

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ | PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE IN EXTREME SITUATIONS

Научная статья | Original paper

Травма как сюжет жизненной истории

Л.А. Вертынская¹

¹ Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка, Минск, Республика Беларусь

✉ llid.vert@gmail.com

Резюме

Контекст и актуальность. Данная статья подчеркивает потенциал использования качественной методологии в практике исследований травматического опыта человека. На основании анализа «жизненной истории» затрагивается вопрос о понимании того, как человек в динамике воспринимает и осмысливает пережитое, как интерпретирует переломные моменты своей жизни, являющиеся потенциальной предпосылкой для реконструкции идентичности. **Цель:** изучить жизненную историю стареющего человека и описать проявления травмы в рассказе. **Методы и материалы.** В качестве методов исследования отдельного случая были использованы биографическое нарративное интервью и биографический нарративный анализ. **Результаты.** Выявлено, что травма в рассказе проявляется в дефицитности ресурсов самоописания, что указывает на неспособность нарратора связать между собой то, что было пережито как опыт страдания, осмысленно и передано словесно. Обнаружено сопротивление тревожащим воспоминаниям и избегание угрожающих согласованности связей в рассказе. Зафиксированы темпоральные смещения и идеализация дотравматического периода жизни. **Выводы.** Травма задает траекторию биографического повествования, не становясь при этом предметом этого повествования, имплицитно превращаясь в структурирующий принцип во время рассказа. Выбранный для нарративного анализа случай, представленный в статье, отражает особенности такого повествования, где травма является сюжетом жизненной истории.

Ключевые слова: нарративное интервью, нарративный анализ, жизненная история, травма

Для цитирования: Вертынская, Л.А. Травма как сюжет жизненной истории (2026). *Экстремальная психология и безопасность личности*, 3(2), 82—93. <https://doi.org/10.17759/epps.2026030205>

Trauma as the plot of a life story

L.A. Vertynskaya¹

¹ Belarusian State Pedagogical University named after Maxim Tank, Minsk, Republic of Belarus

✉ llid.vert@gmail.com

Abstract

Context and relevance. This article highlights the potential of using qualitative methodology in the study of human traumatic experience. Based on the analysis of “life story”, the article addresses the question of how an individual dynamically perceives and interprets lived experience, how they make sense of turning points in their life that may serve as a prerequisite for the reconstruction of identity. **Objective:** to study the life history of an aging person and to describe the manifestations of trauma in the story. **Methods and materials.** Biographical narrative interviews and biographical narrative analysis were used as methods to investigate an individual case. **Results.** It is revealed that the trauma in the story manifests itself in the scarcity of self-description resources, which indicates an inability to connect among themselves what was experienced as an experience of suffering, meaningfully and conveyed verbally. Resistance to disturbing memories and avoidance of threatening coherence of connections in the story are found. Temporal displacements and idealization of the pre-traumatic period of life are recorded. **Conclusions.** Trauma sets the trajectory of a biographical narrative without becoming the subject of that narrative, implicitly becoming a structuring principle during the story. The case chosen for narrative analysis presented in the article reflects the features of such a narrative, where trauma is the plot of a life story.

Keywords: narrative interview, narrative analysis, life history, trauma

For citation: Vertynskaya, L.A. Trauma as the plot of a life story (2026). *Extreme Psychology and Personal Safety*, 3(2), 82—93. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/epps.2026030205>

Введение

Вопрос о возможности использования жизненных историй в практике исследований гуманитарных наук получил свое особое развитие в условиях лингвистического поворота, согласно которому в них произошел «переход от мышления о языке к мышлению через язык» (Савчук, 2013, с. 95). Начиная с 1970—80-х годов, программные контуры биографической теории всё чаще стали обсуждаться в исследовательской среде (Д. Берто, Ф. Щютце, М. Коли, В. Фишер-Розенталь и др.) в контексте необходимости развития методологии и методов, изучающих языковые формы деятельности в связи с реконструкцией жизненных историй (Bertaux, 1996; Fischer-Rosenthal, 1990; Schütze, 1976). Были сделаны шаги в направлении поиска способов познания, позволяющих учитывать конструктивную и интерактивную природу языка. В исследовательский фокус ученых стали попадать биографические и тематические нарративы отдельных личностей и целых социальных групп — чаще так называемых «молчаливых» групп населения, вытесненных на периферию социального

пространства, либо обладающих нетипичным жизненным опытом, ломающим линейность биографического порядка. Эта направленность в развитии гуманитарного способа мышления и деятельности привела к резкому повышению значения качественной методологии, использованию в науке исследовательских стратегий, базирующихся на понимании и интерпретации.

Обращение к жизненным историям с позиций интерпретативной парадигмы было продиктовано необходимостью осмыслить, каким образом отдельный человек либо целые сообщества участвуют в создании социальной и культурной реальностей, как коллективно или индивидуально переживаемый ими опыт воплощается и перерабатывается в нарративах. В исследованиях биографии как лингвистического конструкта стали решаться задачи, связанные не только с анализом ее социальных и антропологических функций, но и с пониманием семиотических процессов, лежащих в основе становления и формирования жизненных историй (Fischer-Rosenthal, 1990; Rosenthal, 1995).

Исходя из предпосылки о том, что биографическое повествование охватывает одновременно и социальную реальность, и жизненный мир рассказчика, в исследовательском поле начали обсуждаться вопросы о том, (1) каким образом производить реконструкцию данной нарративной структуры, которая имеет свойства трансформироваться как в ходе индивидуальной жизни, так и в процессе исследовательских интеракций; (2) может ли идентичность человека быть воплощена в одной, пусть и объемной, рассказанной жизненной истории?

Ряд ученых полагает (Bourdieu, 1986; Nassehi, 1994; Raggatt, 2006), что осязаемая проблемность изучения биографических нарративов кроется уже в самом исследовательском запросе рассказать «всю историю жизни целиком», где сама формулировка запроса подразумевает некоторую окончательность и завершенность, как будто может быть предоставлено некое исчерпывающее описание. Эта формулировка «как бы» предполагает линейное, интегрированное, согласованное повествование, в котором одним повествовательным голосом аккуратно будут связаны между собой пережитые события прошлого, настоящего и предполагаемого будущего (Raggatt, 2006). Их оппоненты, возражая против такого репрезентативного толкования нарратива, утверждают, что термин «вся жизнь» не может быть однозначно понят, поскольку биографический опыт отдельного человека невозможно реконструировать во всей его полноте: рассказываемая история всегда будет лишь одной историей из множества возможных. Скорее этот термин может быть понят как всеобъемлющий паттерн, селективно организованный по принципу отбора значимого и незначимого в ситуации развернутой интеракции, где процесс избирательного упорядочивания релевантных событий формирует структуру сюжета, позволяя рассказчику передавать определенный смысл и точку зрения (Rosenthal, 2003). В ходе совершаемой презентации жизненного опыта биограф размещает себя напротив биографической структуры значений, которая далее, в потоке жизни, может неоднократно изменяться и переистолковываться.

Соглашаясь с теоретическим допущением о невозможности рассказать «всю жизнь целиком», в нашем исследовании мы считаем, что при реконструкции жизненной истории прежде всего следует определиться в том, «что» исследуется — целое через части или части через целое, и «как» стратегически это отразится на процедуре аналитической работы. Разброс позиций по этому поводу в исследовательской практике широк. В рамках разных традиций предложены определенные авторские варианты нарративного анализа (Schütze, 1976; Fischer-Rosenthal, 1990; Rosenthal, 1995; Glinka, 1998; Lieblich, 1998; McAdams, 2001; Raggatt, 2006 и

др.), каждый из которых имеет свои преимущества и ограничения. В методическом самоопределении (выборе исследовательской стратегии) мы стремились ответить на следующий ряд вопросов: чего можно добиться, реконструируя жизненную историю и связанные с ней переживания; как в исследовании будет пониматься повествовательная идентичность — как нарративная структура, интегрирующая разрозненные аспекты «Я» и выполняющая когерентную функцию, либо как динамический процесс, своеобразная множественность без единства, где разные образы себя могут противостоять друг другу?

Цель настоящего исследования: провести нарративный анализ жизненной истории человека, пережившего травматический опыт, и описать проявления травмы в рассказе.

Пережитая и рассказанная жизненная история

Известно, что при обработке биографических текстов исследователи сталкиваются с проблемой того, что эти источники отсылают к событиям, которые произошли давно, иногда десятилетия назад. Нарраторы рассказывают о событиях, которые они пережили тогда, которые они запомнили определенным образом и перевели на язык повседневности, чтобы сообщать другим людям о своем опыте. Если следовать за теоретической предпосылкой Э. Гуссерля о том, что «воспоминание основано на процессе воспроизведения, в котором прошлое подвергается постоянной модификации в соответствии с условиями и требованиями настоящего» (Гессерль, 1994, с. 38—39), то можно заключить, что настоящее повествование определяет взгляд на прошлое и создает конкретное воспоминание о прошлом. В этой связи возникает вопрос: можно ли вообще искать следы пережитого прошлого в рассказе?

В 1932 году в работе «Философия настоящего» Дж.Г. Мид описал взаимосвязь между прошлым, настоящим и будущим, где дал понять, что существует как необратимость, так и возможность возврата в прошлое: «Прошлое, в которое мы вовлечены, одновременно необратимо и возвратно. Бессмысленно — по крайней мере, с точки зрения опыта — прибегать к «реальному» прошлому, внутри которого мы могли бы совершать непрерывные открытия; ведь это прошлое должно быть противопоставлено настоящему, в котором появляется новое (эмержентное), и прошлое, которое тогда должно рассматриваться с точки зрения нового, становится другим прошлым» (Мид, 2014, с. 44).

Развитие этой идеи можно найти позже в трудах Г. Розенталь, которая вводит различие между «пережитой» и «рассказанной» историей и подчеркивает, что они находятся между собой в отношении взаимного конституирования: «Я, скорее, исхожу из следующего допущения: рассказанная жизненная история конституируется, с одной стороны, исходя из представляемого в сознании в ситуации переживания (ноэма восприятия) и из акта восприятия (ноэзис), с другой стороны, исходя из извлекаемых из памяти и осажденных в виде образов переживаний (ноэмата воспоминания) и из акта обращения к прошлому в настоящем в процессе рассказывания» (Rosenthal, 1995, p. 20).

Применительно к психологии памяти, Г. Розенталь отмечает необходимость уйти от противопоставления объективного и субъективного, критикуя и тех, кто пытается объяснять память исходя из концепции накопления, сохранения и последующего воспроизведения впечатлений, так и тех, кто сводит ее к произвольным процессам субъективного конструирования, всецело обусловленным настоящим.

Используя идеи феноменологической интерпретации гештальт-теории А. Гурвича и объективной герменевтики У. Овермана, Г. Розенталь поясняет, что «рассказанное» базируется на взаимном отношении между пережитым тогда и его сегодняшним представлением во время акта обращения (Rosenthal, 1995, p. 88). Чтобы узнать что-либо о

прошлом, исследователю необходимо учитывать настоящее рассказчика и — наоборот — изучить прошлое, если надо понять, как биографы живут с этим сейчас. Говоря другими словами, к толкованию переживания можно прийти только в результате реконструкции пережитой жизненной истории с учетом наслоения познаний о ней.

При этом не стоит забывать, что доля воспоминаний в процессе рассказывания может изменяться. Так, с одной стороны, не всё, что вспоминается биографом, может быть рассказано. Чаще из рассказа отсеиваются или упускаются те фрагменты, которые не совместимы с актуальными интересами презентации, конфликтуют с социально желательными образцами, а также носят травматический характер. Восстановить ход пережитого в таком случае крайне сложно, так как схема рассказа начинает подменяться многочисленными аргументациями, что позволяет рассказчику избегать тревожащих, неприятных связей в повествовании, делая угрожающее прошлое или будущее более приемлемыми. С другой стороны, рассказ может содержать значительно больше, чем нозма, либо же может и вовсе исходить из аффективных предпосылок. Если биограф ощущает в своих нарративах неуверенность, противоречивость, бессмысленность, нецелесообразность ситуации, то он может восполнять историю так называемыми «добавочными конструкциями» (Rosenthal, 1995, pp. 223—225), т. е. для того, чтобы достичь когерентности и правдоподобности главной истории, им могут вплестаться рассказы, базирующиеся не на собственных воспоминаниях, а на фантазиях или рассказах других о произошедшем. В любом случае логика «искажения» действительного опыта предполагает существование его «истины», которую открывает в ходе биографического исследования нарратолог.

Анализ случая

Чтобы начать изучение жизненной истории в практике биографических исследований, значимым шагом является выбор случая для последующего анализа. Исходя из этого, мы нацелились на поиск тех респондентов, которые обладают определенной лингвистической компетентностью для построения относительно целостного биографического повествования, а также чьи знания либо опыт могут позволить получить «насыщенные данные».

Выбор такого респондента в нашем исследовании был продиктован интересом к биографическому нарративу стареющего человека, имеющего в своем опыте ряд переломных моментов, которые могут стать основанием для реконструкции идентичности. Фокус исследования был направлен на осмысление пережитого им, а также на экспликацию травматического содержания, влияющего на способ повествования о себе и своей жизни. Для понимания сложившейся индивидуальной системы интерпретаций рассказчика в исследовании использовалась репрезентативная модель нарратива (Wortham, 2001, pp. 5—8), которая не учитывает в ходе процедуры анализа «событие рассказывания» и особенности позиционирования участвующих в исследовательской ситуации рассказчика и слушателя.

Так, двигаясь в рамках репрезентативной стратегии, в ситуации интервью в качестве запроса со стороны интервьюера, изучающего геронтологические проблемы, респонденту был задан биографический нарративный импульс. Он позволил рассказчику начать излагать определенную историю в максимально просторном временном и тематическом континуумах, совершая описательную работу, в процессе которой «до этого диффузные и когнитивно необработанные переживания, находящиеся в памяти, организуются в единый гештальт» (Glinka, 1998, p. 57). Рассказчик, окунувшись в события прошлого, с одной стороны, оказывается частично подчинен прежним механизмам воспоминания о пережитых событиях, а с другой стороны, находясь в актуальном моменте взаимодействия с интервьюером,

приобретает возможность более дифференцированного взгляда на происходящее с ним. Другими словами, рассказчик темпорально находится в особом временном зазоре, где размытые воспоминания прошлого сочетаются с когнитивной ясностью текущего момента (Glinka, 1998). Иначе говоря, биографический нарратив стремится не столько к ретроспективному восстановлению событий, пережитых в прошлом, сколько к конструированию иного опыта, в первую очередь связанного с формированием образа собственного «Я».

В результате интервью было получено повествование женщины шестидесяти семи лет, условно назовем ее *Л.Ф.*

Краткая информация об интервьюируемой. Родилась в 1942 году в семье рабочих. Жили в сельской местности, затем переехали в г. Брест, где *Л.Ф.* проживает в настоящее время. После окончания школы работала на заводе, заочно учась в Львовском институте радиоэлектроники. В двадцать лет вышла замуж, в двадцать два родила единственного сына. Некоторое время преподавала в брестском техникуме, из которого уволилась по семейным обстоятельствам (смерть невестки, мужа), и больше до пенсии официально не работала. На данный момент домохозяйка, занимается воспитанием внучек.

Непосредственно сам текст интервью был подвергнут последующей процедуре нарративного анализа в версии Г. Розенталя, с учетом того, что эта версия имеет свои зоны критической уязвимости и не лишена недостатков (Kochuyt, 1995; Bertaux, 1996). Выбор этой аналитической модели исследования нарратива показался наиболее уместным, поскольку рассказанная жизненная история представляла собой относительно завершённый, обладающий целостностью биографический конструкт, содержащий в себе разрозненный опыт переживания событий. Чтобы обнаружить доминирующую тему повествования и механизмы, лежащие в основе упорядочивания биографом своего жизненного опыта в хронологическую и тематическую последовательность, использовался алгоритм пошаговых аналитических действий, включающий: 1) анализ биографических фактов; 2) тематический и текстовый анализ полей; 3) реконструкцию структуры случая; 4) детальный анализ отдельных фрагментов текста; 5) контрастирование рассказанной и пережитой жизненной истории (Rosenthal, 1995, p. 216). Следуя логике метода, сообщим обо всем по порядку.

Первая сложность, с которой мы столкнулись уже в начале исследования, состояла в дефицитности нарративного самоописания рассказчицы, невзирая на ее пожилой возраст. Тому, на наш взгляд, есть несколько возможных объяснений:

1) ресурсы нарративизации опыта биографа оказались минимальны из-за присутствия во время процедуры интервьюирования в помещении третьего лица (*внучка десяти лет, игравшая в углу комнаты*), поэтому в выборе событий он был очень осторожен и презентировал их через обобщенные оценки, лишённые эмоционального выражения;

2) недоверие к интервьюеру в процессе взаимодействия и связанное с ним нежелание открытого сотрудничества;

3) фрагментарное восприятие биографом своей жизни из-за большого временного расстояния между повествуемым и повествующим «Я»;

4) низкая нарраторская компетентность;

5) **желание избежать угрожающих согласованности связей в рассказе, сопротивление тревожащим воспоминаниям.**

Кроме того, краткое содержание основного рассказа нарратора состояло из эвалюаций (Rosenthal, 1995, p. 240) — частных фрагментарных оценок и представлений вне контекста определенных событий. Это обстоятельство спровоцировало на поиск ответа: почему биограф

в своем повествовании не концентрировался на воспоминаниях конкретных событий, их перечислении и связанных с ними переживаниях?

Были выдвинуты следующие гипотезы:

1) Биограф ощущает свою жизнь как отголосок советского прошлого, как осколок национальной коллективной травмы, так как в процессе основного повествования он не мог выделить из всего событийного потока наиболее значимые, кульминационные моменты, мысля их обыденными, сами собой разумеющимися на фоне тяжелых последствий, связанных с Великой Отечественной войной (*Ну, у меня один сын = Какое там событие (.) Как у всех. Я не считаю, что это великое событие*). Сообщая о себе, на протяжении рассказа-экспромта биограф постоянно использовал обобщающее местоимение «мы» (*мы были беднее (.) мы стремились, чтоб нам что-то заработать (.) мы стремились к работе (.) мы не могли лениться, потому что нам надо было что-то купить (.) и одеться, и поесть*), указывая на связь с теми, кто пережил войну и тяжести послевоенного периода.

2) Биограф был немногословен, не сосредотачивался на определенных событиях, чтобы с помощью оценок прошлого, настоящего и будущего убедить интервьюера в нормативности своего положения (*Теперь на пенсии. (.) Хорошо. (.) Не работаем. Деньги получаем. Прекрасно (.) ↑Жизнь прекрасна!↑*). Другими словами, перечислив события своей жизни, биограф предоставил бы интервьюеру существенную возможность иметь свое независимое отношение к случившимся событиям, а посредством предоставления оценок вне событийного контекста он значительно сузил такую возможность.

3) Биограф не поддавался потоку рассказа, так как его жизненный опыт содержит некоторые события, до сих пор не лишённые травматического ядра, воспоминания о которых могли бы контрастировать с тем образом «прекрасной жизни», который нарратор пытался представить интервьюеру.

Исходя из полученной в основном рассказе-экспромте информации, анализу подверглась идея о том, что предложенный рассказчиком биографический конструкт есть попытка создать «нарратив стабильности» (Gergen, 1997, p. 175), где биограф остается неизменным в своей оценочной позиции на протяжении времени. С этой целью, при герменевтической реконструкции структуры случая (Rosenthal, 1995, p. 338), мы старались, насколько это возможно, удерживать в фокусе внимания тематическую и временную последовательность переживаний биографа. Однако это было проблематично ввиду многочисленных интервенций со стороны исследователя, который, активно задавая дополнительные вопросы, ориентировал нарратора в выборе тем повествования. Такое вмешательство не позволило в полном объеме понять и раскрыть механизмы хронологического секвенцирования рассказа, тем самым значительно снизив исследовательский потенциал собранного в результате интервьюирования материала.

В целом ответы нарратора на вопросы интервьюера содержали упоминания о трех временных жизненных линиях, из которых наиболее темпорально развернутой было прошлое. Анализируя это обстоятельство, мы задались вопросом: чем обусловлена подобная концентрация повествующего на одном из периодов жизненного пути?

Гипотетически было предположено, что:

1) Это возрастная особенность: прошлое, по сравнению с другими периодами, воспринимается биографом как наиболее событийно насыщенная часть жизни, в котором были и «детство», и «учеба», и «работа», и «создание семьи», и «беды» и т. д.

2) Актуализация воспоминаний прошлого является попыткой избежать рассказа о переживаниях настоящего времени, с целью усиления которой биограф неоднократно

прибегал к идее нормативности своего положения на сегодняшний день ((.)↑*Красота*↑. *все прекрасно, (2.0) все хорошо*); (**такая жизнь**. (.) *Если б только не те беды (2.0) ничего бы не меняла. И сейчас хорошо. Довольна всем. Пенсию дают (.) хватает той пенсии*).

3) Концентрация биографа на своем прошлом представляет собой компенсаторный механизм сужения горизонта будущего (*никогда вперед ничего не планирую*); (*я стала уже суеверная*); (*И про будущее не думаю. Оно будет — и все*).

4) **Прошлое нарратора есть детерминанта его переживаний настоящего и будущего, предопределившая ретроспективное выстраивание всего биографического конструкта.**

Вместе с тем в поле анализа повествования находились и другие его темпоральные особенности:

Во-первых, учитывалось то, что события прошлого в рассказе биографа переживались интенсивнее актуальных событий. Они обладали высокой плотностью и по своей длительности были растянуты во времени, что в конечном результате создало ощущение несоразмерности частей жизненной истории (длительное прошлое — незначительное настоящее и будущее).

Во-вторых, была ощутима существенная разница между пережитым и рассказанным в структуре истории. Так, например, блок событий относительно утраты близких презентировался нарратором как охватывающий гораздо меньший временной интервал, чем другие непродолжительные по своему характеру события (поездка по Советскому Союзу и т. д.). Таким образом, биограф, повествуя о своей жизни, неосознанно оставлял без должного внимания те факты, которые могли вызвать сильные эмоциональные реакции.

В-третьих, биографом не соблюдалась временная последовательность в изложении событий: частично это было связано с неоднократно задававшимися интервьюером ориентирами, а частично — со спецификой самого биографического конструкта, так как целые жизненные фазы биографа попали в так называемую «немую область» и стали доступны ему только в отдельных частях, картинах и настроениях.

Попробуем в этом разобраться.

В предоставленном нарратором рассказе было обнаружено два значительных противоречия, связанных между собой:

1) По ходу повествования биограф старался быть эмоционально нейтральным к презентуемым событиям, старался быть логически последовательным, регулярно возвращаясь на протяжении всего рассказа к идее о «прекрасной» и «интересной» жизни. Однако подобного рода заверения всякий раз вступали в противоречие с активно используемым им в рассуждениях рефреном о «рутинности» жизни.

2) Вторая несостыковка в биографическом конструкте нарратора была сопряжена с темой сопротивления внешним обстоятельствам: с одной стороны, Л.Ф. утверждала, что не было возможности им противостоять (*Текли по течению и все. (.) Мы же не могли ничего (0.2) своего что-то придумать, что-то сделать. (.) Мы ж шли по закону*); (*меня беда заставила*); (*Историю страны тут лично не повернешь. Историю страны помешала моей личной жизни, моим планам. (4.0) Мы остались не удел. (2.0)*); (*...це:::ли нельзя, нельзя ставить. (2.0) Были у нас цели, но они все рухнули. И я с тех пор я стала уже суеверная*), с другой стороны, Л.Ф. неоднократно подчеркивала попытки брать всё под свой контроль (*Жизнь зависит, конечно, = только от меня. (1.0) А рутина здесь наша конечно (.) как я сделаю, так оно и будет. (2.0)*); (*Да, я активная по жизни (.) ничего без меня не происходит (.) все со мной все меня поддерживают (.) Все меня, слава Богу уважают. Я стараюсь никого не обидеть. (3.0) Если есть возможность, то помочь (2.0) Этим и живу. (2.0)*); (*ну::: а так (.) сама выбивалась*

(.)↑*Старалась делать людям добро*); (Директор школы к маме приходил, пускай идет учиться. Она хорошо учится. Я сказала нет, я учиться не пойду, я пойду работать, чтобы одеться и обуться), (Я была секретарем партийной организации. Без меня ничего не обходилось).

Образовавшийся контраст между представлениями нарратора был нами искусственно усилен путем сопоставления этих двух фраз: «...если б только не беды», то жизнь биографа могла бы быть «прекрасна». Спровоцированная обстоятельствами «вынужденность» спасать окружающих (сына, внушек, учеников, в целом молодежь) принесла с собой изменения привычного образа жизни, существенно преобразовала его. Поэтому возник вопрос: а с какого времени это стало происходить?

1) Биограф с детства ощущал необходимость действовать, подчиняясь логике внешних обстоятельств, а произошедшие потрясения (тяжелый послевоенный период, смерть невестки и мужа, потеря работы) еще больше усилили эту тенденцию. Так, идеализируя свое прошлое, Л.Ф. заострила внимание на том, что, невзирая на бедность и тяжелый физический труд, жизнь раньше была прекрасна «...и намного интереснее (.), чем сейчас». «Детство было хорошее», она нисколько не жалела о жизни в деревне, о том, что много работала на земле. Однако, когда Л.Ф. преподавала в техникуме, она почему-то с особой эмпатией относилась к «ребятам», приехавшим из деревень: «Я их не обижала, мне их жалко было. = Они из деревень поприезжали. Они такие кроткие, такие несчастные». Возникает вопрос: почему, вспоминая о прекрасном и далеком детстве, она не смогла ничего рассказать, кроме как о тяжелой каждодневной работе? И почему она так сопереживала людям, которые приехали учиться из далеких деревень? Можно предположить, что в них она видела себя: деревенскую девочку, которая была скована обстоятельствами проживания в сельской местности, всю жизнь трудившуюся, которой никто не помогал; чуть позже ставшую секретарем партийной организации, что произошло под давлением социума без должного на то желания, «выполняющим свои обязанности (4.0) *на общественных началах*», домохозяйкой, которая «воспитывает, убирает и кормит архаровцев», потому что больше некому.

2) **Биограф смотрит на свою жизнь сквозь призму травматического опыта, и это обуславливает его восприятие прошлого, настоящего и будущего.** Для рассказа нарратор отбирал воспоминания, которые как нельзя лучше иллюстрировали бы его податливость обстоятельствам, отражали слабость сопротивления происходящему, всю рутинность данного процесса (например, вынужденность жить в послевоенное время в деревне и физически трудиться, быть секретарем партийной организации без должного желания, безработной домохозяйкой, воспитывающей внучку). При этом в повествовании биограф сводил предпринятые им многочисленные попытки противостоять обстоятельствам в до- и посттравматический период к минимуму, хотя на самом деле в реальной жизни они были гораздо мощнее по своей силе (невзирая на тяжелое положение в стране, она нашла работу, пошла заочно учиться, вышла замуж, родила сына, воспитала внучку) и сейчас объясняют образовавшийся раскол в сознании нарратора.

Заключение

Подводя итог, можно сказать, что приведенный пример нарративного анализа жизненной истории, выполненного на транскрибированном материале интервью, показывает потенциал и особенности качественного подхода при изучении человека, пережившего в своей жизни травматический опыт. Во время реконструкции структуры случая, кроме последовательного восстановления хода событий пережитого рассказчиком, учитывается его актуальное

восприятие, оказывающее влияние на селекцию событий. Единый гештальт пережитого и рассказанного в истории выводится путем распределения событий по тематическим полям, на фоне которых и проявляется тема (Rosenthal, 1995, pp. 7—59). При рассмотрении травмы как сюжета имеющийся травматический опыт перестает быть просто объяснением случившихся событий. Он превращается в ядро, в своеобразный центр, вокруг которого формируется защитная оболочка нарратива. В условиях повествования возникают ощутимые затруднения, связанные с тем, чтобы выразить травму в словах; она оказывается недоступной для окончательной символизации (Рождественская, 2009, с. 110). Указывая на недостаточность языковых средств, травма выражает себя в особенностях ритуализированной связи между языком и молчанием (LaCapra, 1997, p. 9): недостаток речи возникает в тех случаях, когда есть внешний либо внутренний запрет на обнародование случившегося, на рассказ о том, что оказалось наиболее болезненным и может принести новые страдания во время проговаривания об этом. В таком случае рассказ фрагментируется, распадается на части, а важные этапы жизни остаются невысказанными. Кроме того, по мнению Г. Розенталь, еще одной особенностью травмы является идеализация дотравматического периода жизни, в результате чего искажаются отношения, представления и переживания, связанные с ним (Rosenthal, 1995, p. 75). Таким образом, изучение жизненных историй, имеющих в своей основе травматический опыт, дает возможность анализировать те нарушения и разрывы, которые в первую очередь переживаются как недостаток речи, как бессловесность, как ответ на прошлое, которое отказывается уходить в силу своего травмирующего воздействия.

Ограничения. Процесс сбора жизненных историй посредством нарративного интервью может затрагивать болезненные или конфиденциальные темы, требующие деликатности и соблюдения этических стандартов. Также надо учитывать, что способы интерпретации содержания жизненных историй зависят от культурных норм, что может усложнять сравнение полученных результатов между разными культурными группами респондентов.

Limitations. The process of collecting life stories through narrative interviews can address painful or sensitive topics that require sensitivity and ethical standards. It should also be borne in mind that the methods of interpreting the content of life stories depend on cultural norms, which can complicate the comparison of the results obtained between different cultural groups of respondents.

Список источников / References

1. Гуссерль, Э. (1994). *Собрание сочинений: Том 1. Феноменология внутреннего сознания времени*. М.: Гнозис.
Husserl, E. (1994). *Collected Works: Volume 1. Phenomenology of the inner consciousness of time*. Moscow: Gnosis. (In Russ.).
2. Мид, Дж.Г. (2014). *Философия настоящего*. М.: Дом Высшей школы экономики.
Mead, J.G. (2014). *Philosophy of the present*. Moscow: House of the Higher School of Economics. (In Russ.).
3. Рождественская, Е.Ю. (2009). Словами и телом: травма, нарратив, биография. В: *Травма: пункты: Сб. статей* (с. 108—132). М.: Новое литературное обозрение.
Rozhdestvenskaya, E. (2009). In words and body: trauma, narrative, biography. In: *Trauma: items: Sat. articles* (pp. 108—132). Moscow: New literary review. (In Russ.).
4. Розенталь, Г. (2003). Реконструкция жизненных историй. Принципы отбора в процессе порождения жизненных историй применительно к биографическим нарративным интервью. В: *Хрестоматия по устной истории* (с. 322—356). СПб: Изд-во ЕУСПб.

Вертынская Л.А. (2026)
Травма как сюжет жизненной истории
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(2), 82—93.

Vertynskaya L.A. (2026)
Trauma as the plot of a life story
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(2), 82—93.

- Rosenthal, G. (2003). Reconstruction of life stories. Principles of selection in the process of generating life stories in relation to biographical narrative interviews. In: *Oral history textbook* (pp. 322—356). St. Petersburg: EUSP Publ. (In Russ.).
5. Савчук, В.В. (2013). Феномен поворота в культуре XX века. *Международный журнал исследований культуры*, 1(10), 93—108.
Savchuk, V.V. (2013). The phenomenon of a turn in the culture of the 20th century. *International Journal of Cultural Studies*, 1(10), 93—108.
 6. Bertaux, D. (1996). A Response to Thierry Kochuyt, Biography and Society. *Biography and Society, Newsletter*, 2—6.
 7. Bourdieu, P. (1986). L'illusion biographique. *Actes de la recherche en sciences sociales*, 62(63), 69—72. <https://doi.org/10.3406/arss.1986.2317>
 8. Fischer-Rosenthal, W. (1990). *Von "der biographischen Methode" zur Biographieforschung: Versuch einer Standortbestimmung*. Bremen: Westdeutscher.
 9. Gergen, M. (1997). Narratives of the self. In: *Memory, identity, community: The idea of narrative in the human sciences*. Albany: State University of New York Press.
 10. Glinka, H.-J. (1998). *Das narrative Interview: eine Einführung für Sozialpädagogen*. München: Juventa.
 11. Kochuyt, T. (1995). Biographical and Empiricist illusions: A Reply to Recent Criticism'. *Biography and Society, Newsletter*, 5—7.
 12. LaCapra, D. (1992). Representing the Holocaust: Reflections on the Historians' Debate. In: *Probing the Limits of Representation: Nazism and "Final Solution"* (pp. 108—127). Cambridge: Harvard University Press.
 13. Lieblich, A. (1998). *Narrative research: Reading, Analysis, and Interpretation*. New Delhi: Sage Publications. <https://doi.org/10.4135/9781412985253>
 14. McAdams, D.P. (2001). The Psychology of Life Stories. *Review of General Psychology*, 5(2), 100—122. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.5.2.100>
 15. Nassehi A. (1994). Die Form der Biographie. Theoretische Ueberlegungen zur Biographieforschung in methodologischer Absicht. *Zeitschrift fuer Biographieforschung und Oral History*, 7(1), 46—63.
 16. Raggatt, P.T. (2006). Multiplicity and Conflict in the Dialogical Self: A Life-Narrative Approach. In: Dan P. McAdams (Ed.), *Identity and story: creating self in narrative* (pp. 15—36). Washington: American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/11414-001>
 17. Rosenthal, G. (1995). *Erlebte und erzählte Geschichte: Gestalt und Struktur biographischer Selbstbeschreibungen*. New York: Campus.
 18. Schütze, F. (1976). *Zur Hervorlockung und Analyse von Erzählungen thematisch relevanter Geschichten in der soziologischen Feldforschung*. München: Fink.
 19. Wortham, S. (2001). *Narratives in action*. New York: Teachers College Press.

Информация об авторе

Лидия Александровна Вертынская, старший преподаватель кафедры социальной и семейной психологии, Институт психологии, Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка (БГПУ), Минск, Республика Беларусь, ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-1095-6291>, e-mail: llid.vert@gmail.com

Information about the author

Вертынская Л.А. (2026)
Травма как сюжет жизненной истории
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(2), 82—93.

Vertynskaya L.A. (2026)
Trauma as the plot of a life story
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(2), 82—93.

Lidia A. Vertynskaya, Senior Lecturer, Department of Social and Family Psychology, Institute of Psychology, Belarusian State Pedagogical University named after Maxim Tank (BSPU), Minsk, Republic of Belarus, ORCID: [https:// orcid.org/0009-0007-1095-6291](https://orcid.org/0009-0007-1095-6291), e-mail: llid.vert@gmail.com

Конфликт интересов

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

Conflict of interest

The author declares no conflict of interest.

Поступила в редакцию 30.03.2026
Поступила после рецензирования 11.05.2026
Принята к публикации 25.05.2026
Опубликована 30.06.2026

Received 2026.03.30
Revised 2026.05.11
Accepted 2026.05.25
Published 2026.06.30