираясь в данном случае на принцип развития Л.С. Выготского: исследование высших психических функций возможно только тогда, когда они находятся в процессе развития, но не в уже состоявшейся форме. В этом контексте исследование развития или трансформации жизненных смыслов используется нами как метод общей психологии (П.Я. Гальперин [6]). Специфика нашего исследования относительно классического понимания этого метода заключается в том, что развитие мы рассматриваем не как естественное событие, происходящее в жизненном мире и инициированное жизненной ситуацией человека, а как искусственное событие сознания, инициированное психотехникой феноменологической работы со сновидениями. Наше исследование по форме близко классическим исследованиям механизмов творческого мышления, в которых исследователь имел дело в первую очередь с живым опытом решения творческих задач, опытом, опосредованным диалогом и феноменологическими описаниями. В отличие от задач для мышления, в нашем случае мы имеем дело с решением задачи на смысл (А.Н. Леон-

тьев [8]). Нас интересует живой опыт осмысления человеком своей жизни опосредованно анализом своих сновидений.

В чем, собственно, состоит «задача на смысл» в феноменологической работе со сновидениями? Респондентам необходимо, во-первых, на основе смыслового содержания отдельных образов сновидения построить целостную картину и обобщить эти содержания, выделив в них определенную структуру, выраженную сюжетом сновидения. Во-вторых, перенести эту структуру на свою жизненную ситуацию, т. е. осмыслить последнюю. Два этих аспекта взаимосвязаны, так как «перенести» предполагает «обобщить и построить целостное видение», а понять смысл сновидения — перенести его на жизненную ситуацию, объективировав определенные формы жизнедеятельности субъекта, символизированные этим сновидением. Как отмечает К.Г. Юнг, смысл и значение сновидения проявляется «...только в ходе интеграции их в личность как целое — т. е. в тот момент, когда человек задумывается не только над тем, что они значат, но и над их нравственными требованиями» [21, с. 14]. В пространстве полюсов обобщения/перенесения и разворачивается рефлексивная деятельность по решению задачи на жизненный смысл.

### **Психотехническая процедура исследования**

1. Респондент рассказывает сновидение, которое он хотел бы проанализировать, а аналитик подробно его записывает, уточняя различные его аспекты с целью прояснения сюжета.

2. Аналитик ставит перед респондентом задачи, целью которых является феноменологическое описание впечатления, возникшего в связи со сновидением: а) описать впечатления, которые были вызваны сновидением, так сказать, эмоциональный осадок сновидения, испытываемый при пробуждении респондента; б) представить сновидение в целом как некую динамическую картинку, сконцентрироваться на ней и описать те впечатления, которые возникают у респондента в связи с этой «картинкой»; в) попытаться выразить смысловую структуру впечатления и ответить на вопрос «О чем повествует сновидение?».

3. Психологом совместно с респондентом выделяются символические единицы сновидения (персонажи, предметы, топологические единицы и т. д.), осуществляется фокусировка на переживаниях, вызываемых этими единицами (респондент описывает переживания, возникающие в связи с тем или иным образом сновидения), и производится речевая реконструкция смыслового содержания этих переживаний (работа с впечатлениями). Реконструкция заключается, с одной стороны, в рассмотрении символических единиц как образов, выражающих, «рассказывающих» некий смысл, который, с другой стороны, выступает либо структурой того или иного образа жизни (бытийного акта), либо сторонами феноменального субъекта. Та-

кая форма реконструкции представляет собой вариант «синтетического толкования» К.Г. Юнга [20].

4. Построение респондентом внутренне связанного рассказа о происходящем жизненном процессе, выражаемом в сновидении, с опорой на извлеченные смысловые единицы, и объединение их в соответствии с сюжетом сновидения (самостоятельная интерпретация респондента). В конечном счете, респондент должен построить рассказ о происходящем и предложить ответ на следующий вопрос: «О чем повествует сновидение (т. е. реконструкция целостного сюжета), и какое это имеет отношение к происходящему в его жизни?».

5. Совместная работа аналитика и респондента по построению смысла сновидения с учетом расхождений, которые были обнаружены аналитиком на предыдущем этапе работы. Задачей психолога на этом этапе является отображение для респондента вербализованной им смысловой структуры и обращение его внимания на несовпадения реконструируемого им смысла с сюжетом сновидения или выпадение из интерпретации смыслового содержания тех или иных образов сновидения.

#### **Анализ и обсуждение результатов исследования осознания жизненных смыслов методом решения задачи на смысл сновидения**

Итак, наше эмпирическое исследование предполагает два взаимосвязанных аспекта: а) сновидения, в которых символизированы жизненные смыслы индивида и их смыслообразующая динамика; б) деятельность осознания, посредством которой индивид себя реконструирует символизированные в сновидениях жизненные смыслы, решая задачу на смысл. В связи с ограниченным объемом статьи у нас нет возможности в полной мере изложить результаты исследования первого аспекта (подробное описание его результатов см.: В.С. Кубарев [7]). Ограничимся лишь описанием результата, который непосредственно касается исследования собственно рефлексивной деятельности, осуществляемой респондентом для решения задачи на смысл. Исследование смыслообразующей динамики личности, выраженной в сюжетах сновидений, проводилось на материале 125 сновидений, составляющих серии (сессии) по 7–8 сновидений, последовательно приснившихся участвующим в исследовании респондентам (N=16, в возрасте 23–33 лет). Мы обнаружили, что изменение образно-символического содержания сновидений в процессе феноменологической работы с ними (т. е. в процессе психотехнической сессии) имеет неслучайный, статистически-закономерный характер и может быть представлено в виде последовательно разворачивающихся этапов смыслообразования.

1. Проблематизация (первое—третье сновидения), высвечивающая недостаточность наличной смысловой структуры жизни респондента: проблематизиру-

ющая структура сновидения заключается в том, что происходящее в его сюжете приводит сновидца, как одного из персонажей сновидения, к неудовлетворяющему его результату или сам сюжет помещает сновидца в неприятные ситуации, из которых он бы хотел выбраться, но у него не получается или получается не совсем то, чего бы он хотел; сновидение оставляет негативный эмоциональный осадок, а его образы выражают отрицательные смыслы, сталкивая человека с его проблемой, которую он предпочел бы не замечать.

Например, респонденту Рома снится (второе сновидение сессии), что он проходит собеседование по устройству на работу. Собеседование проводят мужчины пожилого возраста. Отвечая на их вопросы, Рома обнаруживает, что его ответы им не интересны. В результате он испытывает замешательство и неудовлетворенность, так как оказывается, что от него ждут иных ответов, чем те, которые он дает.

2. Актуализация новой структуры (четвертое—шестое сновидения), компенсирующей недостаточность старой и конституирующая внутреннее противоречие: актуализирующая структура сновидения представлена в его сюжете в виде двух рядов образов, один из которых помещает сновидца в неприятные ситуации и переживания, связанные с проблемным состоянием, от которого он хотел бы избавиться, а другой представлен новыми образами, которые, наоборот, вызывают положительные переживания и связываются с полноценным состоянием, в котором сновидец хотел бы оказаться; сюжет сновидения разворачивается как переход от одного ряда и его топологии к другому: от проблемного состояния к полноценному (возможно, с обратным возвращением).

Например, респондентке Ане (четвертое сновидение сессии) снится следующее сновидение: «Я подошла к панельной девятиэтажке, и там было два лифта. Я зашла и поднялась на девятый этаж в маленьком грязном лифте. Мне было страшно, так как пол был неустойчивым. Я поднялась и спустилась, но выхода не могла найти. Я увидела рядом в другом крыле другой лифт. Лифт очень просторный и комфортабельный. Он поднимается вверх, и я захожу к Саше (моей подруге) в квартиру, в которой лежит черная, свернувшаяся в калач змея. Она ее растоптала и выбросила». Два лифта связывались Аней с двумя различными способами жизни, первый из которых был характерен для нее до настоящего времени, а второй — тот более полноценный способ, который она ищет.

3) возникновение новой полноценной структуры жизненного смысла и ее присвоение (седьмое—восьмое сновидения): выражается в сновидениях, которые несут яркий положительный эмоциональный заряд или даже пиковое переживание; его образы представлены в виде праздничных событий, в которых участвует сновидец, ситуаций разрешения проблемы, приносящего сновидцу чувство облегчения; очень часто такие сновидения заканчиваются тем, что сновидец находит какой-то свой путь и ступает на него; этот этап отображает переход личности на новый уровень существования, в новое более целостное состояние.

Например, респондентке Наталье снится (восьмое, последнее, сновидение сессии), что она находится в большом «очень развитом» городе, в котором «сконцентрированы все профессиональные деятельности» и хочет попасть на другую его часть. «Это можно сделать только через водоем, который в самом городе и находится, буквально тут же, рядом с небоскребами. Водоем большой, круглый, скорее всего, озеро, но берегов не видно. Странно, что он как будто не тронут цивилизацией, природный такой, нет по берегам никаких строений, нет рядом людей. Над водоемом есть мост, по которому можно пройти. Но он «...ненадежный, шаткий, нужно быть очень умелым, чтобы пройти по нему и не упасть в воду. По мере движения я понимаю, что не смогу по этому мосту пройти, что мне нужен другой путь. И вдруг вспоминаю, или открываю, что можно и по-другому попасть на другую часть суши. По самой же суше. Почти вокруг озера. Это будет намного дольше, но это мой, выбранный мною путь. Мне так спокойнее, надежнее, увереннее. Я знаю, что дойду. И я ухожу от моста, отправляюсь по своему пути».

Выделенные этапы смыслообразования выступили для нас одной из независимых переменных при анализе характера изменений рефлексивной активности в процессе психотехнической сессии (другой переменной является совместное понимание психологом и респондентом смысла сновидения). Объектом исследования выступили письменные транскрипты, представляющие собой стенограммы, в которых отражено самостоятельное (4-й этап описанной выше психотехнической процедуры) и совместное с психологом (5-й этап описанной выше психотехнической процедуры) решение задачи на смысл сновидения.

Напомним, собственно задача для респондентов состояла в том, чтобы на основании смыслового содержания отдельных образов сновидения (получены на 3-м этапе психотехнической процедуры) построить целостный смысл и посредством него осмыслить

свою жизненную ситуацию, т. е. ответить на вопрос «О чем повествует сновидение (т. е. реконструкция целостного смысла сюжета), и какое это имеет отношение к происходящему в жизни?». Общий объем исследовательского материала составил 289 фрагментов текста.

Для того чтобы исследовать собственно рефлексивную деятельность, посредством которой респонденты решали задачу на смысл сновидения, нами был реализован следующий алгоритм: а) на основании стенограмм, в которых фиксировалось понимание (вербальная реконструкция) респондентами смысла сновидения, разрабатывалась эмпирическая модель рефлексивной деятельности, отображающая различные формы рефлексивной активности, которые использовали респонденты в процессе решения задачи на смысл сновидения (табл. 1); б) производилась классификация фрагментов текста каждого респондента в соответствии с разработанной моделью и строилась общая матрица рефлексивной активности (классификация проводилась с помощью метода экспертной оценки); в) проводился анализ характера рефлексивной активности на разных этапах смыслообразования (т. е. характер ее изменения на протяжении психотехнической сессии); г) производился сравнительный анализ характера рефлексивной активности в письменных транскриптах (стенограммах), содержащих попытку самостоятельного понимания смысла сновидения (4-й этап психотехнической процедуры) и письменных транскриптах, содержащих понимание смысла сновидения после совместного с психологом его обсуждения (5-й этап психотехнической процедуры). Отметим, что единицей исследования выступали не отдельные слова в письменных транскриптах респондентов, но фрагменты текста, в которых выражалась та или иная форма рефлексивной активности. В зависимости от объема фрагмента относительно общего объема текста ему приписывался тот или иной коэффициент (табл. 2).

Таблица 1

### Эмпирическая модель рефлексивной деятельности

Субъекты рефлексии	Рефлексивные действия	Рефлексивные операции
1. Субъект сновидения	1. Объективация смысловой структуры сюжета сновидения	1. Реконструкция содержания смысловых единиц сновидения в логике сюжета 2. Объективация ключевого содержания сновидения (идея сюжета) 3. Объективация содержания проблемной ситуации субъекта сновидения
	2. Символизация отношений с Собой	1. Введение контекста для символизации 2. Прямая проекция на жизненную ситуацию проблемной ситуации субъекта сновидения 3. Объективация недостаточного способа бытия в контексте возможности его изменения 4. Конституирование смыслового противоречия (переход недостаточность—полноценность) 5. Актуализация новой структуры личности и объективация ее смыслового содержания
2. Субъект самотрансформации	3. Смысловая трансформация	1. Смысловая переоценка (переоценка значимости существующих смысловых ориентиров) 2. Смысловая инверсия (выделение внешней мнимой и внутренней действительной сторон смысловой структуры)

Субъекты рефлексии	Рефлексивные действия	Рефлексивные операции
	4. Возникновение конфликта и сопротивление изменениям	
	5. Проблематизация способа бытия	1. Осознание недостаточного способа бытия как непреодоленного прошлого (прошлое—настоящее) 2. Описание недостаточности существующего (наличного) способа бытия индивида (настоящее) 3. Разотождествление с проблемой и возможность перехода к новой форме (прошлое—будущее)
	6. Переживание изменения содержания сознания	1. Описание изменения эмоционального состояния 2. Экзистенциальное переживание происходящих изменений
3. Субъект осмысления	7. Рефлексия измененного содержания сознания	1. Рефлексия произошедшего изменения содержания сознания 2. Соотнесение смыслового содержания различных сновидений
	8. Изменение смыслового контекста жизненного мира	1. Обнаружение нового смыслового контекста жизненной ситуации 2. Осмысление в новом смысловом контексте своего поведения и содержания жизненных отношений 3. Чувство присутствия нового смыслового горизонта, нового горизонта опыта
4. Субъект жизни	9. Перенесение содержания в практику себя	1. Планирование способа реализации смысловой матрицы 2. Артикуляция смысловой матрицы
	10. Конституирование себя в качестве субъекта жизни	1. Осознание необходимости жизненных перемен (новой практики себя), но неспособность к их реализации 2. Самоопределение на преодоление недостаточности 3. Осознание себя субъектом практики себя

Таблица 2

Пример классификации фрагментов текста в соответствии с эмпирической моделью рефлексивной активности

	Классификационный параметр и его содержание	Коэффициент
Самостоятельное понимание смысла сновидения	<b>Символизация отношений с Собой: конституирование смыслового противоречия</b>	0,5
	Основная тема — это отношение мужского и женского. Эти отношения, с одной стороны, рассматриваются как подчинение женского мужскому (и это мне нравится в сновидении, есть в этом моя потребность в проявлении этого женского, я к этому тянусь), а с другой стороны, есть противоположные отношения, где нет социальных ролей и форм, а просто, не знаю, эротическая привязанность. Одна тема выделяется, что женское по отношению к мужскому выступает как реагирование мужчины на тебя как на женщину. Это и в приготовлении, и во флирте. Это озлобленная и нереализованная женщина, с одной стороны, а с другой стороны, капризная мелевская волонтериста, это то, что не дает полностью раскрыться. Старшего брата не могу понять. Он так присутствует, что я не могу понять какие с ним отношения. Что я от этого хочу. И он меня приглашает сесть в машину	
	<b>Смысловая трансформация: смысловая переоценка</b>	0,3
	Я не могу понять и мне не нравится позиция женщины с точки зрения внешних ее проявлений (например, бытовое). Но, с другой стороны, получается, что это и делает женщину женщиной. Я не понимаю, хочу я этого или не хочу. Вообще, «я этого никогда не хотела». Это для меня «пещерная женщина», «наложница господина». Я не так считаю, но я к этому тянусь. Как я могу поверить и подумать, что...	
Понимание смысла сновидения после его обсуждения с психологом	<b>Возникновение конфликта между смысловой структурой сознания индивида и смысловой структурой сновидения (сопротивление изменениям)</b>	0,2
	Тогда я должна отмести все мужское и женское как таковое, если это есть забота о другом человеке, если это есть именно такие отношения. Я такого не хочу. Я хочу другое, третье. Получается, что если разделить мужчин и женщин и поселить их на разные острова, то они окажутся и не раскрыты никогда! Но я не понимаю, что он дает, мужчина! Это противоречит всему, что я до этого видела. Я практически не понимаю, как это...	
	<b>Перенесение измененного содержания сознания в практику себя: планирование способа реализации практики себя</b>	0,3
	Ну я с удовольствием попробую, ведь этот вопрос всегда присутствовал, но практика показывает, что веду себя я совсем по-другому. Конечно, это очень	

	Классификационный параметр и его содержание	Коэффициент
	привлекательно, но я это сразу же обрубая. Я думала раньше обо всех смыслах (думала об этом, думала об этом, думала об этом), обнаруженных в этом сновидении. Но о том, чтобы вообще попробовать — я никогда не думала. И я сейчас рада все это попробовать, была бы возможность	
	<b>Смысловая трансформация: смысловая переоценка</b>	0,5
	То есть обо всех этих элементах я так или иначе думала, и они все сводились к тому, что, во-первых, разница между мужчиной и женщиной сугубо анатомического плана, во-вторых, все эти проявления женского и мужского — это сугубо социальные формы и не более (там нет ничего женственного и мужского). И на всем этом я ставила точку, и ни разу не было варианта, что надо попробовать, почувствовать. Нет, варианты были, что это можно попробовать, но о том, что это хорошо и что из этого можно извлекать пользу, пробовать и не париться параллельно, что это вопросы слабости, вопросы примитивного человека и вообще по-другому это воспринимать, такого не было никогда	
	<b>Изменение смыслового контекста жизненного мира индивида: осмысление в новом смысловом контексте своего поведения и содержания жизненных отношений</b>	0,07
	Как же я методично убеждала Женю, что не нужно ко мне относиться как к женщине. Прямо вообще...	
	<b>Переживание изменения содержания сознания: описание изменения эмоционального состояния</b>	0,03
	Чувствую сейчас себя хорошо, аж плакать хочется	

После того, как с помощью метода экспертной оценки была проведена классификация фрагментов, все письменные транскрипты были распределены на три группы, соответствующие выделенным выше этапам смыслообразования (проблематизации, актуализации и присвоения). Далее исследовалось изменение характера рефлексивной активнос-

ти при переходе от одного этапа смыслообразования к другому. Применение непараметрического критерия Крускала-Уоллиса показало статистически значимые изменения направленности рефлексивной деятельности на трех ее уровнях (уровне рефлексивных операций, рефлексивных действий и уровне субъектов рефлексии).

Таблица 3

**Общая картина динамики осознания жизненных смыслов на протяжении психотехнической сессии**

Уровни рефлексии деятельности осознания	Параметры, имеющие в процессе психотехнической работы статистически значимую тенденцию к снижению своих показателей	Параметры, имеющие в процессе психотехнической работы статистически значимую тенденцию к увеличению своих показателей
<b>1) Рефлексивные операции</b>	1) прямая проекция содержания сновидения на жизненную ситуацию (N=10,7***); 2) смысловая переоценка (N=7,98*); 3) описание недостаточности существующего (наличного) способа бытия индивида (N=18,5***); 4) описание изменения эмоционального состояния (N=9,07**)	1) Актуализация новой структуры личности и объективация ее смыслового содержания (N=13,7***); 2) рефлексия произошедшего изменения содержания сознания (N=16,2***); 3) осознание себя субъектом практики себя (N=7,04*), 4) чувство присутствия нового горизонта опыта (U=2,07*)
<b>Общая направленность</b>	Объективация существующей смысловой структуры жизни в контексте ее трансформации и проблематизации	Рефлексия опыта самопознания и обращение к возможности нового жизненного опыта, субъектом которого человек себя осознает
<b>2) Рефлексивные действия</b>	1) «смысловая трансформация» (N=8,71**); 2) «проблематизация способа бытия индивида» (N=12,39***)	1) «рефлексия изменения содержания сознания» (N=12,74***); 2) конституирование себя в качестве субъекта жизни (N=5,76*)
<b>Общая направленность</b>	Критическое осмысление способа жизни и переоценка смысложизненных ориентаций	Извлечение опыта самопознания (критической переоценки существующих смысложизненных структур) и готовность к изменению сложившегося способа жизни
<b>3) Субъекты рефлексии</b>	Субъект самотрансформации (N=17,47***)	Субъект осмысления (N=11,65***)
<b>Общая направленность</b>	1. Переосмысление и переоценка смысложизненных ориентиров, вызывающие деятельность переживания	Рефлексия изменения содержания сознания и осмысление в новом смысловом контексте своего жизненного мира

Примечание: уровни значимости: «\*» — p = 0,05; «\*\*» — p = 0,01; «\*\*\*» — p = 0,001.

Исходя из табл. 3, динамику осознания жизненных смыслов, происходящую на протяжении психотехнической сессии можно представить как последовательное решение респондентом ряда следующих рефлексивных задач: 1) критическое переосмысление способа жизни и переоценка существующих смысложизненных ориентаций, инициирующие деятельность переживания по перестройке структуры жизненных отношений; 2) извлечение опыта самопознания: обобщение опыта критического пересмотра и переоценки смысложизненных ориентиров, произошедшего на предыдущем этапе психотехнической работы; 3) осмысление жизненной ситуации, заключающееся в переносе измененной структуры сознания (новых или измененных смысложизненных ориентаций) на смысловую структуру жизненного мира, что вносит в жизнь новый смысловой контекст, позволяя видеть ее в новом свете и быть готовым по-новому выстраивать свои жизненные отношения. Собственно, последовательность решения этих задач и отображает общую логику осмысления респондентами своей жизни в процессе раскрытия смысла сновидения.

Далее, в соответствии с описанным выше алгоритмом нами производился сравнительный анализ характера рефлексивной активности в письменных транскриптах, содержащих попытку самостоятельного понимания смысла сновидения, и письменных транскриптах, содержащих понимание смысла сновидения после его обсуждения совместно с психологом. Напомним, задача психолога состояла в том, чтобы, с одной стороны, отразить для респондента вербализованный им смысл и обратить его внимание на несовпадения реконструируемого им смысла с сюжетом сновидения или выпадение из интерпретации смыслового содержания тех или иных образов сновидения, а с другой стороны, помочь респонденту построить целостный смысл. В качестве независимой переменной выступило индивидуальное/совместное понимание респондентом и психологом смысла сновидения, а зависимой переменной — характер рефлексивной активности в процессе решения задачи на смысл со стороны респондента. Мы предположили, что характер рефлексивной деятельности при самостоятельном и совместном с психологом понимании смысла сновидения различается.

Для оценки значимости различий был использован непараметрический критерий Вилкоксона. Общие результаты на уровне субъектов рефлексии представлены в табл. 4.

Эти результаты свидетельствуют о том, что «взгляд» Другого: 1) делает существующую смысловую структуру жизни предметом для преобразования, высвечивая ее недостаточную теневую сторону и этим вызывая деятельность переживания (субъект самотрансформации); 2) активизирует извлечение опыта самопознания, опыта критического переосмысления способа жизни, инициирует рефлексивную деятельность по привнесению в жизненную ситуацию новых смысловых контекстов (субъект осмысления); 3) позволяет человеку осмыслить ориентировочную основу нового способа жизни и помогает ему почувствовать себя способным и готовым к реализации этого способа (осознание себя субъектом жизни).

Проанализируем, в чем, собственно, состоит изменение характера рефлексивной активности после совместного с психологом понимания смысла сновидения (рис. 1).

На рис. 1 отчетливо видно, что в текстах самостоятельной интерпретации превалирует субъект сновидения, т. е. при решении задачи на смысл респонденты идентифицируют себя с теми или иными образами сновидения, рассматривают само сновидение как некое театральное действие, смысл которого они пытаются понять, рассматривают образы сновидения как метафоры своих внутриличностных отношений или как кальку, непосредственно отражающую содержание их жизненных отношений. Говоря словами К.Г. Юнга, они находятся в пространстве художественного переживания, носящего созерцательный и страдательный характер, при котором человек лишь пассивно включается в символическую картину сновидения, оставаясь как бы зрителем, т. е. внешним, пусть и заинтересованным, наблюдателем. Действующими лицами в этом символическом спектакле остаются фигуры сновидения и соответственно субъект сновидения, но не субъект жизни. Фактически здесь мы имеем дело с интенциональным пространством сознания, топология которого представлена в форме символических единиц сновидения.

Таблица 4

**Оценка значимости различий частоты распределения различных форм субъекта рефлексии в текстах самостоятельной и совместной с психологом интерпретации**

Тип феноменального субъекта	Средние значения в текстах самостоятельной интерпретации	Средние значения в текстах совместной с психологом интерпретации	Значение критерия Вилкоксона
Субъект сновидения	0,71	0,07	-6,49***
Субъект самотрансформации	0,16	0,54	-4,97***
Субъект осмысления	0,09	0,18	-2,02*
Субъект жизни	0,04	0,22	-4,61***

Примечание: уровни значимости: «\*» —  $p = 0,05$ ; «\*\*» —  $p = 0,01$ ; «\*\*\*» —  $p = 0,001$ .



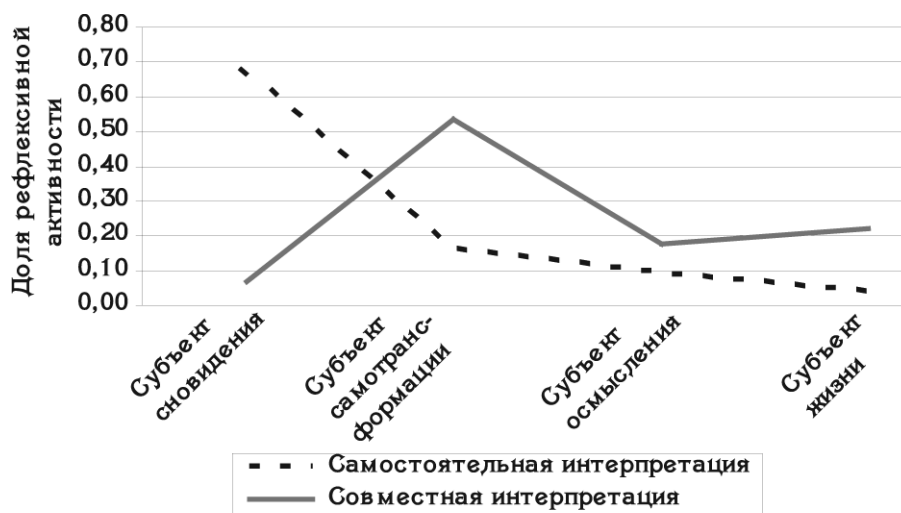


Рис. 1. Профили рефлексивной активности в текстах самостоятельной и совместной интерпретаций

В свою очередь, после совместной с психологом интерпретации смысла сновидения максимальная доля от общей рефлексивной активности принадлежит субъекту самотрансформации, т. е. критическому переосмыслению способа жизни и переоценке существующих смысложизненных ориентиров, переживанию их трансформации. Совокупность этих процессов мы называем событием сознания, подразумевая под этим термином переосмысление и трансформацию смысловых структур личности, происходящую в деятельности переживания (Ф.Е. Василюк). В целом, говоря словами К.Г. Юнга, респонденты перед взглядом Другого оказываются в модусе человеческого переживания (переживания своего бытия в мире), в котором первостепенная роль принадлежит «противопоставленной бессознательному сознательной точке зрения» или «философскому свершению», требующему познавательного усилия, преодолевающего созерцательность первичного видения. Подчеркнем, что это познавательное усилие является не актом созерцания, но актом преобразовательного действия, предметом которого являются способ бытия и смысложизненные ориентации человека.

Ключевое рефлексивное действие в процессе преобразования — это проблематизация способа жизни и осознание его деструктивного характера. Применение критерия Вилкоксона показало статистически значимое увеличение доли этого рефлексивного действия в текстах совместной с психологом интерпретации смысла сновидения по сравнению с текстами самостоятельной интерпретации ( $T = 2,81$ ,  $p < 0,001$ ). Проблематизация заключается в следующем: респондент объективирует то, каким образом он решает те или иные жизненные задачи (устанавливает отношения, подходит к решению проблемных ситуаций, добивается желаемого и т. д.) и одновременно обозначает деструктивный характер этого способа, например, отмечая, что он его не удовлетворяет, так как приводит к нежелательным последствиям и не позволяет конструктивно решать жизнен-

ные задачи. Важно отметить, что проблематизация заключается не просто в том, что человек неудовлетворен своей жизнью или каким-то своим конкретным поведением. Она предполагает выделение некоего образа и способа «жизнедействия», субъектом которого человек себя осознает и обозначение его недостаточности, деструктивности.

Рассмотрим пример. Респондентка Наташа проблематизирует: «... то есть я так поняла, что я сама настроила для себя конструкцию, ... типа какой-то образ создала, который, по моему мнению, должен толкать меня, ну типа снарядить и толкать, ... но он не выполняет эту функцию... только чувство недовольства собой возникает. Значит, нужно, что-то по-другому делать. Ну, этот образ, несмотря на то что его еще нет, он все равно — определенный. Это опять к тому, что страшно не определенность, и про боязнь нового, новое — это же неопределенность. А если возвращаться дорабатывать старое, то это определенность...».

В этом письменном транскрипте видно, что Наташа обобщает определенный свой способ жизнедействия, выделяя как бы принцип его действия («типа какой-то образ создала, который, по моему мнению, должен толкать меня, ну типа снарядить и толкать»), который не дает ожидаемый результат и приводит к недовольству собой. Причем Наташа говорит не о конкретном поведении (конкретной его эмпирической форме), но об определенном обобщенном принципе построения поведения, который она реализует в различных ситуациях. Этот принцип и есть единица смысловой матрицы и способа построения жизненных отношений одновременно. Таким образом, проблематизация есть одновременно и отделение/обобщение образа жизнедействия (способа жизни, жизненного смысла) от содержания конкретных жизненных ситуаций, и обозначение его недостаточности, ущербности, т. е. проблемности. Собственно, позиция и взгляд Другого и выполняет функцию такого отделения и осознания недостаточности существующего способа жизни (жизненного смысла).

Одновременно с проблематизацией происходит переоценка существующих смысложизненных ориентаций. Переоценка осуществляется следующим образом: респондент объективирует ту или иную свою смысложизненную ориентацию (узнает свою установку в том или ином образе сюжета сновидения) и переоценивает свое отношение к этой ориентации через соотнесение с ее значением, приобретаемым в сюжете сновидения. Так, в жизни он видел в своих убеждениях одно, а в сюжете сновидения эти убеждения, представшие в том или ином образе, приобрели иную окраску, иной смысл.

Например, респондентка Саша следующим образом переоценивает свое отношение к образу женщины-домохозяйки: «Я не могу понять и мне не нравится позиция женщины с точки зрения внешних ее проявлений (например, бытовое). Но с другой стороны получается, что это и делает женщину женщиной. Я не понимаю, хочу я этого или не хочу. Вообще, «я этого никогда не хотела». Это для меня «пещерная женщина», «наложница господина». Я не так считаю, но я к этому тянусь. Как я могу поверить и подумать, что...».

В жизни Саша считала, что классический образ женщины-хранительницы очага — это образ, как она сказала, пещерной женщины, т. е. изживший себя стереотип. Для современной же женщины характерен иной образ (с которым она и идентифицировалась) — свободной, равноправной с мужчиной и сексуально привлекательной. В анализируемом сновидении все предстало наоборот. В сюжете сновидения первый тип женщины был представлен в положительном, а второй, наоборот, в негативном свете, что как бы столкнуло смысловую структуру сновидения с разделяемой Сашей смысложизненной ориентацией, что инициировало переоценку последней.

В концептуальном плане проблематизация и смысловая переоценка (объединенные в субъекте самотрансформации) направлены на объективацию и переоценку смысловых структур личности с той разницей, что проблематизация направлена на способ

жизни и, соответственно, смысловую матрицу бытия человека в мире (Л. Бинсвангер [13], Д.А. Леонтьев [9], В. Франкл [18]), а смысловая трансформация — на смысложизненные ориентации или установку сознания (К.Г. Юнг [19]). Здесь мы имеем дело с жизненным смыслом как превращенной формой, которая может быть рассмотрена и в отношении к бытию в мире — как объективная смысловая структура жизненного мира, и в отношении к сознанию — как его смысловая структура. Собственно, позиция и взгляд Другого обнаруживают функцию объективации и отделения превращенных форм жизненных отношений от содержания самих этих отношений и ситуаций, в которых они реализуются (К.Г. Юнг обозначал этот процесс как разотождествление сознания и объекта). Наши результаты свидетельствуют о том, что объективация и одновременная проблематизация этой формы осуществляется в диалогическом пространстве, на границе двух сознаний двух субъектов. В целом можно сказать, что наблюдаемая в сновидении символическая драма опосредованно взглядом Другого превращается в трагедию собственной жизни, инициируя деятельность переживания, направленную на перестраивание смысловых структур жизни. Взгляд Другого как бы разрывает аутичную оболочку символического сознания и трансцендирует человека в «бытие в мире», инициируя деятельность переживания. Стоит отметить, что функция Другого не сводится только к проблематизации и смысловой трансформации превращенных форм жизненных отношений, т. е. не сводится только к переосмыслению существующих жизненных отношений. По мере психотехнической работы Другой начинает выполнять и функцию привнесения в жизненный мир новых смысловых контекстов.

Зададимся вопросом: насколько позиция Другого является необходимым условием для «разрыва аутичной оболочки символического сознания»? Может ли быть так, что по мере работы со своими сновидениями респонденты в конечном итоге смогут на-

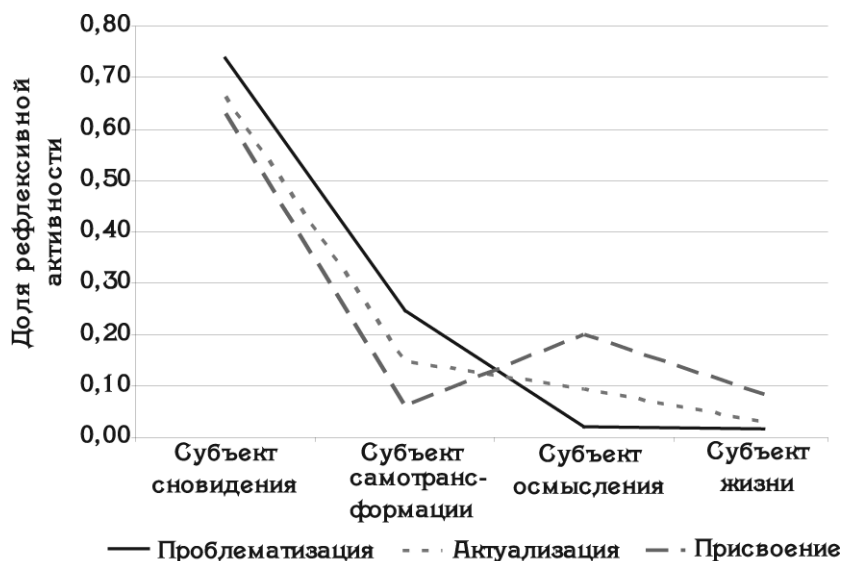


Рис. 2. Доли рефлексивной активности в текстах самостоятельной интерпретации на разных этапах смыслообразования

учиться сами на себе осуществлять акт разрыва и обнаруживать за сновидением свою реальную жизнь? Чтобы ответить на этот вопрос рассмотрим изменение характера рефлексивной активности в индивидуальных интерпретациях сновидений респондентов на протяжении психотехнической сессии. Для этого в качестве объекта исследования возьмем только тексты самостоятельной интерпретации, полученные на 4-м шаге психотехнической процедуры (см. выше).

Как видно на рис. 2 субъект сновидения на всех этапах смыслообразования составляет более 60 % от общей рефлексивной активности. Это свидетельствует о том, что вне зависимости от опыта совместного анализа сновидений и вообще от опыта анализа при отсутствии позиции Другого ведущим остается символическое (по К.Г. Юнгу, художественное) переживание, носящее, как мы отмечали выше, созерцательный характер. Другие формы активности гораздо менее выражены. Получается, что сам человек не может разорвать «аутичную оболочку символического сознания» и обеспечить переход от созерцания к внутреннему преобразованию, не может в интенциональном пространстве сознания трансформировать проблемный способ жизни. Для этого необходим, можно сказать, трансцендентальный акт, обеспечиваемый непосредственным присутствием позиции и взгляда Другого, участвующего в понимании смысла сновидения.

### **Выводы**

1. Характер рефлексивной деятельности человека изменяется в процессе психотехнической работы в зависимости от этапа происходящего процесса смыслообразования. При этом общая динамика осознания жизненных смыслов на протяжении психотехнической сессии имеет следующие этапы: 1) критическое переосмысление способа жизни и переоценка существующих смысложизненных ориентаций, инициирующие деятельность переживания по перестройке структуры жизненных отношений; 2) извлечение опыта самопознания: обобщение опыта критического пересмотра и переоценки смысложизненных ориентиров, произошедшего на предыдущем этапе психотехнической работы; 3) осмысление жизненной ситуации, заключающееся в переносе измененной структуры сознания (новых или измененных смысложизненных ориентаций) на смысловую структуру жизненного мира, что вносит в жизнь новый смысловой контекст, позволяя видеть ее в новом свете и быть готовым по-новому выстраивать свои жизненные отношения.

2. Взгляд и позиция Другого оказывает существенное влияние на общий характер рефлексивной активности. При самостоятельной интерпретации смысла сновидения последнее видится респондентам либо как наблюдаемый со стороны спектакль, смысл сюжета которого они пытаются реконструировать, воспроизводя смысловое содержание отдель-

ных образов сновидений, либо производят символическое замещение, рассматривая образы сновидения как знаково-символические отображения компонентов смысловой структуры жизненных или внутриличностных отношений, оставаясь при этом в поле символического сознания. После совместного с психологом обсуждения смысла сновидения респонденты сквозь призму этого смысла критически переоценивают и по-новому осмысливают свой способ жизни (свое бытие в мире), вносят в нее новые смысловые контексты, осознают себя субъектом собственной жизни, т. е. оказываются в поле переживания реальных жизненных отношений. В целом можно сказать, что наблюдаемая в сновидении символическая драма опосредованно взглядом Другого превращается в трагедию собственной жизни, инициируя деятельность переживания, направленную на перестраивание смысловых структур жизни.

3. На протяжении психотехнической сессии общий характер рефлексивной активности при самостоятельной интерпретации смысла сновидения не изменяется. При этом основная ее доля (более 60 %) приходится на субъект сновидения, идентификация с которым помещает респондентов в поле символического переживания. Самостоятельно они не могут использовать сновидение для критического переосмысления своих жизненных отношений и не могут разорвать аутичное поле символического сознания.

### **Заключение**

Итак, применяемый нами метод решения задачи на смысл сновидения позволил исследовать рефлексивную деятельность, посредством которой происходит осмысление человеком своей жизненной ситуации и жизни в целом. Еще раз подчеркнем, что нас интересовало не содержание жизненных смыслов, которое бы мы могли описать, спросив у респондентов, например, «что для них важно в жизни» или «ради чего они живут», но рефлексивная деятельность, посредством которой решается задача на смысл, выступающий в качестве искомого, а не уже известного содержания. Нас интересовало, каким образом смыслы конструируются, а не берутся в готовом виде. Сами смыслы рассматривались нами как единицы осмысления человеком своего жизненного опыта и одновременно как осмысливаемые структуры, определившие действительность этого опыта. Единство двух этих аспектов видится нам в том, что человек не просто осмысливает свою жизненную ситуацию, но, в первую очередь, пере-осмысливает ее и этим преобразует существующие структуры опыта, открывая горизонты для нового жизненного опыта. Это подтвердили результаты нашего эмпирического исследования, в котором первостепенную роль в процессе осознания жизненных смыслов сыграли рефлексивные действия проблематизации и смысловой трансформации, связанные как раз с перестраиванием и

переоценкой существующих смысло-жизненных структур.

В понимании жизненного смысла как искомого присутствует еще один важный для нас методологический принцип, в свое время сформулированный Л.С. Выготским. Он гласит: психология должна изучать не явление бытия, а бытие, скрытое за явлением, т. е. должна «...выходить за пределы видимого и отыскивать его смысл, который нельзя наблюдать» [5, с. 58]. Это касается и данных интроспективного описания жизненных смыслов со стороны респондентов. Понимая сновидения как символические образования, выражающие экзистенциальные структуры жизни человека, мы рассматривали последние как неосознаваемые формы бытия человека, определяющие содержание его жизненного опыта, т. е. выступающие превращенными формами (М.К. Мамардашвили), смысловыми матрицами (Л. Бинсвангер), этот опыт

порождающими. В контексте методологических воззрений Л.С. Выготского, мы исходили из того, что эти внутренние формы бытия претворяются в сознании в форме знаково-символических образований, которые одновременно выступают средствами рефлексивной деятельности, направленной на преобразование и развитие внутренних форм жизни. Отсюда исходит и психотехнический характер исследования, и принцип развития, в соответствии с которым познавать бытие, скрытое за явлением, можно лишь до тех пор, пока это бытие находится в процессе становления, причем становления, опосредованного знаково-символическими образованиями. В этой связи сновидения для нас выступили и как семиотические квазиобъекты, претворяющие в себе структуру жизненных смыслов человека, и как средство осмысления человеком своей жизненной ситуации, осмысления в котором происходит перестраивание смысловых структур жизни.

### Литература

1. Асмолов А.Г. Психология личности. Принципы общепсихологического анализа. М: Смысл, 2001. 416 с.
2. Бахтин М.М. К философским основам гуманитарных наук // Собр. соч.: в 7 т. Т. 5. Работы 1940-х — начала 1960-х гг. М.: Русские словари, 1996. С. 159—206.
3. Буякас Т.М., Попов С.А. Феноменологический подход к пониманию сновидений // Консультативная психология и психотерапия. 2012. № 2. С. 66—110.
4. Выготский Л.С. История развития высших психических функций // Л.С. Выготский. Психология развития человека. М.: Апрель-экспресс, Эксмо-Пресс, 2000. С. 191—532.
5. Выготский Л.С. Исторический смысл психологического кризиса // Л.С. Выготский. Психология развития человека. М.: Апрель-экспресс, Эксмо-Пресс, 2000. С. 533—1009.
6. Гальперин П.Я. Психология как объективная наука / Под ред. А.И. Подольского; вступ. статья А.И. Подольского. М.: Изд-во «Институт практической психологии», Воронеж; НПО «МОДЭК», 1998. 480 с.
7. Кубарев В.С. Исследование динамики смыслообразования, выраженной в сюжетах сновидений // Омский научный вестник (The Omsk scientific bulletin). 2013. № 1 (115). С. 116—122.
8. Леонтьев А.Н. Потребности, мотивы и эмоции. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1971. 40 с.
9. Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. М.: Смысл, 2003. 487 с.
10. Леонтьев Д.А. Стереометрия жизни // Человек — наука — гуманизм: К 80-летию со дня рождения академика И.Т. Фролова / Отв. ред. А.А. Гусейнов. М. 2009. С. 668—676.

11. Магомед-Эминов М.Ш. Деятельностно-смысловой подход к психологической трансформации личности: дисс. ... докт. психол. наук: 19.00.01. Москва, 2009.
12. Мамардашвили М.К., Пятигорский А.М. Сознание и символ [Электронный ресурс] // Куб — электронная библиотека. М.: Школа «Языки русской культуры», 1997. URL: <http://www.koob.ru/mamardashvili/> (дата обращения: 27.03.2013).
13. Нидлмен Дж. Критическое Введение в экзистенциальный психоанализ Людвиг Бинсвангера // Л. Бинсвангер. Бытие-в-мире / Пер. с англ. Е. Сурпиной «КСП+»; М.: «Ювента»; СПб (при участии психологического центра «Ленато», СПб), 1999. 300 с.
14. Обухова Л.Ф. Психология развития в начале нового века // Психологическая наука и образование. 2014. Т. 19. № 4. С. 5—14.
15. Пузырей А.А. Психология. Психотехника. Психагогика. М.: Смысл, 2005. 488 с.
16. Рукер П. Конфликт интерпретаций. Очерки о герменевтике / Пер. с фр. и вступ., ст. И. Вдовиной. М.: «КАНОН-Пресс-Ц»; «Кучково поле», 2002. 624 с.
17. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. Человек и мир. СПб.: Питер, 2003. 512 с.
18. Франкл В. Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990. 367 с.
19. Юнг К.Г. Практическое использование анализа сновидений [Электронный ресурс] // К.Г. Юнг. Психология переноса. К.: Рефл-Бук, Ваклер, 1998. 298 с. // Куб — электронная библиотека. URL: <http://www.klex.ru/62t> (дата обращения: 27.03.2013).
20. Юнг К.Г. Психология бессознательного / Пер. с нем. В. Бакусева, А. Кричевского, Т. Ребеко. М.: ООО «Издательство АСТ-ЛТД»; «Канон+», 1998. 400 с. (Классики зарубежной психологии).
21. Юнг К.Г. Трансцендентальная функция [Электронный ресурс] // Куб — электронная библиотека. URL: <http://www.klex.ru/32e> (дата обращения: 27.03.2013).

# Solving the Task of Finding the Meaning of Dreams as a Method of Exploring Comprehension of Meanings of Life

V.S. Kubarev\*,

Omsk State Technical University, Omsk, Russia,  
*kubikss@yandex.ru*

The paper presents outcomes of a quantitative psychotechnological research on the process of one's comprehension of his/her own life. It focuses on the reflective mechanisms of realizing meanings of life, thus further developing research on meaning formations of personality within the cultural-activity approach. For these purposes a method of solving the task of finding the meaning of a dream was used in the study, which is in fact an operationalization of the method of productive amplification of consciousness. Rather than examining the already formed contents of meanings of life available for introspective descriptions, this method allows the exploration of the constructive activity of consciousness through which these meanings of life are formed. The main outcome is the reconstruction and empirical model of reflective activity carried out by the individual in the process of comprehending meanings of life and his/her life situation.

**Keywords:** unconscious, comprehension, reflective activity, meanings of life, dreams, primary symbols, finding meaning.

## References

1. Asmolv A.G. *Psikhologiya lichnosti. Printsipy obshchepsikhologicheskogo analiza* [Psychology of personality. Principles of General psychological analysis.]. Moscow: Smysl, 2001. 416 p.
2. Bakhtin M.M. *K filosofskim osnovam gumanitarnykh nauk* [To the philosophical foundations of the Humanities]. *Sobranie sochinenii v 7 t. T. 5. Raboty 1940-kh – nachala 1960-kh gg* [Collected works]. Moscow: Russkie slovari, 1996.
3. Buyakas T.M., Popov S.A. *Fenomenologicheskii podkhod k ponimaniyu snovideni* [A phenomenological approach to understanding dreams]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* [Cultural-historical psychology], 2012, no. 2, pp. 66–110.
4. Vygotskii L.S. *Istoriya razvitiya vysshikh psikhicheskikh funktsii* [History of development of higher mental functions]. *Psikhologiya* [Psychology]. Moscow: April'-ekspress, EKSMO-PRESS, 2000. 1009 p.
5. Vygotskii L.S. *Istoricheskii smysl psikhologicheskogo krizisa* [The historical meaning of psychological crisis]. *Psikhologiya* [Psychology]. Moscow: April'-ekspress, EKSMO-PRESS, 2000. 1009 p.
6. Gal'perin P.Ya. *Psikhologiya kak ob"ektivnaya nauka* [Psychology as an objective science]. Podol'sky A.I. (eds.). Moscow: Publ. "Institut prakticheskoi psikhologii", Voronezh: NPO "MODEK", 1998. 480 p.
7. Kubarev V.S. *Issledovanie dinamiki smyslobrazovaniya, vyrazhennoi v syuzhetakh snovideni* [The study of the dynamics of meaning expressed in the stories of dreams]. *Omskii nauchnyi vestnik* [The Omsk scientific bulletin], 2013, no. 1 (115), pp. 116–122.
8. Leont'ev A.N. *Potrebnosti, motivy i emotsii* [Needs, motives and emotions]. Moscow: Publ. Mosk. un-ta, 1971. 40 p.
9. Leont'ev D.A. *Psikhologiya smysla: priroda, stroenie i dinamika smyslovoi real'nosti* [Psychology of meaning: nature, structure and dynamics of semantic reality]. Moscow: Smysl, 2003. 487 p.
10. Leont'ev D.A. *Stereometriya zhizni* [Stereometry life]. *Chelovek – nauka – gumanizm: K 80-letiyu so dnya rozhdeniya akademika I.T. Frolova* [Man – science – humanism: the 80th anniversary of the birth of academician I.T. Frolov]. Moscow, 2009, pp. 668–676.
11. Magomed-Eminov M.Sh. *Deyatel'nostno-smyslovoi podkhod k psikhologicheskoi transformatsii lichnosti*. Diss. dokt. psikhol. nauk. [Activity-semantic approach to the psychological transformation of the self. Dr. Sci. (Psychology) diss.]. Moscow: 2004. 530 p.
12. Mamardashvili M.K., Pyatigorskii A.M. *Soznanie i simvol* [Elektronnyi resurs] [Consciousness and character]. Moscow: Shkola "Yazyki russkoi kul'tury", 1997. Kub – elektronnyaya biblioteka. URL: <http://www.koob.ru/mamardashvili> (Accessed: 27.03.2013).
13. Nidlmén Dzh. *Kriticheskoe Vvedenie v ekzistentsial'nyi psikhoanaliz Lyudviga Binsvanger* [A critical Introduction to existential psychoanalysis Ludwig Binswanger]. *Bytie-v-mire. "KSP+ "*, Moscow: "Yuventa". 1999. 300 p.
14. Obukhova L. F. *Psikhologiya razvitiya v nachale novogo veka* [Developmental psychology in the beginning of the

### For citation:

Kubarev V.S. Solving the Task of Finding the Meaning of Dreams as a Method of Exploring Comprehension of Meanings of Life. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya = Cultural-historical psychology*, 2015. Vol. 11, no. 3, pp. 86–99. (In Russ., abstr. in Engl.). doi: 10.17759/chp.2015110308

\* *Kubarev Vyacheslav Sergeevich*, Senior lecturer, Faculty of Humanitarian Education, Department of Work and Organizational Psychology, Omsk State Technical University, Omsk, Russia. E-mail: *kubikss@yandex.ru*

new century]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie* [Psychological science and education], 2014. Vol.19, no. 4, pp. 5–14. (In Russ., abstr. in Engl.).

15. Puzyrei A.A. Psikhologiya. Psikhotehnika. Psikhagogika [Elektronnyi resurs] [Psychology. Psychotechnics. Psychagogik]. Moscow: Smysl, 2005. 488 p. *Bol'shaya elektronnyaya biblioteka*. URL: <http://www.e-reading.by/bookbyauthor.php?author=1005900> (Accessed 25.04.2014).

16. Riker P. Konflikt interpretatsii. Ocherki o germenевtike [The conflict of interpretations. Essays on hermeneutics]. Vdovina I. (ed.). Moscow: "KANON-press-Ts"; "Kuchkovo pole", 2002. 624 p. (In Russ.).

17. Rubinshtein S.L. Bytie i soznanie. Chelovek i mir. [Being and consciousness. Man and world]. Saint-Petersburg: Piter, 2003. 512 p.

18. Frankl V. Chelovek v poiskakh smysla [Man's search for meaning]. Moscow: Progress, 1990. 367 p. (In Russ.).

19. Yung K.G. Prakticheskoe ispol'zovanie analiza snovidanii [Elektronnyi resurs] [The practical use of dream analysis]. *Psikhologiya perenosa* [Psychology of transfer]. Kiev: Refl-Buk, Vakler – 298 p. *Kub – elektronnyaya biblioteka* [Kub – electronic library]. URL: <http://www.klex.ru/62t> (Accessed 27.03.2013).

20. Yung K.G. Psikhologiya bessoznatel'nogo [Psychology of the unconscious]. Bakusev V. (eds.). Moscow: OOO "Publ. AST-LTD", "Kanon+", 1998. 400 p. (In Russ.).

21. Yung K.G. Transtsendental'naya funktsiya [Elektronnyi resurs] [Transcendental function]. *Kub – elektronnyaya biblioteka* [Kub – electronic library]. URL: <http://www.klex.ru/32e> (Accessed 27.03.2013).