

САМОПРОЕКТУВАННЯ ДОРΟΣЛОЇ ОСОБИСТОСТІ (РЕФЛЕКСИВНИЙ АСПЕКТ)

У роботі дискутуються результати проведеного емпіричного дослідження уявлень дорослої людини про самопроєктування, зокрема рефлексивний аспект самопроєктування дорослої особистості. Об'єктом дослідження були зразки індивідуальних дискурсів самопроєктування, отримані в ході пролонгованого опитування (переважно онлайн) за розробленою автором методикою «розірваного» наративу. Було з'ясовано, що індивідуальний дискурс самопроєктування у дорослих є переважно неусвідомленим, нерефлексованим і не артикульованим. У процесі опитувального діалогу було виявлено феномени формування і поглиблення рефлексії власного самопроєктування учасниками опитування (ми назвали це «реактивною рефлексією»). Аналіз дозволив зробити висновок про те, що спеціально організоване опитування з особистісного зростання і самопроєктування, яке ініціює певний вид наративної практики, виступає дієвою технологією самоусвідомлення особистості, а також відіграє роль наративного тренінгу.

***Ключові слова:** самопроєктування, рефлексія, опитування, методика розірваного наративу, індивідуальний дискурс, наративна практика.*

Зарецкая О.А. Самопроектирование взрослой личности (рефлексивный аспект).

В работе обсуждаются результаты проведенного эмпирического исследования представлений взрослого человека о самопроектировании, в частности, рефлексивный аспект самопроектирования взрослой личности. Объектом исследования были образцы индивидуальных дискурсов самопроектирования, полученные в ходе пролонгированного опроса (преимущественно онлайн) по разработанной автором методике «разорванного» нарратива. Было выяснено, что индивидуальный дискурс самопроектирования у взрослых является преимущественно не осознаваемым, не рефлексивным и не артикульованным. В процессе опроса были выявлены

феномены формирования и углубления рефлексии собственного самопроектирования участниками опроса (мы назвали это «реактивной рефлексией»). Анализ позволил сделать вывод о том, что специально организованный опрос по личностному росту и самопроектированию, который инициирует определенный вид нарративной практики, выступает действенной технологией самоосознания личности, а также играет роль нарративного тренинга.

Ключевые слова: самопроектирование, рефлексия, опрос, методика разорванного нарратива, индивидуальный дискурс, нарративная практика.

Zaretska O.O. Self-designing of an adult person (reflexive aspect)

The paper discusses the results of an empirical study of the ideas of an adult about self-designing, in particular, the reflexive aspect of self-designing an adult personality. The object of the research were samples of individual self-designing discourses, obtained during a prolonged survey (mostly online) based on the author's method of "torn" narrative. It was found that the individual discourse of self-design in adults is predominantly unconscious, unreflexed, and not articulated. In the course of the survey, the phenomena of the formation and deepening of the reflection of their own self-design by the survey participants were revealed (we called it "reactive reflection"). The analysis led to the conclusion that a specially organized survey on personal growth and self-design, which initiates a certain kind of narrative practice, acts as an effective technology of self-awareness of the person, and also plays the role of narrative training.

Key words: self-design, reflection, survey, methodology of a broken narrative, individual discourse, narrative practice.

У дослідженні самопроектування особистості рефлексивний аспект є одним з визначаючих. За Н.В.Чепелевою, за створенням індивідом фабули життєвої історії стоїть вибір одного з варіантів себе-бажаного. Усвідомлення простору можливого і рефлексія власної ситуації вибору є необхідною передумовою створення власних життєвого і особистісного проєктів [Чепелева,

2017, с.16]. Процес розвитку особистості супроводжується побудовою свідомих образів сьогодення і бажаного майбутнього, а також підбором адекватних особистісним особливостям засобів самовпливу для контролю виконаної роботи над собою, що і є суттю рефлексії (за [Щукина, 2015]). Сам момент зародження задуму самопроекту рідко вдається відрефлексувати і реконструювати з достатньою ймовірністю – через невизначеність самого задуму, що обумовлює спрямованість вектора рефлексії не на конкретний задум, а на динаміку його міграцій [Рудницкая, 2017, с.30]. Головне завдання аналізу трансформується у спробу відшукати символічні інструменти, за допомогою яких людина створює психологічну модель свого внутрішнього світу і світу оточуючого, на підставі якої вибудовує особистий і життєві проекти, зрозуміти, «на перетині яких «ритмічних вузлів» та розломів вибудовується складна і рухлива тканина людського бажання, яке втілюється в утопічну мрію, конструктивний проект», тощо [Лебединська, 2007, с.57].

Нами було проведено емпіричне дослідження уявлень дорослої людини про самопроекування – тобто саме рефлексивний аспект самопроекування був **предметом** дослідження. Дослідження проводилося на віковій групі дорослих, бо від дорослої людини можна вже очікувати достатньо розвиненої здатності до саморефлексії. **Метою** цієї частини роботи є осмислення результатів спостереження за рефлексією дорослою людиною самопроекування (всього комплексу уявлень), а також аналіз психологічних особливостей і динаміки цього явища. **Об'єктом** дослідження були зразки індивідуальних дискурсів самопроекування, що вибудовувалися дослідником за матеріалами пролонгованого опитування (переважно онлайн). При проведенні емпіричного дослідження самопроекування було використано запропоновану нами раніше **методику** змішаного (усно-письмового), “розірваного”, поступового, гнучкого, почасти прихованого, триваючого інтерв'ю, в результаті якого отримали керований діалогічний розірваний наратив, який і став об'єктом подальшого аналізу (докладно про методику і результати див. [Зарецька, 2015], [Зарецька, 2016], [Зарецька, 2017]). Під час опитування учасникам було запропоновано близько 20 питань стосовно різних аспектів самопроекування у людини,

відповідаючи на які вони фактично реалізували наративну практику того спрямування, яке цікавило дослідника.

Самопроекування як стратегія дорослої особистості.

За матеріалами опитування було виявлено несформованість самого поняття «самопроект» (незалежно від терміну для позначення цієї категорії) у опитуваних осіб до початку опитування. На рівні перших відповідей навіть психологи - учасники опитування вбачали цю категорію (самопроекування) *«только в научном дискурсе, надо анализировать опыт, чтобы найти аналоги - то, что соответствует этому термину, - в других областях, в других отсеках опыта»* (тут і далі в лапках курсивом наводимо цитати з наративів опитуваних; анкетування проводилося анонімно; анкети були двомовними, опитуваний сам обирав мову відповіді). На основі цього можна зробити висновок про *слабку рефлексованість* власних і чужих самопроектів у переважної більшості дорослих всіх вікових категорій. Відсутністю рефлексії самопроекування в опитуваних зумовлені її вторинність, неглибокість, певний примітивізм: розумними, тонкими, високоінтелектуальними і безумовно самопроекуючими опитуваними наводяться приклади тільки повсякденних життєвих проєктів, в той час як особистісні, власне самопроекуючі аспекти процесу самопроекування майже не вбачаються і не рефлексуються. Ці особливості досліджуваного об'єкту дають підставу характеризувати індивідуальний дискурс самопроекування у дорослих як переважно *неусвідомлений, нерефлексований і не артикульований*. Виникає гіпотеза, що і *самопроекти*, причому як розповсюджені життєві, так і більш рідкісні суб'єктивно-особистісні, навіть екзистенційної спрямованості, можуть *і реалізуватися, і відобразитися* в людині *не усвідомлено і не артикульовано* і відчуються автором на рівні хіба що довготриваючих настановлень певного типу. Проте після формування в опитуваних цієї категорії («самопроекування») в процесі пролонгованого опитувального діалогу багато з них виявили здатність і готовність рефлексувати і свій індивідуальний дискурс самопроекування (зрозуміло, в міру своєї спроможності це виразити – це вже питання їхньої наративної компетентності), і навіть свій особистісний самопроект (в осіб

виражено проектного типу – мабуть, активна і довготриваюча практика здійснення самопроекування на такому вираженому рівні (хай і не усвідомлювана особою до кінця) спонукає їх і до відповідного рівня інтерпретативної чи рефлексивної практики, тобто корелює з певним рівнем інтерпретативної компетентності.

Важливо наголосити на важливості наративізації і текстуалізації індивідом рефлексивного осмислення власного самопроекування. Як зазначає О.В.Зазимко, «наративізація є не лише процесом привласнення та розгортання в індивідуальній оповіді культурного досвіду. Наративізація, яка ґрунтується на рефлексії, у першу чергу, є процесом обробки власного життєвого досвіду. Рефлексія в наративі завжди починається вже на засвоєних певних реплікаційних утвореннях культури повсякденності. У створенні оповіді про себе процес рефлексування індивідуального досвіду дозволяє ніби відділитись від нього, стати у позицію спостерігача за собою і сформуванню унікальну оповідну ідентичність особистості. Наратив володіє проективною фіналізацією, дає можливість побачити з позиції стороннього спостерігача життя в цілому як закінчений процес. Наративізація як різновид репрезентації дає людині певну свободу стосовно власного життя, дозволяє усвідомлювати та збагачувати його». [Зазимко, 2017, с. 46].

На підставі вищезазначеного можна сформулювати припущення, що рефлексія індивідом власного самопроеку без наративізації і текстуалізації неможлива. Соціокультурне середовище впливає як на смислове наповнення індивідуального дискурсу самопроекування, так і на текстове оформлення майбутнього чи потенційного проекту («протопроект» і «прототекст» - у термінах [Чепелева, 2017]). «Текст-зразок» і «текст-орієнтир» теж можуть просто «позичатись» з соціокультурного оточення; проте обов'язковим для «запуску» самопроекування є активна актуалізація для себе цих еталонів, тобто фактично «переписування», породження нового наративу на базі зразка. Як зазначає С.Ю.Рудницька, зафіксувати початок і кінець текстопородження особистістю неможливо. Саме текстуалізація задачі для себе робить можливою осмислену, довершену побудову як життєвого проекту, так і особистісного

самопроекту. «Прототекстом» може бути і артикуляція свого індивідуального дискурсу – тієї його частини, яка інтуїтивно, підсвідомо відчувається суб'єктом як така, яка «знадобиться». Здається, що для особистісного самопроекту потреба в текстуалізації ще важливіша. Важливість і цінність текстуалізації суб'єктом самопроекту полягає ще й у тому, що для самого суб'єкта це і засіб, і результат осмислення своїх задач, а для дослідника це інструмент екстеріоризації самопроекту опитуваного. Заохочення артикуляції і текстуалізації індивідуального дискурсу самопроекткування у людини, особливо виведення його у вигляді автонаративу, може бути тим засобом, який буде сприяти переростанню протозадач у початковій фазі власне проекту.

Аналіз отриманих при опитуванні наративів дозволив виявити феномени *формування і поглиблення рефлексії власного самопроекткування* учасниками опитування як реакції на спеціально спланований пролонгований опитувальний діалог (ми назвали це *реактивною рефлексією*). Розтягування опитування у часі сприяло «визріванню» рефлексії, поглибленню зазирання суб'єкта у свій досвід, розширенню меж і обсягу того, що він співставляє досліджуваному поняттю. Під час участі в експерименті у досліджуваних розвинулись: (1) здатність рефлексувати як свою особистість, так і свою діяльність та її наслідки для власної особистості; (2) здатність порівнювати себе з самим собою в минулому; (3) здатність аналізувати свої враження від прочитаного і побаченого, зіставляючи їх із впливом на власну особистість; (4) здатність аналізувати поведінку і спілкування з оточуючими з позицій впливу на власну особистість; (5) увага до власної особистості – як наслідок всього вищесказаного. Осмислення цього феномену дозволило зробити висновок про *позитивний вплив дослідницької дискурсивної практики*, в якій опинився опитуваний, на його *здатність до самопроекткування*.

Аналіз матеріалів опитування свідчить, що самопроекткування – визначальна риса дорослої, зрілої особистості. Незнайомство з терміном, несформованість поняття «самопроекткування» і нерефлексованість цього явища не завадили опитуваним «впізнати» самий феномен самопроекткування і достатньо емоційно та небайдуже зреагувати на можливість висловитися з цієї

теми. Можна припустити, що самопроекування є майже у кожній дорослій особистості, доросла людина просто без цього не живе, але *ступінь, обсяг, обрії, форми і сама задіяність людини у проект* суттєво відрізняються, так само як зовсім різними є *здатність до самопроекування, схильність до самопроекування і воля до самопроекування*.

Особистісне самопроекування безпосередньо пов'язане з такими категоріями, як «наміри», «програми», «мета життя», «покликання», «справа життя», «планування життя», «мрії», «настановлення», «мотиви», тощо. Причому «настановлення» чи «мотиви», безумовно, далеко не «дотягують» до проекту, проте якщо вони мають «хронічний», «усталений» характер, то працюють, фактично, як проект, і можуть стати ним. Наприклад, нестримне бажання жінки досягти максимуму у зовнішності (навіть вік не може з цим упоратися) – що це? Звичка, настановлення, мотив, самопроект – воно може бути чим завгодно, маючи в той же час майже однаковий зовнішній прояв. Шкала коливань – від малосформованої, малодеталізованої, розпливчастої мрії до життєвого проекту з жорсткими планом і технологією і навіть самопроекта з вираженою езистенційною спрямованістю («осуществить свое предназначение Женщины в мире»).

Можна висунути гіпотезу, що участь в опитуванні такого типу – тобто у спеціально організованій дискурсивній практиці - допомагає людині усвідомити ті ракурси свого життя, своєї поведінки, свого досвіду, які не рефлексувались нею досі, і тим самим ідентифікуватися у проектній системі координат. Опитування свідчить, що практично всі учасники опитування певною мірою задіяні у процесі самопроекування, проте значна кількість з них до участі у опитуванні не усвідомлювали цього.

Психологічні портрети «проектних особистостей» і осіб «непроектного типу»

Самопроекування як діяльність суттєво міняє людину, її життя, можливості, психологічні характеристики, тощо. За результатами проведеного опитування було виявлено чотири групи дорослих особистостей щодо наявності і ступеню вираженості рис проектного типу, в першу чергу ознаки «схильність

до самопроектування»: (а) переважно непроєктні особи, (б) переважно проєктні особи, (в) виражено проєктні особи, (г) виражено самопроектні особи. Нагадаємо, що цей поділ проведено виключно за відображенням в уявленнях опитуваних; ніякої діагностики за «зовнішніми» показниками особи не проводилося.

«Переважно непроєктним» особам поняття «самопроектування» чуже, вони його не сприймають і вважають надуманим. Ми спробували скласти типові психологічні портрети осіб непроєктного типу. Одними з найбільш яскравих непроєктних осіб є *«колишні радянські люди»* (це, зрозуміло, особи «пізнього» дорослого віку), які протягом життя просто не дозволяли собі мати свій авторський проєкт відносно себе: «існує тільки «треба». Поняття «самопроектування» для таких осіб забарвлено негативно: *«Згодна, самопроектування повинно бути пов'язане з розвитком особистості. Але в наші лета «я учился и жил, как умел, по мечте...». И у меня ассоциации с этим понятием – карьеризм, о котором говорилось, что это для общества плохо», «Для реализации какого-нибудь самопроекта нужен сильный характер, эгоизм. У меня нет этих черт».* Не дивно, що серед чинників виникнення самопроектування у людини одна з таких опитуваних називає *«сучасне життя, умови капіталізму»*. Цікаво, що попри активно демонстровану позицію колишньої радянської людини, за іншими відповідями науковця-пенсіонера можна побачити внутрішню проєктну налаштованість: *«Я рассматриваю только профессиональные аспекты, хотя устройство личной жизни – тоже самопроектирование».* Мабуть, професійна схильність до самопроектування (можна, мабуть, стверджувати, що це невід'ємна риса дійсного науковця) тут бореться з настановленнями колишнього соціуму.

У цій віковій групі яскраво проявилися суб'єктивно перетравлені настановлення колишньої «радянської людини»:

- самопроектування – це погано, це кар'єризм, егоїзм: «...сказал, что будет директором, - и стал. У меня недоумение – а что ты сделал для других, не только для себя?»;

- сучасна молодь просякнута цим, демонструє ці якості і не вважає їх поганими (об'єднано думки з декількох наративів).
- добре – це скромність, чесне виконання своїх обов'язків, «треба – так треба».
- навіть мрії мають бути скромними, нагорода сама знайде героя: «Нужно жить по формуле: «Делай как должно – и будь что будет».
- «А вообще в голове упрочились такие стереотипы: карьерист, стилиста, эгоист – трюны общества». Навіть коментарі типу: «Но это шутка, люди разные, и в этом суть жизни и ее привлекательность», не ставлять під сумнів зрозумілу позицію автора наративу.

Цікаво, що незважаючи на таке принципово негативне настановлення щодо самопроектування (що, безумовно, вимагає віднести автора до осіб непроектного типу), ретроспективний погляд на своє життя включає у неявному вигляді сум і жалі з приводу відсутності у ньому самопроектування: «По прошествии многих лет сейчас оцениваю свое поведение как неправильное: потенциал был, а заниженная самооценка не позволила его реализовать».

Матеріали опитування демонструють феномен швидкої зміни негативного настановлення щодо самопроектування у деяких опитуваних в процесі відповідей на питання анкети: якщо на початку інтерв'ю негативне ставлення було помітним майже у кожному повороті думки опитуваного, то останні відповіді свідчили швидше про позитивну позицію опитуваних. Так, на питання про почуття при самопроектуванні лунає відповідь: *«На мой взгляд это: осмысление ситуации, оценка своих возможностей, оценка цели и путей реализации»*, самопроектувальна особистість характеризується вже *«навверное, позитивно, но личность должна все-таки быть сбалансированной и не позволять себе идти «по головам»*.

Зауважимо, що не слід абсолютизувати соціальну зумовленість такої позиції - «радянське» виховання в інших опитуваних того ж віку призвело до зовсім іншої трактовки можливостей самопроектування у ті часи: *«Следует помнить, что до 40 лет я прожила в государстве, где принцип планирования,*

проектирования будущего был заложен в государственную идеологию. С детства учили этому. «Человек – сам кузнец своего счастья», «Что посеешь, то пожнешь». Проектирование будущего поможет будущему», «В период моей молодости учили, что самопроектирование нужно начинать как можно раньше. Таких примеров, когда люди самопроектировали свое будущее, было множество. Сейчас тоже с удовольствием слушаю истории о молодых предприимчивых людях, которые тоже занимаются самопроектированием. Только тогда все стремились к звездам, а сейчас к долларам...».

У **«переважно проектних»** осіб самопроект – форма соціалізації чи адаптації. Такі особи мають не власний, індивідуальний, самостворений самопроект, а проект, суспільно схвалений і освоєний ними. Це властиво, здебільшого, молоді, проте наявне і у дорослих, які «не доросли» до вироблення власного креативного проекту. Так звані «соціальні стереотипи» часто нав'язують людині ту чи іншу поведінку, примушуючи діяти, на перший погляд, нібито в рамках самопроекту. Н.В.Чепелева характеризує цей процес так: «Тут здійснюється невідрефлексований, випадковий, хаотичний пошук (перебір) релевантної інформації. На цьому етапі теж працює значеннєве розуміння, за допомогою якого вихідний матеріал активно переробляється, згортається, переструктурується, відкидається (або ховається) несуттєве на даному етапі розвитку, забезпечується перехід до фабули. Причому ця фабула ще не особиста, а запозичена (за типом бути як всі, як тато, мама, літературний герой і т.п.). Виникає не завдання на смисл, а первинне життєве завдання» (пер. наш – О.З.) [Чепелева,2017,с.15].

Як пише О.В.Зазимко, особи юнацького віку канву для власних життєвих сюжетів здебільшого черпають у культурних зразках повсякденності - це цілісний соціокультурний життєвий світ загальних значень і смислів, який сприймається людьми як даність, що не підлягає сумніву, світ звичок поведінки і мислення як у суспільному житті, так і в приватному побуті. Соціальні зразки проектів-орієнтирів саморозвитку особистості задані у реплікаційних утвореннях культури повсякденності, особисте освоєння та індивідуальне «обживання» яких можливе за допомогою їх розгортання в індивідуальному

досвіді, почасти під час їх наративізації. [Зазимко, 2017, с.42]. «Саме щоденні звички і рішення, як, наприклад, що читати, дивитися, носити, як відпочивати, як і що їсти, як починати свій ранок і закінчувати день, з ким зустрічатися і як святкувати значущі події – це рішення не тільки про те, як діяти, але й у кінцевому рахунку, ким бути. Це ті тривіальні рішення, які, начебто, відповідають щоденним потребам людини, але саме вони поставляють «символічні речові форми» для наративізації самоідентичності та формування і стилізації життєвих проектів» [Лебединська, 2017, с.59].

У наративах опитуваних згадується безліч життєвих проектів, у формі яких відбувається соціалізація, адаптація дорослої молодої людини до соціального середовища, «натягування» на себе «прийнятеного» життєвого/особистісного проекту. Такий самопроект виконує важливу функцію для становлення особистості індивіда і, таким чином, теж є знаряддям розвитку людини.

«Виражено проектні» особи здатні породжувати принципово *свої* життєві і особистісні проекти на основі усвідомлення глибинних потреб своєї особистості, як правило, з підключенням трансцендентного виміру (не завжди усвідомленого), в тому числі (чи на якомусь періоді життя) і усвідомленої потреби в особистісному зростанні.

Для особистостей всіх груп «проектного типу» існування неможливе у формах, що не передбачають проектної діяльності, бо саме проектування робить їх життя осмисленим. У таких особистостей непереборна потреба розвиватися у напрямі реалізації свого самопроекту. Серед наших опитуваних зустрілося чимало осіб такого типу. Термін «самопроектування» таким опитуваним здебільшого незнайомий, проте жодне питання не викликало здивування, людина ніби «пізнає себе» у питаннях анкети, вона саме так – як автор – і будує своє життя: *«Не вижу ничего особенного - это каждодневные действия и чувства»*; *«Будь-яка свідома діяльність, яка включає добровільне удосконалення знань, навичок, умінь, може розглядатись як самопроект»*. Не дивно, що уявлення таких опитуваних про самопроектуючу особистість виглядають так: *«звичайна людина»*; *«Просто Личность»*; *«Просто личность -*

это и есть самопроектирующий индивид. Личность сама себя проектирует, равно как и свою жизнь. Даже если внешне ничего не происходит - в этом может и состоять проект, вернее, его внешнее проявление»; «Это окружающие нас люди во всем их многообразии»; «Сильная и яркая личность, скорее, от природы активная и деятельная, иногда отчаянная, но личность, которая в гармонии не только с собой, но и с другими»; «Глубоко мыслящий, постоянно анализирующий и самоконтролирующий, предусмотрительный и уверенный человек»; «Сильна, впевнена в своїх цілях, цілеспрямована, доброзичлива, дисциплінована, вольова»; «Відстороненість (зосередженість на своєму)... Творчі особистості, на мою думку, більше схильні до самопроектування».

В уявленнях частини опитуваних самопроектування корелює з життєвим успіхом, і тексти з відповідними описами грають для них ледь на навчальну роль – як усвідомлений і екстеріоризований семіотичний ресурс: *«Описание жизненного успеха не в фильмах и не в средствах массовой информации, а в книгах по психологии, а еще лучше, - в жизнеописаниях успешных людей, где представлена некая модель или схема возможной самоорганизации или проектирования своего будущего собственными силами»; «Да, как правило, этим занимаются все успешные люди».* Ознака безумовно проектного типу особи – критичне ставлення до власної проектної діяльності, незадоволення досягнутим рівнем (хоча вочевидь людина у житті досягла вже чимало): *«Сталкивались на уровне попыток самопроектирования, но крайне редко на уровне результатов».*

Соціокультурне середовище і створений на його базі власний смисловий простір суб'єкта детермінують і формування тих особистісних якостей суб'єкта, без яких самопроектування неможливе. В першу чергу це вольові, рефлексивні і екзистенційні характеристики, розвиток яких визначає чимало на всіх етапах самопроектування – від побудови індивідуального дискурсу і протопроєкту і до циклів, в яких вже фігурує і відпрацьовується особистісний проект. Важливою серед особистісних якостей є і потреба у середовищі, що сприяє саморозвитку, неприйняття «застійного» оточення. Дослідження *кореляції* схильності до

самопроектування і успішності самопроектування з певним набором особистісних характеристик не проводилися, проте потреба у з'ясуванні цього питання є нагальною. Якщо буде відпрацьована процедура діагностики тих чи інших особистісних якостей, необхідних для успішності самопроектування чи хоча б для появи настановлення на самопроектування, це може стати ще одним інструментом у тренінгу особи у цьому напрямку.

При опитуванні ставилося питання про *почуття, якими супроводжується самопроектування*; опитувані проектного типу свідчать про свій досвід переживання таких почуттів: *«Віра, радість, можливо страх»*; *«Если удастся – гордость и радость, а если нет – горечь, злость на себя, обида на весь мир вплоть до глубокой депрессии»*; *«Надежда и уверенность»*; *«Удовлетворение, а как итог, увы, успокоенность...»*; *«Уверенность, чувство полета, радость созидания своей уникальной жизни, радость независимости и самостоятельности, непартенализм»*; *«Концентрация uwagi/зосередженість»*; *«Если мы говорим о положительном самопроектировании, то и чувства должны быть положительными. Ломание себя через колено дает мало хороших результатов»*.

Серед проектних особистостей зустрічається і більш рідкісний тип (хоча серед наших опитуваних їх було на диво чимало!) яскраво виражених **самопроектуючих особистостей**, у яких їхня безумовно творча проектна активність усвідомлено спрямована саме на побудову себе, розбудову своєї особистості як об'єкту. Опитувані, яких ми виділили у цю групу, не коментуючи, якою мірою вони знайомі з терміном і поняттям, що ним позначається, відразу поставили цей термін у синонімічний ряд із самовдосконаленням і самовихованням: *«Сознательное выстраивание себя, достраивание себя, подтягивание себя до более высокой планки. Выстраивание своей жизни, осознание того, на что ты способен, своего призвания, своих глубинных чаяний и потребностей и претворение их в жизнь, в те или другие обстоятельства жизни. Сознательное порождение событий и обстоятельств жизни, каких-то своих качеств личности в соответствии с тем, как ты видишь, осознаешь, планируешь свое будущее»*. Саме (і тільки!)

опитувані самопроектуючого типу були готові розповідати про свої власні самопроекти (і, як ми бачили з наведених у попередньому тексті прикладів, таких було чимало!).

Типова проектна поведінка в уявленнях опитуваних проектного типу.

Психологічний аналіз наративів опитуваних дозволив вибудувати схему *типової* і навіть очікуваної *проектної поведінки* людини. З'ясування уявлення опитуваного про *самопроект з позиції автора* було проведено через групу питань одного з топіків: «*Мы все - авторы своей жизни*»; «*Развитие человека во всех процессах*»; «*Все время наличие задачи или ряда задач в голове, приоритетность выполняемых дел определяется этими задачами, ощущение траты времени впустую, если дело/контакт/времяпрепровождение не предусмотрено никаким из своих проектов. Отдыхать определенным образом, в определенном месте, с определенными людьми - тоже проект. Подпитываться чьей-то мудростью, чьим-то интеллектом - тоже, на это не жалко времени, сил, денег*»; «*Это шаги-процессы, которые надо пройти... Какие-то будут длиться всю жизнь. Что такое хорошо и что такое плохо для меня? Ради чего большего, чем мои личные интересы, я хотел бы жить и трудиться? А какие они - мои настоящие интересы? Что на самом деле составляет для меня смыслы моей жизни? Миссия, цели, деятельность, осознание своих возможностей и ограничений, личностных особенностей, планирование жизни на хоть какой-то среднесрочный период, формирование возможного "идеального образа себя", или хотя бы промежуточного*».

Абсолютно «технологічний» опис самопроектування з позиції автора у багатьох опитуваних свідчить (а) про те, що опитуваний живе у проектній парадигмі і (б) про те, як він бачить технологію самопроектування: «*Думаю, что задается цель и подбираются возможности ее достижения. И в каждом конкретном случае – разные подходы и разная мотивация*»; «*Поэтапное описание организации своего рабочего времени и досуга, конкретные пути в самообразовании (освоить предмет, дисциплину, язык, навыки)*»; «*Обдумываю идею, молюсь, медитирую, планирую, определяю, какие инструменты и механизмы могу использовать. Если это долгосрочный проект – я бы разбила*

его на етапы. Анализирую прожитый этап и вношу, при необходимости, корректировки в следующий. Т.е. действие-анализ-действие-анализ. А еще лучше анализировать/подводить итоги каждый день. Мне кажется, что это основа осознанности»; «Вибір мети. Опрацювання необхідної інформації, вибір теорії, методики, яка відповідає моїм цінностям і принципам. Самопізнання. Самоаналіз. Самоорганізація і самодисципліна (вибір оптимального напрямку, ритму руху). Самодіагностика і самокорекція. Самоусвідомлення результатів досягнення мети. І далі... нова мета...»; «Определить цель (что хочу, зачем мне это надо), определить свои возможности (сильные и слабые стороны своего характера, умений, знаний), определить ограничения (выявить то, чего не хватает для получения желаемого), расширить свои возможности (получить требуемые знания, развить необходимые навыки, изменить свое отношение к каким-либо вещам), двигаться постепенно к намеченной цели». Не дивно, що таку позицію продемонстрували науковці, особливо ті, хто, незважаючи на пенсійний вік, продовжують працювати в науковій царині, а також люди ініціативного творчого спрямування (самодіяльні митці і т.п.).

Під час опитування було виявлено феномен *неузгодженості* уявлення людини про відсутність у неї самопроєкту (негативний результат саморефлексії у цьому напрямку) з очевидними для сторонніх ознаками наявності проєкту, який оточуючі діагностують як «очевидний». Засобів анкетування виявилось замало для ретельного дослідження цього явища; безумовно, кропітка психодіагностична робота з опитуваним допомогла б розібратися у причинах цього феномену, проте це не входило у завдання дослідження.

Аналіз за матеріалами наративів опитуваних спонукав нас до введення поняття «*обрій самопроєкту*», яке необхідно, на нашу думку, для того, щоб можна було відображати і порівнювати за певними ознаками самопроєкти різного змісту. Ми розуміємо обрій самопроєкту як задіяність у ньому певної кількості «щабелів» рис особистості: поведінка, спосіб життя, пов'язаність з працею, відображення у спілкуванні, усвідомлення необхідності особистісних змін – і яких саме, пов'язаність зі смисложиттєвими програмами особи, тощо. У

когось самопроект полягає у підтягуванні себе до певної планки (наприклад, за вимогою чоловіка чи фірми), у когось - в опануванні гірських лиж, а хтось бачить смисл роботи над собою у позбавленні від гріха чи опануванні смислів, породжених стародавніми вченнями.

Здається привабливим спробувати заглибитися в індивідуальні проектні структури особистості з метою перевірки емпіричним шляхом, чи можливе цілеспрямоване «підвищення обрїю» самопроектів, властивих даній особистості, тобто сприяння «переростанню» життєвих самопроектів у особистісні, адаптаційних чи соціалізаційних – у власні ініціативні, і взагалі перетворення непроєктної людини у проектну. Така *гіпотеза* здається нам слушною, оскільки сама практика проведення опитування нашою на цей висновок. Проте для того, щоб можна було це підтвердити і перевірити статистично переконливо, потрібні зовсім інші масштаби роботи. Перспективними для подальшого дослідження здаються і явища «пограничних» форм самопроекту, які переростають у спосіб життя, навіть смисл життя, або, навпаки, деградують у звичку (часто вже неосмислену і немотивовану) чи настановлення, тощо. Опитуваними (на першій стадії заглиблення у свій досвід – протягом часу опитування) багато дотичних явищ було згадано і проасоційовано; завдання наступних етапів роботи – розмежувати ці явища, часто зовсім різні за психологічним змістом. Здається, що емпіричні дослідження цих нововведених понять допомогли б екстеріоризувати гру «внутрішніх інтенцій особистості», особливості їх структуризації «під впливом цілей, мотивів, намірів людини», як пише про це Н.В.Чепелева у [Чепелева, 2016], [Чепелева, 2016].

Типові самопроекти дорослих у рефлексивному відображенні опитуваними.

Було здійснено спробу упорядкування і типізації уявлень опитуваних відносно самопроектів на матеріалі величезної і вельми цікавої множини наративів, що їх породили дорослі опитувані у відповідях на анкетні питання. Результати аналізу представлено нижче у вигляді переліку; декілька самопроектів було об'єднано в одну групу, коли ми відчували їхню внутрішню єдність:

- **Самореалізація**, реалізація своїх усвідомлених чи підсвідомих особистісних прагнень (здібностей, схильностей, обдарованості, виключності у якійсь справі, тощо), найбільш яскравим проявом чого є творчість. Це безумовно особистісний креативний самопроект. Приклад: *«Делаем с соратниками организацию (мастерскую, проект), объединяющую под одной крышей разные направления мастер-классов, лекций, семинаров по развитию творчества. Для детей и для взрослых. Основной посыл – развивая в себе творческие способности, ты делаешь жизнь многогранной, эффективней, более полноценной. Это не школа художников или подготовка к вузу, это дополнительные инструменты для полноценного развития себя как Человека»* (з приватного листа, не відповідь на питання опитування).
- Пов'язаний з вищевказаним самопроект **«Реалізація мрії»**, хоча цей самопроект може мати як особистісно-проектне, так і чисто життєве спрямування.
- **Пошук життєвого призначення і планування життєвого шляху.** На відміну від двох попередніх, головна детермінанта у цьому проекті – саме *пошук мети*, а не її досягнення. Навколишнє життя дає приклади осіб з таким самопроектом, який інколи, на жаль, якщо затягується, втрачає свою *проектну* складову і переростає у форму непродуктивної мрії, або постійнодіючого мотиву, або лейтмотиву життя (за Н.В.Чепелевою), або навіть особистісного міфу [Гуцол, 2014].
- **Самоствердження у професійній діяльності:** *«Конечно, реализация себя в профессии... Новой или уже используемой для жизнеобеспечения. Творчество во всех проявлениях, т.к. любой творческий проект не статичен, требует гибкости и модернизации в любом виде... Может потребовать изменения всей жизни...»*.
- **Подвижництво**, формами якого можна вважати *волонтерство і жертвовність* (на суспільному і індивідуальному рівнях).
- **Втілення** в своє життя і свою особистість певного **ідеалу** (запозиченого з когось/чогось чи виробленого на основі власного життєвого досвіду) – **самополіпшення, самовиховання, самоосвіта**. Часто (але не завжди) це

відбувається через незадоволення наявними особистісними рисами – від відсутності здібностей до незадоволення зовнішністю.

- **Знаходження пари**, однією з форм чого є *вступ у шлюб*. *«Думаю, прежде всего брак»*, – впевненість у цьому виявилась типовою для багатьох опитуваних-жінок, проте *«Сім'я змушує тебе самопроектуватись в кількох напрямках»* (опитуваний – чоловік).
- **Боротьба з ускладненнями життя**, зумовленими віком, хворобою, нестачею коштів на життя, важким соціальним оточенням, тощо. *Виживання у складних життєвих умовах. «Я вмешалась в процесс качества своей жизни, связанный с ограничением физических возможностей»*.
- **Задоволення честолюбства, марнославства, самоствердження своєї виключності** – у формах досягнення популярності, влади, входження у верхні шари суспільства, тощо.
- **Збагачення.**
- **Патопсихологічні форми самопроектів** (проект як форма маячні при психопатології, проект як неадекватна чи шкідлива нав'язлива ідея, тощо). Приклади з наративів: *«В голову пришла мысль, что самопроектирование не всегда имеет положительную окраску. Возможны осознанные, разрушающие жизнь проекты. Например, истории самоубийств»*.

Важлива в аксіологічному плані проблема самопроекування осіб, що сповідають свого роду «антицінності», тобто цінності, несумісні з загальноприйнятими і схваленими у даному соціумі нормами (незалежно від того, як часто зустрічаються такі феномени в юзосі): особи кримінального світу – багато життєвих прикладів виховання і самопроекування в бік зміцнення готовності до дурної справи; відверті кар'єристи, окремі підгрупи з яких – політичний кар'єризм, професійний кар'єризм, суто жіночий кар'єризм (вдале одруження); особи маніакального типу; особи, які мають особливі екзотичні якості (чи вважають/удають, що мають їх) – екстрасенси, провидиці, тощо, - і поєднують роботу над посиленням цих якостей з практиками оволодіння техніками обману і шахрайства, тощо. Взаємодія цих типів осіб зі своїм соціумом відбувається через реалізацію ними своїх відверто *антисоціальних*

життєвих проєктів, що вимагає часто і самопроєктування відповідного спрямування. З точки зору проблеми контексту самопроєктування можна стверджувати: «Яке соціо-культурне оточення, такі і самопроєкти». Дослідження цього феномену, теоретичне і емпіричне (як через ініціювання рефлексії у опитуваних, так і через літературні зразки (яскравий приклад - Раскольніков), мислиться доцільним і актуальним.

Ансамблі самопроєктів.

За матеріалами опитування виявлено явище *сплетіння*, або *зрощення* самопроєктів (наприклад, декількох життєвих і на їх тлі, а інколи і базі, й особистісного), їх взаємодії в рамках однієї життєвої ситуації людини. Для позначення таких складних утворень введено термін «ансамбль самопроєктів», де кожен самопроєкт реалізується у своїх «відсіках» життя, або у одному відсіку і навіть в одній діяльності взаємодіють декілька – тобто в рамках однієї діяльності особистість переслідує і досягає декілька цілей, наприклад, отримує спеціальність, веде активний і часто свідомий пошук партнера і одночасно свідомо чи підсвідомо націлена і здійснює особистісне зростання. Приклади з наративів опитуваних: (у відповідь на питання «Чи стикалися Ви з самопроєктуванням у такому розумінні? (після короткої психоедукації)») «В повседневной жизни, особенно там, где присутствует некое творческое начало, на работе – в первую очередь, возможно, даже при формировании личных, романтических, семейных отношений»; «Да, всегда чуть-чуть проектирую, живу одновременно в нескольких проектах, многие из них громко проваливаю»; «Мой самопроект вижу в свете его философского учения – от суетности к любознанию. Ежедневная внутренняя борьба с собой, со своими слабостями – один проект, плюс самопросвещение – учиться всему, что поможет сделать жизнь глубокой и успешной; плюс оздоровление тела, чтобы хватило сил и не было отвлекающих факторов». Отримані при опитуванні матеріали дозволяють заглибитися в аналіз цього феномену і побудувати подальші технології дослідження цього явища.

Психологічні механізми самопроєктування.

За матеріалами отриманих наративів дорослих було здійснено спробу звести воедино те, що було виявлено при опитуванні і що фактаж опитування ілюструє, і на основі цього спробувати виявити основні психологічні механізми самопроекування:

- **"Еталонна" діяльність** – при рефлексованому чи нерелфлексованому впливі чужого *взірця*; це «вторинний» самопроект, що виникає у вже дорослої людини під впливом соціо-культурного оточення і власного семіотичного ресурсу просто як включення у дискурсивну практику певного напрямку, про яку особа дізналася;
- **Залучення в чужий проєкт** – теж вторинний самопроект, широко розповсюджена практика, яка іноді (але далеко не завжди, на жаль!) сприяє бурхливому особистісному зростанню і подальшому виробленню вже власних креативних і автономних «альтернативних» проєктів, тобто появи практики самостійної поведінки (за [Розин, 2002]);
- **Рефлексія власної недосконалості** в порівнянні з кимось авторитетним;
- **Самоствердження, конкуренція**, бажання спроекувати себе кращого за когось іншого;
- **Адаптаційне чи компенсаторне самопроекування** – для реалізації деякого життєвого проєкту (при усвідомленні власної невідповідності своїй ролі в цьому життєвому проєкті);
- Екзистенційний вимір – **потреба і прагнення самореалізації і подальшого розвитку** власної особистості, підвищення власної планки рівня особистісних домагань.

Аксіологічні аспекти самопроекування дорослих.

За матеріалами наративів опитуваних виявилось можливим проаналізувати ціннісний аспект самопроекування в уявленні опитуваних, оскільки саме у цьому вимірі існують особистісні креативні самопроекти. Нам здалося доцільним провести паралелі і кореляції цієї частини дослідження з раніше отриманими результатами опитування щодо "особистісного зростання". Розгляд цього питання базувався на порівняльному зіставленні і аналізі двох глибоко індивідуальних, суб'єктно орієнтованих і глибинно пов'язаних між

собою процесів - особистісного розвитку і самопроектування [Зарецька О.А., 2013], [Зарецька О.О., 2015], [Зарецька О.О. , 2016] і дозволив дійти висновку про те, що *самопроектування* можна розглядати як *одну з основних стратегій дорослої, тобто зрілої, особистості*, що веде до її *розвитку і зростання*. Життєве самопроектування виступає при цьому як діяльнісний контекст особистісного розвитку, а часто і як тренінг особистості. Проектування має місце, коли є технологія досягнення мети. Діяльність, причому цілеспрямована, взагалі є базовою складовою будь-якого проектування, інакше ми маємо справу з планами, мріями, фантазіями. Можна припустити, що саме цілеспрямована діяльність при здійсненні життєвого самопроектування і є основним чинником, що запускає процес розвитку особистості. Особистісне самопроектування характеризується, на наш погляд, принциповою «нескінченністю»: це процес, який, якщо вже запущений, далі сам мотивує своє продовження.

Перспективним здається дослідження відрефлексованих опитуваними звітів про *неуспішне життєве самопроектування* – «хотів, але не зміг», особливо в ракурсі самоаналізу того, *що завадило*. Відомо, що помилки і невдачі дають часом сильний поштовх до зростання. Якщо людина не боїться усвідомити, що певні її особистісні якості перешкодили здійсненню бажаного (неможливість перебороти свої страхи, позбавитися від небажаних і несумісних з метою життєвого проекту звичок, перебудувати спосіб життя і т.п.), можна думати, що навіть неуспіх життєвого самопроекту не стане перешкодою на шляху розвитку особистості. Головним чинником тут ми бачимо саме усвідомлення, готовність прийняти нове і, можливо, неприємне про себе.

Можна припустити, що в певних випадках може мати місце і *захист від усвідомлення*, якщо усвідомлення «б'є» по особистісному міфу, загрожує вибудованій системі пріоритетів, які називають «принципами». Здається, що самопроектування глибинно пов'язане з індивідуальною міфотворчістю - саме в ньому може перебувати коріння мотивів самопроектування. Саме сцементованість і непохитність особистісного міфу іноді надихають людину стійко переносити неуспіх життєвого проекту. Можна припустити, що самопроект може бути навіть породженням, формою реалізації, втіленням

особистісного міфу, ще одним його проявом, раціоналізацією і технологізацією індивідуальної міфотворчості. Емпіричний матеріал - наративи опитуваних, монологи клієнтів психологічних консультацій або телефонів довіри - дають зразки таких *міфологічних самопроектів*. Найбільше їх породжує творча фантазія письменників, які моделюють свідомість героя з усіма його особливостями (безліч прикладів у художній літературі). Саме ці тексти істотно формують дискурс самопроекування в суспільстві.

Прояв чи хоча б сліди особистісного міфу можна бачити і у негативному настановленні частини опитуваних до самого поняття «самопроекування», як це зазначалося вище: опитувані пов'язують наявність самопроекту з такими традиційно забарвленими негативно у масовій свідомості якостями особистості, як кар'єризм, егоїзм, або виправдовують відсутність проєктів у власному житті особистісними рисами: відсутністю «сильного характеру», тощо.

Висновки.

Узагальнення результатів попередніх емпіричних досліджень дозволило зробити висновок про позитивний вплив організованої під час опитування дискурсивної практики, в якій опинився опитуваний, на його здатність до самопроекування і, відповідно, про можливість використання принципів опитувального діалогу у якості тренінгу з самопроекування. Участь у дослідженні такого типу, тобто ініційоване дослідником активне залучення опитуваного у дискурсивну практику щодо самопроекування, перегляд і осмислення ним власного семіотичного ресурсу такого роду, допомагає особі через створення автонаративів у дискурсивному просторі дослідницького спілкування зрозуміти саму себе, свій «власний закон» (за Н.В.Чепелєвою), актуалізувати для себе свій смисловий простір і екзистенціальний досвід, творчо опанувати і розширити його, породити нову нарацію себе. Щодо емоційної складової цього процесу, спостереження під час емпіричного дослідження свідчать, що перебування у стані самопроекування, навіть просто переосмислення свого життя у цій парадигмі, сприяють позитивному і радісному світосприйманню особи.

Таким чином, аналіз матеріалів проведеного емпіричного дослідження дозволяє припустити, що віртуальний простір письмового спілкування, письмових практик, який було створено під час проведення опитування, породив для учасників опитування умови для активної практики осмислення, інтерпретації і розуміння, які, за Н.В.Чепелевою, є, як правило – а в нашому випадку так воно і є - дискурсивними. Опитування, таким чином, виконало роль середовища для виникнення або актуалізації в опитуваних дискурсу особистісного розвитку і самопроектування. Можна зробити висновок про те, що спеціально організоване опитування з особистісного зростання і самопроектування, яке ініціює певний вид наративної практики у дорослих особистостей різного віку, виступає дієвою технологією самоусвідомлення особистості, а також відіграє роль наративного тренінгу.

Особливості досліджуваного об'єкту дають підставу схарактеризувати індивідуальний дискурс самопроектування у дорослих як переважно неусвідомлений, нерелексований і не артикульований. Виникає гіпотеза, що і самопроекти, причому як розповсюджені життєві, так і рідкісні суб'єктивно-особистісні, навіть екзистенційної спрямованості, можуть і реалізуватися, і відображатися в людині не усвідомлено і не артикульовано і відчуються автором на рівні хіба що довготривалих настановлень певного типу. Під час опитування ми спостерігали феномени формування і поглиблення рефлексії власного самопроектування учасниками опитування як реакції на спеціально спланований пролонгований опитувальний діалог (ми назвали це реактивною рефлексією). Осмислення цього феномену дозволило зробити висновок про позитивний вплив дослідницької дискурсивної практики, в якій опинився опитуваний, на його здатність до самопроектування і, відповідно, про можливість використання принципів опитувального діалогу у якості тренінгу з самопроектування.

Аналіз матеріалів дослідження - сукупності отриманих при опитуванні наративів - дозволив висунути гіпотезу, згідно з якою самопроектування можна розглядати як одну з провідних стратегій дорослої зрілої особистості. Життєві

самопроекти розглядаються як діяльнісний контекст особистісного розвитку і свого роду тренінг особи.

Здається слушним спробувати залучити уроки цього дослідження до вироблення методик «пробудження» процесу осмислення екзистенційного плану свого буття учасниками освітнього процесу. Опитування, наближене до проєктивних методик і за змістом орієнтоване на осмислення опитуваними свого досвіду, може стати тим стимульним матеріалом, яке викличе бажані процеси в опитуваних. Впровадження методики такого типу у виховний і навчальний процеси може сприяти розвитку здатності до переосмислення власного досвіду і подальшого самопроектування; зосередженню уваги на ціннісних аспектах свідомості людини; розвитку здатності до рефлексії себе як особистості; розвитку цілеспрямованості і структурованості поведінки; розвитку критичного ставлення до себе і оточуючих; привнесенню позитивних смислів самопроектування у свідомість тих учасників навчального процесу, які не мали його у своєму активі до початку застосування методики; розвитку наративної компетентності особистості; розвитку здатності до самопроектування; (опосередковано) розвитку тих мисленнєвих і особистісних якостей, які сприяють вивченню і засвоєнню шкільних знань, зокрема, з гуманітарних дисциплін. Сама форма здається особливо перспективною для використання у дистанційному навчанні. Таким чином, можна вважати, що «проходження» опитуваного через інтерв'ю такого плану може виконати роль певного тренінгу, в результаті якого «запускаються» рефлексивні процеси самовідстеження свого досвіду і моніторинг «фільтра» при отриманні нового.

Література

1. Гуцол С.Ю. Мифопорождение как объект психологической рефлексии / С.Ю. Гуцол. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2014. – 340 с.
2. Зазимко О.В. Наративізація реплікаційних утворень культури повсякденності як засіб побудови життєвих сюжетів у юнацькому віці / О.В.Зазимко // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – 2017. – Том. II: Психологічна герменевтика. – Випуск 10. – С. 39-52.

- 3 Зарецкая О.А. Осмысление человеком своего личностного роста (по материалам эмпирического исследования) / О.А.Зарецкая // Личность и ее жизненный мир: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной 20-летию факультета психологии ОмГУ им. Ф.М. Достоевского (Омск, 3-4 октября 2013 г.) / под ред. Л.И. Дементий. – Омск : Изд-во Ом. Гос. Ун-та, 2013. - С. 65-71.
- 4 Зарецька О.О. Джерела індивідуального дискурсу самопроєктування (за матеріалами опитування) / О.О.Зарецька // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – 2017. – Том. II: Психологічна герменевтика. – Випуск 10. – С. 65-82.
- 5 Зарецька О.О. Особистісний розвиток у вимірі самопроєктування: методологічні проблеми / О.О.Зарецька // III Всеукраїнський психологічний конгрес з міжнародною участю «Особистість у сучасному світі». – К.: ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2015. – Ч.2. – С. 114-117.
- 6 Зарецька О.О. Особливості використання методів інтерв'ювання для дослідження самопроєктування особистості / О.О.Зарецька // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України. – 2015. – Том II: Психологічна герменевтика. – Випуск 9. – С. 72 – 84.
- 7 Зарецька О.О. Цінності і пріоритети життя як об'єкт дослідження методом нарративного інтерв'ю / О.О.Зарецька // Природа дитинства у вимірах герменевтики і нарративу: Практико зорієнтований посібник / за ред.. Н.В.Чепелевої, Д.І.Петренко, І.Г.Єрмакова, Р.А.Рудковської. – К.: Приватна виробничо-комерційна фірма «Видавництво «МакДен», 2016. – С. 82-88.
- 8 Зарецька О.О. Шляхи формування нарративної компетентності особистості методами інтернет-комунікації / О.О.Зарецька // Природа дитинства у вимірах герменевтики і нарративу: Практико зорієнтований посібник / за ред.. Н.В.Чепелевої, Д.І.Петренко, І.Г.Єрмакова, Р.А.Рудковської. – К.: Приватна виробничо-комерційна фірма «Видавництво «МакДен», 2016. – С. 150-155.
- 9 Лебединська І.В. Соціокультурний аналіз особистісних домагань / Життєві

- домагання особистості: монографія / за ред. Титаренко Т.М. . – К.: Педагогічна думка, 2007. – С. 33 – 52.
- 10 Лебединська І.В. Особистісне самопроектування і проблема раціональності / І.В. Лебединська // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – 2017. – Том. II: Психологічна герменевтика. – Випуск 10. – С. 53-64.
 - 11 Розин В.М. Личность как учредитель и менеджер «себя» и субъект культуры / В.М.Розин // Человек как субъект культуры. – М.: Наука, 2002. – С. 42-112.
 - 12 Рудницкая С.Ю. Прототекст как основа «Я» текста в нарративных практиках самопроектирования личности / С.Ю.Рудницкая // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – 2017. – Том. II: Психологічна герменевтика. – Випуск 10. – С. 21-38.
 - 13 Чепелева Н.В. Дискурсивні практики самопроектування особистості /Н.В.Чепелева [Електронний ресурс] // Самопроектування особистості у дискурсивному просторі: монографія / Н.В.Чепелева, М.Л.Смульсон, О.В.Зазимко, С.Ю.Гуцол [та ін.]; за ред. Н.В. Чепелевої. – К.: Педагогічна думка, 2016. – 232 с. – Режим доступу : <http://lib.iitta.gov.ua/704560/> (розділ 2.2). – ISBN 978-966-644-422-9.
 - 14 Чепелева Н.В. Самопроектування особистості у контексті постнекласичної психології /Н.В.Чепелева [Електронний ресурс]// Самопроектування особистості у дискурсивному просторі: монографія / Н.В.Чепелева, М.Л.Смульсон, О.В.Зазимко, С.Ю.Гуцол [та ін.]; за ред. Н.В. Чепелевої. – К.: Педагогічна думка, 2016. – 232 с. – Режим доступу : <http://lib.iitta.gov.ua/704560/> (розд.1.1). –ISBN 978-966-644-422-9.
 - 15 Чепелева Н.В. Теоретико-методологические основы разработки нормативной модели самопроектирования личности / Н.В.Чепелева // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – 2017. – Том. II: Психологічна герменевтика. – Випуск 10. – С. 5-20.

- 16 Щукина М.А. Психология саморазвития личности: субъектный подход /
Диссертация на соискание ученой степени доктора психологических наук,
СПб, 2015. – 355 с.