

НАРРАТИВ КАК ПСИХОТЕХНИЧЕСКОЕ СРЕДСТВО В РАБОТЕ С ЛИЧНОСТНОЙ СУВЕРЕННОСТЬЮ ПОДРОСТКА

М.М. ЕЛФИМОВА*,
ФГБОУ ВО «ОГПУ», Оренбург, Россия,
elfimovamarya@yandex.ru

Рассмотрены вопросы формирования личностной суверенности подростка в нарративном тренинге. Нарратив понимается как текст, знаковая система, первоначально разделенная между людьми и в последствии интериоризируемая. Обосновывается возможность использования нарратива как психотехнического средства в работе с личностной суверенностью подростка. Ее формирование связывается с освоением рефлексивного действия, направленного на смысловое упорядочивание подростком опыта (событий) своего успешного автономного поведения. Основным содержанием нарративного тренинга выступает конструирование нарратива (нарративной метафоры). Рассмотрены два аспекта нарративной метафоры: «ландшафт действия» и «ландшафт смысла», помогающие подростку означить и придать смысл уникальным эпизодам собственной жизни, структурировать разрозненный опыт своего успешного независимого поведения.

Ключевые слова: психологическая суверенность личности, психотехническое средство, нарратив, подростковый возраст.

Для цитаты:

Елфимова М.М. Нарратив как психотехническое средство в работе с личностной суверенностью подростка // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Т. 26. № 2. С. 125—134. doi: 10.17759/cpp.2018260208

* Елфимова Мария Михайловна, кандидат психологических наук, доцент кафедры возрастной и педагогической психологии, Оренбургский государственный педагогический университет (ФГБОУ ВО «ОГПУ»), Оренбург, Россия, e-mail: elfimovamarya@yandex.ru

Психологическая суверенность является формой субъектности человека и понимается как способность осуществлять контроль, защиту и развитие своего психологического пространства. Эта способность основана «на обобщенном опыте успешного автономного поведения» [6, с. 9], осуществленного с позиции субъекта и характеризующегося ответственностью и самостоятельностью. Развитие личностной суверенности происходит нелинейно, и подростковый возраст один из тех возрастов, когда процессы суверенизации происходят наиболее интенсивно, подчиняясь задачам взросления.

В подростковом возрасте задачей развития становится разрешение противоречия между потребностью самоутверждения, самовыражения и возможностями, которые предоставляются социальной средой для их удовлетворения. В этой среде подросток ищет пространство для совершения собственного действия, «... в реальном мире подросток переживает неопределенность, не видит цели, а это значит, что он не может действовать, ощутить себя самого» [7, с. 294]. Потребность в самоутверждении, в самовыражении предстает как необходимость обеспечения внутреннего чувства самого себя в пространстве собственного авторского действия.

Современная массовая культура предлагает подростку множество альтернативных знаково-символических пространств, дающих возможность почувствовать событийную насыщенность (художественные тексты, продукты кинематографа и мультипликации, социальные сети, компьютерные игры). Вместе с тем, возникает вопрос о том, какие средства для построения собственного авторского действия могут быть предложены в специально организованном пространстве психологической практики (консультирования, тренинга).

При проектировании такого взаимодействия, опосредованного инструментом, позволяющим «... максимально выразительно оформить проблему, как пространство возможных действий» [16, с. 82], нужно учитывать следующие условия.

Первое — и на это обращает внимание А.Л. Венгер — привлекаемые психотехнические соседства не должны быть искусственными, в том смысле, что они не являются специально разработанными для целей психологической практики, а представляют собой общекультурные средства. При этом важно учитывать особенности культуры, к которой принадлежит клиент при выборе психологических средств и построении системы взаимоотношений.

Второе — психотехника должна содержать в себе механизмы развития суверенности. Усиление суверенности как системного качества личности подростка происходит всякий раз, когда факт разрешения актуальных ситуаций, связанных с мотивационно-потребностной сферой, осуществляется в пользу субъекта. Общими механизмами развития

суверенности психологического пространства являются приватизация и персонализация. «Сначала потребность открывается и обозначается (приватизация), затем ограничивается и удовлетворяется (персонализация). Понятно, что достижение суверенности не может быть полным без прохождения через оба этапа» [6, с. 178]. На первом этапе (этапе приватизации) подростком заявляются свои права на определенную «территорию» психологического пространства. На втором этапе (этапе персонализации) это пространство «обживается», т. е. ограничивается и удовлетворяется.

Этот момент может быть охарактеризован как *событие*, которое всегда связано с перерывом естественного течения жизни и переходом в иную реальность. «Переход *наличное—иное*, где наличное это пространство привычного функционирования, а иное — пространство, требующее *другого* функционирования; между этими пространствами находится выраженная граница — *метка перехода* от одного к другому типу поведения» [16, с. 139].

Событие является единицей построения нарратива — отрефлексированного, сохранившегося в памяти и наделенного «насыщенным описанием» действия или случая, «... которые совершались, происходили или созерцались как происходящие на определенном отрезке пространства и времени жизни субъекта» [11, с. 69]. Нарратив выступает знаково-символической конструкцией и психотехническим инструментом.

Как пишет А.Л. Венгер, рассмотрение психотерапевтических техник с позиций культурно-исторической психологии должно «... отвечать на следующие вопросы:

- Каковы основные психологические средства, предлагаемые клиенту?
- Каковы формируемые у него способы использования этих средств?
- Как строится социальное взаимодействие между клиентом и психологом, насколько эффективно достигается интериоризация средств, их «присвоение» клиентом?
- В какой мере обеспечивается произвольность и самостоятельность клиента в управлении своим психическим состоянием и своей деятельностью?» [1, с. 34].

Ответы на эти вопросы позволяют схематично описать реализацию психотехники в ходе тренингового или консультативного взаимодействия.

Первое — психолог предлагает клиенту конкретные психологические средства, овладение способами действий, которые позволят клиенту разрешить имеющуюся проблему.

Второе — в процессе психологической работы психолог раскрывает клиенту способ применения предложенного средства, психологический

механизм его действия. Это необходимо для обеспечения произвольности последующего самостоятельного применения клиентом предложенного психотехнического средства.

Третье — целенаправленно организуется процесс взаимодействия терапевта и клиента, в ходе которого клиент осваивает предлагаемый ему способ действия с психологическим средством. Таким образом, происходит интериоризация терапевтических отношений и способа действия со средством [1].

Следуя указанной логике, уточним возможности работы с таким психотехническим средством как, нарратив или *нарративная метафора*.

Мы предполагаем, что опосредствующая функция нарратива обеспечивает реализацию рефлексивного акта, вынесенного в межличностное диалогическое пространство взаимодействия и тем самым перестраивающего смысловую сферу субъектов тренингового или консультативного взаимодействия.

Опосредствование представляет собой «... систематическое присвоение особых психологических средств, в ходе которого происходит развитие субъекта» [14, с. 25]. Через применение интериоризированного психологического средства, человек обретает способность организовывать свое поведение и свои психические процессы в соответствии с собственными намерениями, способность управлять ими произвольно [1].

Основопологающей идеей концепции Л.С. Выготского является знаковая природа организации психики человека. Нарратив же есть текст, знаковая система, первоначально разделенная между людьми и в последствии интериоризируемая. В результате интериоризации нарратива события жизни организуются во времени и осмысливаются, появляется активный рефлексивный субъект, самостоятельно формирующий и изменяющий собственную жизнь, чувствующий самого себя в пространстве своего авторского действия [8; 9; 10]. Создавая свою историю, человек называет, означает, и обнаруживает смысл конкретных эпизодов своей жизни.

Способ, освоение которого предполагается через нарратив, состоит в смене позиции «в виде системы внутренних действий, составляющих рефлексивный акт» [15, с. 112]. Способ действия — есть управление координацией процессов, что предполагает отстранение от ситуации действия и взгляд на нее со стороны, т. е. позиционное отношение к действительности. «Отстраненность и позиция — указание на новый, более высокий, уровень опосредствования» [16, с. 115].

Смена позиций и появление позиционного отношения становятся возможными благодаря сущностной характеристике нарратива — в каждой истории наличествует двойной ландшафт (ландшафт действия и ландшафт смысла или сознания) [17]. В ландшафте действия разво-

рачиваются события, это «материал» истории. В ландшафте сознания репрезентируется сознание главных героев истории, он состоит из отраженных событий ландшафта действия, «... из того, каким образом люди приписывают смысл этим событиям, из их выводов о намерениях и целях, придающих облик этим событиям, о том, каков характер других персонажей истории, об их представлении о себе и отношении к себе в свете данных событий» [13, с. 93]. Ландшафт действия — это позиция героя, у любой истории есть герой (и то, каким он предстает перед нами, по большей части зависит от воли автора).

Герой в нарративном тренинге — это проба автора определенным образом представить себя окружающим и самому себе, то, как подросток пытается предъявить образ самого себя. Ландшафт смысла — это позиция автора, тот момент нарративного тренинга, когда он (клиент) присутствует «здесь-и-теперь», позиция, которая подразумевает деятельностное отношение к тексту. Именно автор принимает решение и придает смысл тем или иным событиям собственной жизни [9]. Через нарратив обретается возможность «... посмотреть на себя как на условно независимого от себя персонажа» [12, с. 25], и сделать с этим что-то. «Благодаря такому расщеплению, субъект оказывается в состоянии занять позицию по отношению к самому себе и из нее осуществить действия по отношению к самому себе» [5, с. 115].

Работа с нарративом предполагает сочинение истории, создание авторской позиции посредством вопросов, направленных на развитие «хорошей» истории — истории успешного автономного поведения, вопросов, помогающих провести содержательное обобщение событий взросления, составляющих личностный опыт подростка. Организация работы в тренинге осуществляется как совместное исследование. Последовательность вопросов психолога в нарративном тренинге и последовательность внутренних действий, составляющих рефлексивный акт, находятся в отношениях взаимного соответствия. В нашей работе мы соотносим данные этапы с этапами построения бесед, способствующих простраиванию опор исследования и создания подростком собственной истории (табл. 1).

Применение вспомогательных средств (нарратива) «... будучи включено в процесс поведения... видоизменяет все протекание и всю структуру психических функций, определяя своими свойствами строение нового инструментального акта» [3, с. 225]. Обращаясь к работам Д.А. Леонтьева [5], Е.Е. Сапоговой [13], М.В. Клементьевой [4], отметим, что освоение обобщенного способа действия по осмыслению собственного опыта предполагает обретение:

— осмысленности жизни (данный критерий отражает способность подростка организовывать собственный личный опыт и *общий уровень осмысленности жизни*);

Т а б л и ц а 1

Соотнесение схемы рефлексивного акта и бесед, направленных на протраивание опор (Н.Г. Алексеев, В.К. Зарецкий, М. Уайт) [15; 13]

№	Последовательность шагов в рефлексивном акте (по Н.Г. Алексееву, В.К. Зарецкому [15])	Решаемые задачи (по М. Уайту [13])
1	Остановка	<i>Задачи низкого уровня дистанцирования.</i> Это вопросы, которые дают возможность подростку придать смысл тем событиям, которые остались не обозначенными или неназванными, а затем подробно описать их
2	Фиксация	<i>Задачи среднего уровня дистанцирования.</i> Данные вопросы необходимы подростку для установления связи между конкретными событиями, для создания ассоциативных цепочек
3	Объективация	<i>Задачи средне-высокого уровня дистанцирования.</i> Вопросы побуждают подростка провести оценку возникающих взаимосвязей, делать выводы на основе вновь созданных ассоциативных цепочек событий, составляющих собственный жизненный опыт
4	Отчуждение	<i>Задачи высокого уровня дистанцирования.</i> Побуждают подростка формировать и формулировать понятия, относящиеся к его собственной жизни и суверенности на основании выводов из конкретных, специфических обстоятельств
5	Установление отношений. Изменение схемы мышления	<i>Задачи очень высокого уровня дистанцирования.</i> Обеспечивают подростку возможность создавать проекты дальнейшего жизненного продвижения со вновь сформулированными понятиями, касающимися жизни и суверенности, учат предсказывать исходы предполагаемых действий, а также планировать и составлять алгоритм их осуществления

— рефлексивности как устойчивой личностной черты (данный критерий отражает саморазвивающуюся личность, обладающую *способностью к системной рефлексии*);

— способности самостоятельно структурировать разрозненный опыт, создать временную структуру, позволяющую овладеть своим прошлым (*биографическая рефлексия*);

— пересмотр экзистенциального концепта жизни (данный критерий отражает чувствительность к временному *модусу человеческого существования*) [3].

Представляя собой культурную форму, нарратив используется как психологическое орудие, чтобы структурировать разрозненный опыт, придать ему временную структуру, что в итоговом моменте позволяет подростку овладеть своим опытом успешного автономного поведения.

Выводы. Таким образом, психологическим средством организации и упорядочивания собственного личного опыта может выступать нарратив. Включение нарратива как психотехнического средства в работу с личностной суверенностью подростка становится возможным поскольку:

1) создание нарратива реализуется в сотрудничестве с психологом, происходит в процессе совместной деятельности при ведущей роли собственной активности подростка;

2) способ действия, которой осваивается через построение нарратива, представляет собой поступательную смену двух позиций — авторской позиции (ландшафт смысла) и позиции героя (ландшафт действия);

3) «вступая» на эти ландшафты, подросток решает разные задачи — задачу познания реальности, когда происходит ее означивание (ландшафт действия) и «задачу на смысл», когда ему открывается собственный экзистенциальный опыт (ландшафт смысла);

4) обнаружение подростком уникального эпизода собственного автономного, независимого поведения, его исследование и обнаружение тех, смыслов, которые за ним стоят, дает возможность укрепиться личности подростка в своей автономии.

ЛИТЕРАТУРА

1. Венгер А.Л. Культуральный подход в психотерапии // Культурно-историческая психология. 2006. № 1. С. 32—38.
2. Выготский Л.С. Развитие высших психических функций. М.: Изд-во АПН РСФСР, 1960. 450 с.
3. Елфимова М.М. Развитие произвольного смыслообразования в нарративном тренинге [Электронный ресурс] // Психолог. 2017. № 6. С. 71—78. doi:10.25136/2409-8701.2017.6.25010. URL: http://e-notabene.ru/psp/article_25010.html (дата обращения: 29.12.2017).
4. Клементьева М.В. Биографическая рефлексия как ресурс саморазвития взрослых людей // Культурно-историческая психология. 2016. Т. 12. № 1. С. 14—23. doi:10.17759/chp.2016120102
5. Леонтьев Д.А., Осин Е.Н. Рефлексия «хорошая» и «дурная»: от объяснительной модели к дифференциальной диагностике // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2014. Т. 11. № 4. С. 110—135.
6. Нартова-Бочавер С.К. Психологическая суверенность личности: генезис и проявления: автореф. дисс. ... докт. психол. наук. М., 2005. 39 с.
7. Поливанова К.Н., Сазонова Е.В., Шакарова М.А. Что могут рассказать о современных детях их чтение и игры // Вопросы образования. 2013. № 4. С. 283—299.

8. Преображенская А.О. Динамика субъектной позиции личности в процессе психологического консультирования: автореф. дисс. ... канд. психол. наук. М., 2007. 24 с.
9. Преображенская А.О. «Автор» и «герой» в автобиографическом нарративе // Московский психотерапевтический журнал. 2006. № 1. С. 118—130.
10. Сапогова Е.Е. Автобиографирование как процесс самодетерминации личности // Культурно-историческая психология. 2011. № 2. С. 37—51.
11. Сапогова Е.Е. Автобиографический нарратив в контексте культурно-исторической психологии // Культурно-историческая психология. 2005. № 2. С. 63—74.
12. Турушева Ю.Б. Нарратив как культурный медиатор развития личности: взгляд сквозь призму культурно-исторической психологии // Культурно-историческая психология. 2016. Т. 12. № 2. С. 24—32. doi:10.17759/chp.2016120203
13. Уайт М. Карты нарративной практики: введение в нарративную терапию: пер. с англ. М.: Генезис, 2010. 326 с.
14. Хозиев В.Б. Опосредствование в теории и практике культурно-исторической концепции // Культурно-историческая психология. 2005. № 1. С. 25—35.
15. Холмогорова А.Б., Зарецкий В.К. Может ли культурно-историческая концепция Л.С. Выготского помочь нам лучше понять, что мы делаем как психотерапевты? // Культурно-историческая психология. 2011. № 1. С. 108—116.
16. Эльконин Б.Д. Опосредствование. Действие. Развитие. Ижевск: ERGO, 2010. 280 с.
17. Bruner J. Life as narrative // Social Research. 1987. Vol. 54 (2). P. 11—32.

NARRATIVE AS A PSYCHOTECHNICAL TOOL IN WORKING WITH PERSONALITY SOVEREIGNTY OF THE ADOLESCENT

М.М. ELFIMOVA*,

Orenburg State Pedagogical University, Orenburg, Russia,
elfimovamariya@yandex.ru

We consider the issues of the adolescent's personal sovereignty formation in a narrative training. The narrative is defined as a text, a meaning system, first divided between people and then interiorized. We substantiate the possibility of using the narrative as a psychotechnical tool in working with the personality sovereignty of

For citation:

Elfimova M. M. Narrative as a Psychotechnical Tool in Working with Personality Sovereignty of the Adolescent. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* [Counseling Psychology and Psychotherapy], 2018. Vol. 26, no. 2, pp. 125—134. doi: 10.17759/cpp.2018260208. (In Russ., abstr. in Engl.).

* *Elfimova Mariya Mikhaylovna*, Ph.D. in Psychology, Assistant Professor, Department of age and pedagogical psychology, Orenburg State Pedagogical University, Orenburg, Russia, e-mail: elfimovamariya@yandex.ru

the adolescent. Its formation is connected to the adolescent's mastering of reflexive action aimed at the meaningful organization of his/her experience of successful autonomous behavior. The essence of the narrative training is constructing the narrative (narrative metaphor). We consider two aspects of the narrative metaphor: the domain of action landscape and the domain of meaning, that help the adolescent to signify and make sense of the unique episodes of his/her life and to structure the fragmented experiences of his/her successful independent behavior.

Keywords: psychological sovereignty of the personality, psychotechnical tool, narrative, adolescence.

REFERENCES

1. Venger A.L. Kul'tural'nyi podkhod v psikhoterapii [Cultural approach in psychotherapy]. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya [Cultural-Historical Psychology]*, 2006, no. 1, pp. 32–39. (In Russ., abstr. in Engl.).
2. Vygotsky L.S. Razvitie vysshih psikhicheskikh funktsii [Development of the highest mental functions]. Moscow: APN RSFSR Publ., 1960. 450 p.
3. Elfimova M.M. Razvitie proizvol'nogo smysloobrazovaniya v narrativnom treninge [The development of arbitrary meaning formation in narrative training]. [Elektronnyi resurs] *Psikholog, [Psychologist]*, 2017, no. 6, pp. 71–78. Available at: http://e-notabene.ru/psp/article_25010.html (Accessed 29.12.2017).
4. Klement'eva M.V. Biograficheskaya refleksiya kak resurs samorazvitiya vzroslykh lyudei [Biographic reflection as resource of self-development of adults]. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya [Cultural-Historical Psychology]*, 2016, no. 1, pp. 14–23. doi:10.17759/chp.2016120102. (In Russ., abstr. in Engl.).
5. Leont'ev D.A. Osin E.N. Refleksiya “khoroshaya” i “durnaya”: ot ob'yasnitel'noi modeli k differentsial'noi diagnostike [“Good” and “Bad” Reflection: From an Explanatory Model to Differential Assessment]. *Psikhologiya. Zhurnal Vyssheishkoly ekonomiki [Psychology. Journal of the Higher School of Economics]*, 2014, no. 4, pp. 110–135.
6. Nartova-Bochaver S.K. Psikhologicheskaya suverenost' lichnosti: genesis i proyavleniya. Avtoref. diss. ... dokt. psikhol. nauk. [Psychological sovereignty of the personality: genesis and manifestations. Dr. Sci. (Psychology) Thesis]. Moscow, 2005. 39 p.
7. Polivanova K.N., Sazonova E.V., Shakarova M.A. Chto mogut rasskazat' o sovremennykh detyakh ikh chtenie i igry? [What can reading and playing tell about modern children?]. *Voprosy obrazovaniya [Issues of education]*, 2013, no. 4, pp. 283–299.
8. Preobrazhenskaya A.O. Dinamika sub"ektnoi pozitsii lichnosti v protsesse psikhologicheskogo konsul'tirovaniya: avtoref. diss. na soisk. uch. step. k. ps. nauk. [Dynamics of a subject position of the personality in the course of psychological consultation. Ph. D. (Philology) Thesis], Moscow, 2007, 24 p.
9. Preobrazhenskaya A.O. “Avtor” i “geroi” v avtobiograficheskom narrative [The “author” and “hero” in the autobiographical narrative]. *Moskovskiy psihoterapevicheskij zhurnal [Moscow psychotherapeutic journal]*, 2006, no. 1, pp. 118–130.

10. Sapogova E.E. Avtobiografirovanie kak protsess camodeterminatsii lichnosti [Autobiography as a process of self-determination of a person]. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya* [Cultural-Historical Psychology], 2011, no. 2, pp. 37—51.
11. Sapogova E.E. Avtobiograficheskii narrativ v kontekste kul'turno istoricheskoi psikhologii [Autobiographical narrative in the context of cultural-historical psychology]. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya* [Cultural-Historical Psychology], 2005, no. 1, pp. 63—74.
12. Turusheva Yu.B. Narrativ kak kul'turnyi mediator razvitiya lichnosti: vzglyad skvoz' prizmu kul'turno-istoricheskoi psikhologii [Elektronnyi resurs] [Narrative as cultural mediator in personality development: looking through the lens of cultural-historical psychology]. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya* [Cultural-Historical Psychology], 2016. Vol. 12 (2), pp. 24—32. doi:10.17759/chp.2016120203. (In Russ., abstr. in Engl.).
13. White M. Karty narrativnoi praktiki: vvedenie v narrativnuyu terapiyu [Maps of narrative practice]. Moscow: Genezis, 2010. 326 p. (In Russ.).
14. Khoziev V.B. Oposredstvovanie v teorii i praktike kul'turno-istoricheskoi kontseptsii [The mediation in the theory and practice of the cultural-historical concept]. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya* [Cultural-Historical Psychology], 2005, no. 1, pp. 25—36.
15. Kholmogorova A.B., Zaretskii V.K. Mozhet li kul'turno-istoricheskaya kontsepsiya L.S. Vygotskogo pomoch' nam luchshe ponyat', chto my delaem kak psikhoterapevty? [Can the cultural-historical concept of L.S. Vygotsky help us better understand what we are doing as psychotherapists?]. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya* [Cultural-Historical Psychology], 2011, no. 1, pp. 108—118.
16. El'konin B.D. Oposredstvovanie. Deistvie. Razvitie [Mediation. Action. Development]. Izhevsk: ERGO, 2010. 280 p.
17. Bruner J. Life as narrative. *Social Research*, 1987. Vol. 54 (2), pp. 11—32.