



УДК 159.9.01  
ББК 88.52

## СТРУКТУРА ВАЖНОГО ЖИЗНЕННОГО СОБЫТИЯ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ФЕНОМЕНА

Д.А. Зуев

Работа представляет собой теоретическое исследование понятия важного жизненного события как психологического феномена. С позиций различных теорий выделены четыре структурных компонента важного жизненного события: эмоциональный, когнитивный, поведенческий и экзистенциальный. На их основе составлено функциональное определение важного жизненного события для его дальнейшего исследования.

*Ключевые слова:* событие, психология событийности, важное жизненное событие, теоретическое исследование, рефлексия.

Жизненное событие относится к числу тех понятий, реальный смысл которых отчетливо представляется обыденному сознанию. Праздник, война, свадьба, рождение ребенка и др. – все это для нас события. В Малом академическом словаре русского языка событие характеризуется через два основных значения:

1) событие касается не любых явлений, а только имеющих отношение к жизни человека и общества («явление природы» и «событие природы»);

2) событием обозначают происшествия выдающиеся, «выходящие за рамки обычного течения жизни» [3].

В теории социальных событий оно понимается как «смысловой комплекс, означающий соотносительное акту наблюдению единство» [5, с. 99]. В этом определении А.Ф. Филиппов выделяет главные характеристики события. Во-первых, это пространственно-временная локализация события. Во-вторых, понимание события как смыслового комплекса предполагает наличие субъекта его восприятия и оценки. В-третьих, поскольку смыслы характеризуются субъективностью, то рефлексия события носит индивидуальный, субъективный характер.

Тот факт, что жизненное событие характеризуется субъективной рефлексивностью,

позволяет говорить о нем как о психологическом феномене. В работах многих авторов, в том числе В. Франкла, А. Маслоу, К. Роджерса, Д.А. Леонтьева и др., принято, что смысловое содержание многих событий является для субъекта важным. Однако в этих исследованиях взаимосвязь психологических и средовых явлений выглядит в большей степени однобоко, то есть акценты делаются либо на среду, либо на субъекта. На наш взгляд, изучение психологического содержания важного жизненного события как самостоятельной научной единицы позволяет раскрыть суть взаимосвязи психологического и средового более обстоятельно, в связи с чем данная тема является актуальной для психологии. В то же время психологическое исследование темы событийности осложнено отсутствием прямых и однозначных теорий, рассматривающих ее в качестве центрального или основного концепта. Исследования на тему событий и событийности можно проследить в работах по трудным и экстремальным жизненным ситуациям, онтологии жизненного пути, теориях принятия решений и совладающего поведения (К.А. Абульханова-Славская, Л.И. Анцыферова, Ф.Е. Василюк, Р. Лазарус, С.Л. Рубинштейн, О.И. Ларичев и др.) Тем не менее, в отдельных психологических направлениях событие все же определяется как самостоятельный феномен для объяснения когнитивных, аффективных и поведенческих проявлений человека.

Субъективная рефлексия важного события зависит от того, как человек его воспринимает, понимает, оценивает и переживает, то есть следует полагать, что важное жизненное событие представляет собой набор компонентов, представленных различными психологическими феноменами. Таким образом, цель данной работы – дать определение важного жизненного события, описав его структурные компоненты. Одним из таких рефлексивных компонентов является эмоциональный, который следует понимать как аффективную реакцию или попросту переживаемую эмоцию относительно жизненного события. В психологической теории З. Фрейда эмоциональное переживание события рассматривается через травмирующие события. С позиций З. Фрейда, событие, произошедшее однажды, будет сопровождать человека всю его жизнь, проявляясь в сновидениях, мечтах, страхах, поступках, соответственно являясь важным жизненным событием. Как психотерапия, психоанализ З. Фрейда методически заключается в том, чтобы соотнести событие с его эмоциональным переживанием. Цель же заключается в том, чтобы осознать травмирующее событие и заново пережить связанные с ним эмоции. Каждое событие определяет эмоциональный опыт человека. В представлениях З. Фрейда, в детстве возникает основная эмоция, которая организует отношение ребенка к окружающему миру. Эта эмоция, или, точнее, эмоциональное отношение к миру, является своего рода мотивационной силой каждого действия в каждом событии. Эмоция, таким образом, являясь основой всем взаимодействиям ребенка и определяя все его действия, организует, в свою очередь, ранние когнитивные структуры [8]. Таким образом, З. Фрейд, проводя различие между эмоциональными и инструментальными событиями, именно первые называет важными жизненными событиями, которые в итоге являются основой построения субъективной реальности.

Однако, поскольку З. Фрейд изучал неосознаваемые феномены, то и важные жизненные события в его теории понимались как неосознаваемые. Здесь логично предположить, что не все важные жизненные события являются неосознаваемыми. Задаваясь этим вопросом, К.Дж. Фицпатрик (C.J. Fitzpatrick) в своих ис-

следованиях сравнивал психоаналитическую теорию З. Фрейда и близкую к когнитивизму теорию Ж. Пиаже. Опираясь на положения обеих теорий, в 80-е годы прошлого века он провел исследование на тему детского развития через событийно-детерминированное (event-bound) переживание эмоций. К.Дж. Фицпатрик проводил исследование с детьми дошкольного возраста с целью определить уровень радости и тревожности на основе их событийного опыта. При этом он выдвигал 3 гипотезы:

1. В дошкольном возрасте дети понимают природу собственных эмоций событийно-детерминированно.

2. Развитие ребенка в дошкольном возрасте имеет несколько возрастных ступеней, где каждая ступень событийно определена и связанная с событием эмоция не определяется ребенком сходной с такой же эмоцией в событии другого рода, то есть ребенок переживает эмоцию, а не событие.

3. Событийно-детерминированное развитие ребенка предполагает некоторый набор позитивных и негативных эмоциональных состояний, на основе которых ребенок начинает переживать радость или тревогу.

Таким образом, главной идеей исследования К.Дж. Фицпатрика стало то, что событийно-детерминированное мышление это форма и средство категоризации опыта, который в целом формирует позитивные или негативные переживания жизни. В общем виде результатом исследования явилось то, что дети 5–6 лет способны определять эмоции радости/тревожности более независимо от событий, проявляя целостное эмоциональное состояние как настоящее настроение, в то время как дети 3–4-летнего возраста демонстрируют переживание именно события, а не эмоции как таковой. Как заявляет К.Дж. Фицпатрик, указанное возрастное дифференцирование предполагает два уровня возрастного развития основных эмоций [8, р. 9].

Эта и другие работы К.Дж. Фицпатрика в целом характеризуют эмоциональное отношение ребенка к событиям так, что их следует понимать через:

- отношение ребенка к событию через призму Я – Другой – Действие;
- этапно-возрастную динамику отношения к событиям;

- динамику отношения к событию в пространственно-временной локализации.

Иначе говоря, основным выводом работ К.Дж. Фицпатрика стало то, что, развиваясь, человек обогащает свой эмоциональный опыт, участь переживать эмоции независимо от событий и участвовать в событиях вопреки своим эмоциям, что более конкретно объясняется в когнитивной теории. Поскольку когнитивизм предполагает исследования человеческой природы в рамках осмысления собственного жизненного плана, или сценария, то следует полагать, что важное жизненное событие помимо эмоционального компонента содержит также когнитивный и поведенческий. Осмысление предполагаемой последовательности некоего события, как правило нам знакомого, Р. Шанк и Р.П. Абелсон описывали через понятие «сценарий». По сути, сценарий здесь понимается как когнитивная схема, например маршрут от дома до места работы, и включает элемент планирования, исключая случайности. В дополнение к последнему М. Минский включил понятие «фреймов» (англ. – frame – каркас, костяк) для описания индивидуального понимания «схемы события» [11].

Сценарий отличается от схемы события тем, что более конкретно связан с содержанием определенного события. Сценарий представлен универсальной структурой события, существующей в памяти. Например, мы можем не помнить, что конкретно мы делали в кафе в субботу, но мы знаем, что обычно делаем там. Другими словами, сценарий носит универсальный характер, в то время как схема события является в большей степени уникальной для каждого отдельного события [11]. Это утверждение Р. Шанк и Р.П. Абелсон рассматривали с точки зрения структурного содержания события, то есть каждое событие имеет последовательный набор действий, которые в содержании сходных событий могут различаться. Любое событие можно разбить на ряд последовательных действий, каждое из которых имеет собственное психологическое содержание.

Исходя из главной идеи когнитивной психологии, по выражению Р.Л. Солсо, события являются источником того, «как люди получают информацию о мире, как эта информация интерпретируется человеком, как она хранит-

ся в памяти и преобразуется в знания и как эти знания влияют на нашу жизнь и поведение» [4, с. 28]. Событие в когнитивной психологии является средством осмысления окружающего мира посредством активного участия человека во внешних событиях, постоянно делая выбор желательных важных жизненных событий. Выбирая какое-либо событие, мы всегда опираемся на личностный смысл, тем самым упорядочивая собственную жизнь.

Следует полагать, что выбор является воплощением смысла, то есть каждый выбор осмыслен, однако сложно представить человека, способного досконально, с полной долей ответственности принимать то или иное решение. Большинство ситуаций и событий в обыденной жизни являются сходными, поведение в этих ситуациях в большинстве своем автоматизированно и неосознаваемо. В.М. Аллахвердов связывает данный вопрос с работой памяти в условиях повседневности. Он отмечает: «...само хранение информации явно неосознанно. Что именно происходит в нашей памяти, мы толком сами не знаем. Для человека инструкция “Запомни!” в каком-то смысле сродни телеграмме: “Волнуйся! Подробности письмом!”, ибо он не имеет ясного алгоритма, определяющего, что именно он при этом должен делать» [1, с. 13].

Автоматизированная работа сознания в когнитивной психологии определяется через понятие «когнитивной карты». В концепции С. Каплана когнитивная карта рассматривается с точки зрения взаимодействия четырех основных психических способностей человека, необходимых для его выживания и адаптации:

- 1) опознание объекта или ситуации;
- 2) предвосхищение будущих событий;
- 3) абстракция и обобщение;
- 4) выработка новых реакций или решений задач [2].

Такое понимание работы сознания, опираясь на исследования Дж.Р. Кантора, следует понимать через три типа конструкторов интерпретации событий и отношения к ним:

- **описательное конструирование** – возникает при непосредственном участии человека в событии и таким образом ему представлены практически все условия возникновения события, что позволяет в полной мере оценить его причины;

- **объяснительное конструирование** – представляет собой аналитическое установление причинно-следственных связей, то есть, не участвуя в событии, но обладая некоторыми фактами, слагает собственное впечатление или умозаключение о нем;

- **управляемое конструирование** – иначе его можно назвать мечтанием или фантазированием, что не имеет непосредственной связи с событием. Оно, скорее, удовлетворяет потребность человека в планировании и прогнозировании или в целом потребность в творчестве [9, р. 56].

Если в целом когнитивный компонент жизненного события понимать как его осмысление, придание ему значимости, то указанные типы конструирования дают нам возможность определить три основные характеристики этого компонента: восприятие (наблюдение), познание и творчество. Данные характеристики представляют собой интеллектуальный комплекс и, следует полагать, обусловлены индивидуальными особенностями личности. Индивидуальные различия людей в способностях наблюдения, познания и творчества создают индивидуальный стиль конструирования, интерпретирования и отношения к событиям и, соответственно, индивидуальный стиль жизни.

Когнитивная теория не только раскрывает суть социального познания, но также позволяет объяснить «социальное творчество». «Социальное творчество» предполагает принцип личной активности. Если восприятие и познание, как объяснение или атрибутирование, представляют собой в большей степени пассивные процессы, то творчество – всегда проявление активности. Понимая когнитивный компонент оценки и отношения к событию как триединство описанных характеристик, следует полагать, что социальное творчество выполняет здесь функцию переконструирования события или ситуации, переключая активность человека на поведенческий, деятельностный компонент.

Понятие события в поведенческой психологии имеет весьма своеобразное понимание. В классическом бихевиоризме, в его стимульно-реактивной модели поведения событие представляется в форме стимула. Понимая это утверждение в самом общем виде, с ним сложно не согласиться, поскольку каждое событие

предполагает некую реакцию, в то время как событие является следствием некоего поведения. Постигание причин поведения для скиннеровского бихевиоризма предполагало исключить ментализм, для которого внутренние психические состояния являются теми самыми причинами. Внутренние состояния, такие как мысли и чувства, Б.Ф. Скиннер называл «побочными продуктами» наблюдаемого поведения, а не его детерминантами. В одной из своих работ он говорит, что слово «причина» не должно использоваться как научная категория в бихевиоризме и должно оставаться чисто умозрительной, философской. В то же время он добавляет, что «*причиной* является влияние независимой переменной, а *результат* – изменение зависимой переменной», и далее говорит, что «наблюдая некое поведение, которое является зависимой переменной, мы способны узнать его причины, которыми являются внешние условия» [14].

Таким образом, по Б.Ф. Скиннеру, поведение человека всегда определено событиями, причем, как отмечает Р. Шнайттер, он не уделял должного внимания «индивидуальным событиям» (private events), предполагающим различие индивидуальных реакций на одни и те же события [13]. В своих ранних работах Б.Ф. Скиннер исключал возможность изучения индивидуальных событий, говоря, что поведение – «это некоторые действия человека, точнее, наблюдаемые действия, которые другим человеком просто повторяются» [15, р. 6].

Этой точки зрения придерживался также другой представитель радикального бихевиоризма А.К. Катанья (А.С. Catania). Индивидуальные события, на его взгляд, могут быть причиной различий в поведении, но эти различия возникают не вследствие «уникальности» события, а ввиду различия ментальных и физических свойств индивида, например таких, как возбудимость, скорость реакции и т. п. Индивидуальные события А.С. Катанья, как и Б.Ф. Скиннер, называет «частью причинной цепочки», говоря, что они могут быть промежуточными, но не иницирующими причинами поведения [7]. Иначе говоря, поведение человека в некой уникальной для него ситуации будет таким же, какое демонстрируют другие, и отличаться будет только успешность или в целом результативность. Эта точка зрения хоро-

шо демонстрируется в спорте, где спортсмены и начинающие, и профессионалы выполняют одни и те же действия, но наблюдаемое поведение различается лишь с технической точки зрения их достижений, например в футболе или художественной гимнастике.

Подводя итоги вышесказанному, следует отметить, что поведенческий компонент реагирования на жизненные события является практически первостепенным в вопросах адаптации и созидательной деятельности человека. Поведенческая активность личности предполагает реализацию мотивов и удовлетворение потребностей, что, по сути, является возможным только посредством созидательной и преобразующей деятельности, в итоге принося смысл и личностную значимость в жизнь человека.

Важные жизненные события как причины и следствия мотивов, потребностей и смыслов личности наиболее широко представлены в экзистенциально-гуманистическом направлении в психологии. Основными характеристиками экзистенциально-гуманистического компонента жизненного события следует считать его субъективно-смысловое содержание и отношение к нему, по шкале значимости, или влияния на жизненный путь. Данные характеристики, по выражению Дж. Поттера (J. Potter), являются важными, поскольку «люди считают себя не безвольными жертвами социальных обстоятельств, а верят в то, что способны контролировать их, что способны создавать позитивные перемены в собственной жизни и обществе» [12, р. 93].

Понимание и принятие того, что каждый человек обладает уникальным отношением к жизненным событиям, – есть основной принцип экзистенциально-гуманистической психологии. По этому поводу В. Франкл писал, что познание человека «невозможно, если мы видим в человеке животное. Животное не озабочено смыслом жизни. Это не значит, что человек – это только лишь человек, но человеческое измерение является высшим по отношению к животному измерению, и они находятся друг к другу в иерархической включенности» [6, с. 63].

Смысл жизни, для франкловской психологии, является ключевой категорией отношения человека к его жизненным собы-

тиям. События, по его мнению, создают «контекст, в котором следует рассматривать такие феномены, как удовольствие, счастье, пиковые переживания, в общем контексте с их соответствующими предметами, то есть с основаниями, которые человек имеет для счастья, и с основаниями, которые он имеет для того, чтобы испытывать наслаждение и пиковые переживания» [6, с. 59]. Соглашаясь с А. Маслоу, В. Франкл говорит о том, что пиковые переживания, как и остальные перечисленные феномены, должны быть следствиями происходящих событий и могут лишь ассоциативно напоминать прошлые переживания по типу «социальных сравнений» по Л. Фестигеру. Однако смысл, по В. Франклу, как категория отношения к событиям носит трансцендентный, внеопытный характер. Причем, в отличие от взглядов С. Грофа и Т. Лири, без погружения в «хмельные грезы», с использованием ЛСД и других психоделиков.

Таким образом, внутренняя трансцендентальная сущность человека, включая его мотивационно-потребностную сферу, определяет его отношение к окружающему миру и рефлексивность относительно важных жизненных событий, что в итоге приводит к обоюдным преобразованиям. Однако нам зачастую приходится наблюдать, что это утверждение не аксиоматично, поскольку часто в условиях изменяющегося мира человек сохраняет отношение к нему, и наоборот, в быстром темпе внутренних изменений окружающая реальность остается в непоколебимом состоянии.

Проведенное теоретическое исследование понятия «важного жизненного события» позволило нам выделить его структурные компоненты и дать на их основе определение.

Этими компонентами являются:

- **эмоциональный** компонент представляет собой аффективную сторону переживания жизненного события и представлен всем спектром эмоциональных реакций человека;
- **когнитивный** компонент понимается как осмысление жизненных событий на уровне наблюдения (восприятия), познания (смыслового конструирования) и творчества (переконструирования субъективной реальности);

- **поведенческий** компонент характеризуется активностью личности относительно жизненных событий, проявляемой через реактивность и деятельность в целях адаптации к окружающему миру и его предметного конструирования;

- **экзистенциальный** компонент представляет собой взаимодействие внешней и внутренней реальности, то есть переживание жизненных событий в рамках ценностного, мотивационно-потребностного и смысложизненного отношения к ним.

Важное жизненное событие следует понимать как отрефлексированное, имеющее место в жизни человека событие, оставляющее эмоциональный след, обогащающее его опыт, определяющее активность дальнейшей жизнедеятельности и наделенное экзистенциальным смыслом.

Таким образом, поставленная цель данной работы достигнута. Рассмотрение существующих психологических теорий позволило нам выделить структурные компоненты важного жизненного события, а также дать его функциональное определение, что дает возможность проводить дальнейшие, более глубокие исследования их классифицирования и психологического содержания.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Аллахвердов, В. М. Методологическое путешествие по океану бессознательного к таинственному острову сознания / В. М. Аллахвердов. – СПб. : Речь, 2003. – 368 с.
2. Зинченко, Т. П. Память в экспериментальной и когнитивной психологии / Т. П. Зинченко. – СПб. : Питер, 2002. – 320 с.

3. Малый академический словарь русского языка. В 4 т. Т. 4 / под ред. А. П. Евгеньевой. – М. : Рус. яз., 1999. – 173 с.

4. Солсо, Р. Л. Когнитивная психология / Р. Л. Солсо. – М. : Тривола, 1996. – 600 с.

5. Филиппов, А. Ф. Конструирование прошлого в процессе коммуникации: теоретическая логика социологического подхода / А. Ф. Филиппов // Феномен прошлого / ред. И. М. Савельева, А. В. Полетаев. – М. : ГУ – ВШЭ, 2005. – С. 96–120.

6. Франкл, В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. – М. : Прогресс, 1990. – 368 с.

7. Catania, A. C. Problems of selection and phylogeny, terms and methods of behaviorism / A. C. Catania // Catania, A. C. The selection of behavior / A. C. Catania, S. Harnad. – Cambridge : Cambridge University Press, 1988. – P. 474–483.

8. Event Theory: A Piaget-Freud Integration / R. E. Erard [et al.]. – Hillsdale : Lawrence Erlbaum Associates, 1985. – 196 p.

9. Kantor, J. R. Events and constructs in the science of psychology / J. R. Kantor // Philosophy: Banished and recalled. The Psychological Record. – 1957. – № 7. – P. 55–60.

10. Mandler, J. M. Stories, Scripts, and Scenes: Aspects of Schema Theory / J. M. Mandler. – Hillsdale : Lawrence Erlbaum Associates, 1984. – 132 p.

11. Minsky, M. A framework for representing knowledge / M. Minsky // Winston, P. The psychology of computer vision / P. Winston. – N. Y. : McGraw-Hill, 1975. – P. 211–277.

12. Potter, J. Analyzing discourse / J. Potter, M. Wetherell // A. Bryman and B. Burgess Analyzing Qualitative Data. – L. : Routledge, 1993. – P. 79–115.

13. Schnaitter, R. Skinner on the “mental” and “physical” / R. Schnaitter // Behaviorism. – 1984. – № 12. – P. 1–14.

14. Skinner, B. F. Science and human behavior / B. F. Skinner. – N. Y. : Free Press, 1953. – 461 p.

15. Skinner, B. F. The behavior of organisms / B. F. Skinner. – N. Y. : Appleton-Century-Crofts, 1938. – 437 p.

## STRUCTURE OF IMPORTANT LIFE EVENT AS PSYCHOLOGICAL PHENOMENON

*D.A. Zuev*

Work represents theoretical research of concept of important life event, as psychological phenomenon. From positions of various theories four structural components of important life event are allocated: emotional, cognitive, behavioral and existential. Leaning against the given components, functional definition of important life event, for its further research is made.

**Key words:** *event, psychology of event, important life event, theoretical research, a reflection.*