

ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.9.07

Ю.В. ГУРТОВАЯ,
*психолог, ведуча тренінгових програм,
центр «Здорова семья», г. Днепропетровск*

ИССЛЕДОВАНИЕ СВЯЗИ ЗНАЧИМОЙ ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА СКАЗКИ И ЕГО ЖИЗНЕННОГО ПУТИ

В статье приведены результаты исследования взаимосвязи сюжета значимой для человека сказки с его жизненным путем. Выделены отдельные параметры совпадения значимой сказки и жизненного пути человека.

Ключевые слова: жизненный путь, жизненный сценарий, сказкотерапия.

Введение. Каждый человек проходит свой жизненный путь. И на протяжении веков человечество мучает один и тот же вопрос: почему судьба благосклонна к одним, лояльна к другим и жестоко наказывает третьих? Кто-то на протяжении всей жизни упорно повторяет одни и те же ошибки, а кто-то, напротив, использует одни и те же успешные стратегии. И если победителя редко волнует причина его успеха, то «неудачник» постоянно задается вопросом: «Почему?». Человеку не поможет никто и ничто, если он сам не захочет разобраться, какие силы заставляют его действовать так, а не иначе. Являются ли эти события случайными, или мы сами формируем свою судьбу, осознанно или неосознанно притягиваем именно те события, которые ожидаем увидеть. То есть живем по некоему написанному нами же жизненному сценарию.

Анализ исследований. Э. Берн в своих ранних работах определял сценарий как «бессознательный жизненный план» [2]. Затем дал более полное определение: «План жизни составляется в детстве, подкрепляется родителями, оправдывается ходом событий и достигает пика при выборе пути». А жизненный план, соответственно, – это то, что должно произойти в соответствии со сценарием. В теории сценария есть идея, согласно которой ребенок составляет определённый план своей жизни, а не просто формирует основные взгляды на жизнь [9]. Этот план составляется в форме драмы, имеющей чётко обозначенные начало, середину и конец. Уже с ранних лет ребенок подсознательно знает, в каком возрасте создаст семью, сколько будет иметь детей, знает, что надо много учиться, трудиться, доверять или не доверять людям и т. д. Жизненный план формируется в жизненный путь. Жизненный путь Л.И. Анцыферова рассматривает как развернутую во времени систему выборов человека. К.А. Абульханова-Славская рассматривает жизненный путь человека как его способность организовать свою судьбу по собственному замыслу [8].

Как же выявить этот жизненный сценарий и определить, на что он влияет. Одним из возможных методов выявления жизненного сценария является метод сказкотерапии. Исследовать сказки и мифы, познавать их скрытый смысл начал еще К.Г. Юнг. Он исследовал мифы, сказки и увидел, что они закладывают в человеке некий «банк жизненной мудрости», содержащий полный перечень человеческих проблем, вопросов, и активизирующий в случае необходимости [1].

Затем Э. Берн открыл еще один кардинально новый аспект влияния сказок на человека и указал на то, что конкретная сказка может стать жизненным сценарием человека. Актуальность данной работы заключается в том, что, подтвердив взаимосвязь сюжета сказки с жизненным сценарием человека, становится возможным выявлять тот жизненный план, по которому живет человек. Что позволяет каждому человеку, в итоге сделать выбор, хочет ли он идти в этом жизненном русле, или намерен изменить его, сделать жизненное течение более эффективным.

Объект исследования данной статьи: жизненный путь человека.

Предмет исследования статьи: взаимосвязь представления человека о его жизненном пути с представлением о значимой сказке.

Гипотеза данной статьи следующая: существует взаимосвязь между представлениями человека о его жизненном пути и представлениями человека о значимой сказке.

Цель статьи: исследовать, как отражена значимая сказка человека в его жизненном пути.

Изложение основного материала. Важными составляющими в формировании жизненного сценария являются [10]:

– поведение родителей – один из наиболее сильных факторов, который определяет модель семьи. Хотя родители не могут заставить ребёнка принять какие-то решения, они, тем не менее, оказывают на ребёнка сильное влияние, передавая ему вербальные и невербальные послания. Ребенок воспринимает их отношения между собой, с другими людьми, соседями, друзьями, отношение к обществу, к жизни;

– установки родителей по отношению к ребенку – второй очень важный фактор, к которому чрезвычайно чувствителен ребенок в первые годы жизни. На основе посланий, передаваемых родителями, ребёнок формирует представления о себе. Именно этот фактор часто определяет успешность во взрослой жизни по принципу «я способен настолько, насколько верят в это мои родители»;

– отношение сверстников влияет на протяжении всего детства и юности. В соответствии с этим мы отвечаем себе на вопрос «Кто Я?»;

– личный опыт – это все наши успехи и неудачи, по которым мы определяем свои возможности и своё место в жизни.

Стэн Вуллэмс выделил две важнейшие особенности формирования жизненного сценария:

– сценарные решения представляют собой наилучшую стратегию ребёнка с целью выживания в мире;

– сценарные решения принимаются в соответствии с эмоциями ребёнка и его способом тестирования реальности.

Все сценарии по своему содержанию можно условно разделить на три группы: сценарий победителя, сценарий побеждённого и сценарий не-победителя или банальный сценарий.

Победителем Э. Берн называл «того, кто достигает поставленной перед собой цели» [2]. Роберт Гулдинг добавляет: «...и в результате этого преобразует жизнь». «Выигрыш» предполагает также, что достижение «заявленной цели» приносит чувство удовлетворения, успеха и не вызывает внутренней напряженности. Если в детстве ребенок решил, что будет великим вождем, и действительно стал выдающимся полководцем или политическим деятелем, который пользуется общественным признанием, значит, он выиграл. Если ребенок решил стать не имеющим ни гроша отшельником и, став им, счастливо живет в своей пещере, значит это тоже «выигрышный» сценарий. Под победой понимается также то, что поставленная цель достигается легко и свободно.

Побеждённый – это «человек, который не достигает поставленной цели». И опять дело заключается не только в достижении цели, но и в степени сопутствующего комфорта. Если, например, человек решил стать миллионером, стал им, но постоянно чувствует себя несчастным из-за язвы желудка или напряжённой работы, то он побеждённый.

И третий вид сценария – банальный сценарий. Человек, имеющий банальный сценарий или сценарий не-победителя, день ото дня терпеливо несёт свою ношу, не много при этом выигрывая и не сильно проигрывая. Такой человек никогда не рискует. Поэтому такой сценарий называют банальным. На работе не-победитель не становится начальником,

но его и не увольняют. Он, скорее всего, спокойно доработает до конца, получит в подарок часы на мраморной подставке и уйдёт на пенсию.

Не зависимо от того, какой сценарий человек для себя выбирает, будь то выигрышный, безвыигрышный или проигрышный, в любом случае в нем отражаются представления о себе, об отношениях с другими людьми и с миром вообще. Иными словами, это те Я-концепции, которые отражают всевозможные грани индивидуального самосознания. Из определения Р. Бернса, в Я-концепции выделяются описательная и оценочная составляющие, что позволяет рассматривать Я-концепцию как совокупность установок, направленных на себя [3].

Я-концепции, а именно образ Я и самооценка, формируют сценарий с жизненными позициями человека, которые влияют на его отношение к своему Я, на его восприятие других людей и мира в целом, что формирует для него состояние успеха или не успеха в той или иной сфере.

Э. Берн считал, что «...позиция принимается в раннем детстве (от трех до семи лет) с тем, чтобы оправдать решение, основанное на более раннем опыте». Иными словами, по Берну, сперва идут ранние решения, а затем ребенок принимает жизненную позицию, создавая тем самым картину мира, которая оправдывает ранее принятые решения.

С точки зрения Клода Стайнера, жизненные позиции принимаются гораздо раньше. Он возводит их истоки к первым месяцам кормления ребенка [9]. По Стайнеру, положительная позиция отражает комфортную атмосферу взаимозависимости между ребенком и кормящей матерью. Он приравнивает ее к позиции «фундаментального доверия», описанной специалистом по детскому развитию Эриком Эриксоном. Это такое «...положение вещей, когда младенец чувствует, что он находится в единстве с миром, а все находится в единстве с ним».

Исследуя жизненный сценарий человека, можно рассмотреть три области, в которых у одного и того же человека позиции могут быть разными.

Первая область – это отношение к своему Я и своей способности достигать собственных целей в жизни: «Я+», «Я–». Вторая область – это убеждения, которые сформировались у человека на счет себя во взаимоотношениях с другими людьми. Все комбинации этих утверждений можно подытожить в четыре жизненные позиции «Я+» – «Ты–», «Я+» – «Ты+», «Я–» – «Ты–», «Я–» – «Ты+» [10]. Есть еще одна не менее важная область наших убеждений, чем уже описанные, Я как Мы. Это «Мы» немного изучено в психологии под названием «референтная группа». «Мы» может состоять из идеальных субъектов, реальных субъектов, оно может меняться в ту или иную сторону, но оно всегда существует [5]. Это множество является необходимой принадлежностью Я-концепции, то есть совокупного представления человека о себе. Заключается это множество также в четырех комбинациях: «Я+» – «Мы–», «Я+» – «Мы+», «Я–» – «Мы–», «Я–» – «Мы+».

Итак, жизненную позицию можно определить как совокупность основополагающих убеждений о себе и других людях, которые человек использует для оправдания своих решений и своего поведения.

Осознав свой сценарий, человек может обнаружить области, в которых принял «проигрышные» решения и изменить их на «выигрышные».

Составляя свой жизненный сценарий в детстве, человек часто отождествляет себя со сказочными персонажами и в фантазии запечатлется, что если он сможет уподобить ход своей жизни сказке, то в конце ее также сможет «с тех пор жить долго и счастливо» [4]. Проблема, однако, состоит в том, что сказки вводят детей в заблуждение. Они зачастую учат, что если ты хочешь, чтобы с тобой случилось что-то хорошее, нужно сперва заслужить это, побывав в роли достаточно серьезной жертвы. Естественно, существуют примеры и положительного разворачивания сценария [6].

В последующей взрослой жизни Ребенок в нас и дальше верит в магию, и, пытаясь заставить ее работать, либо добивается успеха, либо ожидает от нее помощи. Путь к выходу из сценария лежит через его осознание, что помогает нам определить наши успешные жизненные позиции, стратегии и утвердиться в них и изменить те, которые мешают в жизни.

В исследовании связи между представлениями человека о своем жизненном пути и значимой сказкой приняли участие 10 женщин. Возраст – от 20 до 40 лет. Социальное положение: незамужем – 20% женщин, замужем – 80%, из них 60% имеют детей. Все с высшим образованием. 30% не работают, 70% работают. Исследования проводились в форме консультационной беседы. При проведении исследования соблюдались все требования, значимые для успешного проведения подобного рода беседы. Время проведения беседы – 1,5–2 часа. После окончания респонденту давался бланк-анкета для заполнения.

При работе со сказками важными составляющими являлись:

– выявление значимой сказки испытуемого, используя различные техники выявления: релаксация «Просмотр спектакля своей жизни», интервью «Кто ваш любимый герой?», игра «Предмет в комнате» [10];

– ориентирование не на собственные представления относительно сказки исследуемого, а на внутренние представления испытуемого об этой сказке. Ребенок, выбирая мифологический прототип, обязательно перерабатывает особенности и обстоятельства его жизни, приспособляя их к своей ситуации. Именно поэтому при диагностике сказочного сценария необходимо понять, как именно человек интерпретирует образ героя, а не ориентироваться на стереотипное представление о нем.

Для обработки собранного материала в данной работе использовался контент-анализ [7].

Для проведения контент-анализа относительно данного исследования были выделены следующие категории:

– Цели. Как и какие в представлении испытуемого он ставит перед собой цели в жизни, и что испытуемый говорит о постановке целей героем значимой сказки?

– Комфорт. Комфортно или не комфортно испытуемому двигаться к цели, и выражено ли такое же состояние в сказке у главного героя?

– Средства. К каким средствам обращается испытуемый и герой в значимой сказке при достижении цели?

– Результат. Получает ли в представлениях испытуемого он и герой значимой сказки тот результат, к которому стремится?

– Жизненная позиция. Совпадает ли жизненная позиция у испытуемого и у героя значимой сказки?

– Сценарий. К какому типу сценария можно отнести описанный испытуемым сюжет значимой сказки: победителя, побежденного, не-победителя? Проявлен ли этот тип сценария в представлениях испытуемого о своем жизненном пути?

– Ключевая сцена (базовый процесс). Совпадает ли запомнившийся эпизод в значимой сказке с базовым процессом испытуемого?

– Представления о жизни. Есть ли аналогии в представлениях испытуемого о жизни с тем, что он говорит о жизни героя значимой сказки?

– Девиз в жизни. Есть ли аналогии между девизом испытуемого в жизни и ключевой концепцией о жизни в значимой сказке?

– Девиз в отношениях. Есть ли аналогии между девизом испытуемого в отношениях и ключевой концепцией относительно отношений в значимой сказке?

– Ключевые этапы. Есть ли совпадения основных этапов значимой сказки и ключевых этапов жизненного пути испытуемого?

Совпадения при анализе в данных категориях обозначались «+», а несовпадения – «-». Далее подсчитывалось количество совпадений и переводилось в процентное отношение, насколько процентов представления всех испытуемых об их жизненном пути совпадают с их представлениями о значимой сказке по каждой категории.

Результаты контент-анализа по выделенным категориям представлены в табл. 1.

Выводы. По итогам исследований было установлено, что, действительно, по отдельным параметрам существуют совпадения значимой сказки человека и его жизненного пути. Причем, по выделенным категориям для исследований выяснилось следующее:

– в таких категориях, как «цели», «комфорт», «жизненная позиция», «базовый процесс», «ключевые этапы», процент совпадений изменяется в пределах от 80 до 100%.

– в таких категориях, как «средства», «результат», «девиз по жизни», «девиз в отношениях», процент совпадений колеблется от 60 до 70%.

– в категории «представление о жизни» всего в половине случаев прослеживается соответствие. Процент совпадений составил 50%.

Таблица

Результаты исследования совпадений представлений о жизненном пути человека со значимой для него сказкой

№ испытуемого	Цели	Комфорт	Средства	Результат	Жизненная позиция	Сценарий			Ключевая сцена (базовый процесс)	Представление о жизни	Девиз по жизни	Девиз в отношениях	Ключевые этапы
						победителя	побежденного	банальный					
1	+	+	+	+	+		+		+	+	+	-	+
2	+	+	+	+	+	+			+	-	-	+	+
3	+	+	+	-	+		+		+	+	+	-	+
4	+	+	+	-	+			+	+	-	+	+	+
5	+	+	-	+	+		+		+	-	-	+	+
6	-	+	+	+	+		+		+	+	-	+	+
7	-	+	+	-	-			+	+	-	+	+	-
8	+	+	+	+	+	+			+	+	+	-	+
9	+	+	-	+	+			+	+	-	+	+	-
10	+	+	-	+	+		+		-	+	-	+	+
Итого совпадений (%)	80	100	70	70	90	20	40	30	90	50	60	70	80

В данной выборке чаще всего встречался сценарий побежденного – 40% испытуемых. Второе место занимает «банальный» сценарий – 30%. И реже всего встречался сценарий победителя – 20%.

Итак, метод сказкотерапии в большинстве случаев позволяет выявлять жизненный сценарий человека. В будущем предполагается провести исследование, возможно ли с помощью метода сказкотерапии и, в частности, метода «значимая сказка», проводить психокоррекцию жизненного сценария человека, работать с Я-концепциями, меняя их на более успешные для человека.

Список использованной литературы

1. Аналитическая психология: Прошлое и настоящее / К.Г. Юнг, Э. Сэмюэлс, В. Одайнник, Дж. Хаббэк; сост. В.В. Зеленский, А.М. Руткевич. – М.: Мартис, 1995. – 320 с.
2. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений / Э. Берн; пер. А.А. Грузберга. – Екатеринбург: ЛИТУР, 1999.
3. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Р. Бернс; пер. с англ. – М.: Прогресс, 1986. – 162 с.
4. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Путь к волшебству. Теория и практика сказкотерапии / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева. – СПб.: Златоуст, 1998. – 352 с.
5. Калинаускас И. Игры, в которые играет Я / И. Калинаускас. – М.: Школа мастерства игры, 2009 – 163 с.
6. Мелия М. Бизнес – это психология: Психологические координаты жизни современного делового человека / М. Мелия. – 4-е изд. – М.: Альпина Бизнес Букс, 2006. – 352 с.
7. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии / под ред. А.А. Крылова, С.А. Маничева. – СПб., 2000.

8. Иванова В.В. Общие вопросы самосознания личности [Электронный ресурс] / В.В. Иванова // Русский гуманитарный интернет-университет РГИУ; Библиотека учебной и научной литературы. – 2002. – 50 с. – Режим доступа: <http://www.i-u.ru>

9. Стайнер Клод. Сценарий жизни людей. Школа Эрика Берна / Клод Стайнер. – СПб.: Питер, 2003. – 416 с.

10. Йен С. Жизненный сценарий. Как мы пишем историю своей жизни. Ч. IV / С. Йен, В. Вэнн; пер. с англ. В. Данченко, 2000.

У статті наведено результати дослідження зв'язку значущої для людини казки з її життєвим шляхом. Виділено окремі параметри збігу значущої казки та життєвого шляху людини.

Ключові слова: життєвий шлях, життєвий сценарій, казкотерапія.

In the given course work there has been conducted a research considering the connection between a person and a fairy tale, there has been made an attempt to show whether a significant fairy tale has an influence on a person's way of life and whether there are any coincidences. The results of the research have shown that to a certain degree there are particular coincidences of some meaningful, important fairy tales and a person's way of life.

Key words: a way of life, a life scenario.

Надійшло до редакції 7.09.2011.