

Зазимко О. В. Дослідження конструювання досвіду особистістю в умовах карантину // Досвід переживання пандемії covid-19: дистанційні психологічні дослідження, дистанційна психологічна підтримка : матеріали онлайн - семінарів 23 квітня 2020 року «Досвід карантину: дистанційна психологічна допомога і підтримка» та 15 травня 2020 року «Дистанційні психологічні дослідження в умовах пандемії covid - 19 і карантину» / [за наук. ред. М.М. Слюсаревського, Л.А. Найдьонової, О.Л. Вознесенської]. – К. : ІСПП НАПН України, 2020 . – [електронне видання]. [121 с.]. С. 52-54.

<http://doi.org/10.33120/QERPASProceeding-2020>

https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/Static/dosvid_onl-sem_23-04-20_and_15-05-20_ncov19.pdf

Зазимко Оксана Володимирівна,
кандидат психологічних наук, доцент,
провідний науковий співробітник
лабораторії когнітивної психології
Інституту психології імені Г.С.
Костюка НАПН України

ДОСЛІДЖЕННЯ КОНСТРУЮВАННЯ ДОСВІДУ ОСОБИСТІСТЮ В УМОВАХ КАРАНТИНУ

Пандемія та самоізоляція особистості в умовах карантину актуалізували переживання, які характерні для ситуації невизначеності. Людство отримує унікальний досвід, адже невизначеність у тій чи іншій мірі, щодо тієї чи іншої сфери вдалося пережити кожній особистості в переважній більшості країн світу. Такий досвід має не лише індивідуальні характеристики, а й глобальний соціокультурний контекст. Ситуації невизначеності потребують конструювання нового досвіду як на державному рівні, так і окремою особистістю, що дозволяє досягнути певного консонансного стану.

Лабораторією когнітивної психології Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України під керівництвом Н.В. Чепелевої з 2020 року розпочато дослідження проблематики конструювання життєвого досвіду, яка у світлі останніх подій стала ще більш актуальною.

Методологічними основами наукових досліджень лабораторії є положення постнекласичної психології, за якими, зокрема, розвиток особистості тлумачиться як організація нею соціокультурної та особистісної інформації у зв'язну структуру смислів. У межах означеного підходу досвід має смислову основу і об'єктивується у вигляді наративів. Мережа низки наративів за звичних обставин життя накладається на

сміслові рамки буденності, тому вирішення проблем із близькими за змістом типовими умовами відбувається за допомогою уже наявних інтерпретаційних схем тлумачення.

У ситуації невизначеності, особливо якщо вона є травматичною для особистості, вибудована смислова система розпадається і виникає смисловий хаос. Слідуючи за Д. Леонтьєвим та розширюючи його розуміння таких ситуацій, Н. Чепелева виділяє декілька способів (шляхів, стратегій) виходу особистості із смислового хаосу.

Процес конструювання досвіду визначається як засіб побудови смислової системи, що дозволяє не уникати різнопланової проблемності ситуації (спрощення її сприйняття для полегшення пристосування, виживання), а належним чином долати (в основному за рахунок підвищення внутрішньої організації, нового розуміння тощо) проблемність нової ситуації, для інтерпретації якої в особистості немає готових смислових схем [1].

Отже, переживання ситуацій невизначеності сприяє розширенню, життєвого досвіду. Але, щоб досвід збагатився (відбувся процес його конструювання), отримана нова інформація має бути організована у певні зв'язні структури, що допомагають досягнути її сенсу.

Породження нових смислів щодо нетипових ситуацій забезпечується здатністю особистості до конструювання досвіду. Дослідженню особливостей формування цієї здатності, з'ясуванню її структури та механізмів присвячуються емпіричні дослідження лабораторії.

За розробленою оригінальною теоретичною моделлю здатності до конструювання особистістю досвіду передбачається вивчення наступних її складових: певних когніцій (серед яких особливості мислення, уява, мовленєва компетентність), метакогніцій (рефлексія, здатність до самостійної постановки завдання на саморозвиток (самодетермінація), готовність до вибору, яка базується на певних смисложиттєвих орієнтаціях), мотиваційний компонент, який включає спрямованість особистості на саморозвиток, а також толерантність особистості до невизначеності та відчуття часової перспективи.

До кожного із компонентів підібрано відповідні психодіагностичні методики та розроблено авторську методику провокованого наративу. Психодіагностичні методики представлено у Google-формі та поширено для апробації серед студентів других та третіх курсів освітнього рівня «бакалавр» столичного ЗВО.

Про результати апробації говорити ще рано, але можна поділитися певними спостереженнями за результатами реалізації методики провокованого наративу.

Методика пропонує респондентам за приблизно визначеним планом і змістовним спрямування написати розповідь про себе, про становлення власної особистості та пов'язаного з ним розвитку життєвого досвіду. Ця структурована розповідь починається від самого першого свідомого сприйняття себе. Інструкцією до методики також передбачається опис і очікуваних майбутніх етапів свого життя. За інструкцією до написання наративу особливу увагу звернено на етап сьогодення, але без вказівок про ситуацію карантину: «Особливу увагу зверніть на те, що відбувається з вашим досвідом, вашою особистістю саме зараз!»

На даний час маємо 54 розгорнуті відповіді.

Після написання наративу студенти надавали свої роздуми щодо проробленої роботи. Переважна більшість респондентів зізналась, що ця діяльність для них була непростю, але дала змогу переосмислити певні моменти свого життя, ще раз обдумати перспективи. Отримані наративи свідчать про наявність потреби у осіб юнацького віку до самопізнання та саморозвитку.

Щодо ситуації карантину, то вона відображена далеко не усіма респондентами.

У 80 % розповідей вона навіть не згадується.

В 11 % розповідей містяться згадки, які можна класифікувати у дві групи:

1) самоізоляція в умовах карантину як перешкода на шляху розвитку (приклади згадок в авторській редакції: «я поки на карантині», «сьогодні я сиджу вдома та пишу цей текст», «зараз би я прокачувала б цю навичку, але карантин вирішив трошки по-іншому»);

2) самоізоляція не призупиняє процес розвитку особистості, або надає можливість для переоцінки його пріоритетів (приклади: «І ось навіть зараз, чекаючи закінчення карантину, ...», «Думаю, карантин змусив замислитися над багатьма речами в нашому житті і я не виняток»).

9 % респондентів у своїх розповідях період самоізоляції в умовах карантину визначили як значимий етап конструювання власного досвіду.

Щодо наративів, які не містять згадки про сьогоднішній період самоізоляції в умовах карантину, то маємо декілька припущень.

1) отримані молодими особами переживання ситуації невизначеності під час самоізоляції ще не піддані рефлексії, і отримана нова інформація про себе не організована у зв'язну структуру, що не дозволило досягнути сенс свого особистісного зростання;

2) для осіб юнацького віку умови карантину не набирають подієвої значимості в конструюванні їхнього життєвого досвіду, оскільки, з

одного боку, цінність здоров'я у молоді роки не є такою значимою як для старшого покоління, з іншого, не всі респонденти знаходяться у великих містах, тобто не всі знаходяться в умовах жорсткого карантину;

Щодо наративів, які не містять згадки про сьогоднішній період самоізоляції в умовах карантину, то маємо декілька припущень.

1) отримані молодими особами переживання ситуації невизначеності під час самоізоляції ще не піддані рефлексії, і отримана нова інформація про себе не організована у зв'язну структуру, що не дозволило осягнути сенс свого особистісного зростання;

2) для осіб юнацького віку умови карантину не набирають подієвої значимості в конструюванні їхнього життєвого досвіду, оскільки, з одного боку, цінність здоров'я у молоді роки не є такою значимою як для старшого покоління, з іншого, не всі респонденти знаходяться у великих містах, тобто не всі знаходяться в умовах жорсткого карантину;

3) не всі особи, схильні до конструювання власного досвіду, тобто долати різнопланові проблеми нової ситуації за рахунок підвищення внутрішньої організації, що призводить до нового її розуміння. Більша частина осіб схильна спрощувати сприйняття ситуації невизначеності, що полегшує процес пристосування до неї.

Більш коректні підтвердження висунутих припущень можливі у наступному дослідженні в недалекій перспективі.

Дослідження розвитку здатності конструювання досвіду не втратить своєї актуальності і після тривалого періоду пандемії.

Тому з'ясування особливостей формування такої здатності в осіб різних вікових груп мають свої перспективи та наукову і прикладну значимість.

Література:

1.Чепелева Н.В. Дискурсивное конструирование опыта в кризисных ситуациях / Чепелева Н.В. // Віртуальний освітній простір: психологічні проблеми : тези VI II Міжнародної науково-практичної Інтернет - конференції, 15 травня – 15 червня, 2020 року. – К., 2020. – [Електронне джерело]. – Режим доступу: http://www.newlearning.org.ua/system/files/sites/default/files/zagruzheni/chepelieva_2020.pdf