

ИНДИВИДУАЛЬНИЙ ДОСВІД У ПРОСТОРИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

УДК 159.9

ПАВЛЕНКО О.В.

асистент кафедри педагогіки та психології
Маріупольського державного університету,
м. Маріуполь

У статті здійснено аналіз поняття життєвого досвіду особистості з точки зору його структури та функцій, виокремлено основні параметри, які використовуються для його вивчення. Все це дає змогу краще зрозуміти це явище, закономірності його становлення, розвитку та значення для особистості.

Ключові слова: *індивідуальний досвід, життєвий досвід, життєдіяльність, структура досвіду, функції досвіду.*

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ОПЫТ В ПРОСТРАНСТВЕ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЛИЧНОСТИ

В статье осуществлен анализ понятия жизненного опыта личности с точки зрения его структуры и функций, выделены основные параметры, используемые для его изучения. Все это дает возможность лучше понять это явление, закономерности его становления, развития и значения для личности.

Ключевые слова: *индивидуальный опыт, жизненный опыт, жизнедеятельность, структура опыта, функции опыта.*

Постановка проблеми. Сучасна епоха соціальних змін і криз, складні умови суспільного життя, досить швидка мінливість соціокультурної реальності вимагають від людини вибору правильної життєвої лінії, що сприяє збереженню цілісності внутрішнього світу і досягненню самореалізації в майбутньому. У зв'язку з цим в сучасних психологічних дослідженнях на перший план виходить так звана «життєва» проблематика – аналіз розвитку особистості в часі життя, – позначена як «психологія життєвого шляху», для інтегративного опису якої використовуються такі конструкти, як «життєвий план», «життєва стратегія», «життєва програма», «життєва перспектива».

Особливе значення при розробці психології життєвого шляху набуває феномен «життєвого досвіду особистості». Дослідження уявлень про життєвий досвід набуває особливої важливості при зверненні до ситуації сприйняття майбутнього, передбачення майбутніх подій, висування цілей і вибору шляхів їх досягнення, впливу життєвих планів на організацію діяльності і поведінку людини в сьогоденні.

Індивідуальний життєвий досвід – досвід, набутий особистістю в процесі її життєдіяльності, який зорієнтований на

практичний ефект. Індивідуальний досвід розпочинається з перших хвилин входження немовляти в життя, постійно супроводжуючи людину до старості. На основі індивідуального досвіду відбувається становлення та розвиток особистості, виробляються її світоглядні орієнтації, формується активне ставлення до життя. Індивідуальний досвід може бути духовним, моральним, світоглядним, науково-пізнавальним, релігійним, естетичним, художнім, емоційним, професіональним, повсякденно-побутовим і т.д., але все ж набувається індивідом самотійно. Розвиток індивідуального досвіду виступає в неусвідомленій формі і накопичується в результаті повсякденного життя.

Формування цілей статті. Аналіз стану наукової розробки проблеми вивчення життєвого досвіду засвідчує, що її дослідження стають дедалі більш інтенсивними і різноспрямованими. П. Горностай зазначає, що «людина, її особистість являє собою сукупність досвіду, але його сутність можна розуміти по-різному» [2, 32].

Мета дослідження полягає у з'ясуванні сучасного наукового розуміння життєвого досвіду. Дослідження життєвого досвіду індивіда, особливостей саморозуміння та усвідомлення суб'єктом свого життєвого сценарію можливе виходячи з різних методологічних підходів, наприклад, методами наративної психології (досвід як текст), екзистенціального підходу (досвід як буття) та різними психотерапевтичними напрямками.

Аналіз основних досліджень і публікацій. Проблема визначення психологічного змісту життєвого досвіду в життєвому циклі особистості до цього часу залишається однією з актуальних проблем психологічної науки. Розглянемо провідні наукові підходи до визначення категорії життєвого досвіду.

До визначення поняття «життєвий досвід» зверталися О. М. Лактіонов, Л. А. Лепіхова, Т. М. Титаренко, М. О. Холодна, Ю. М. Швалб та ін. Вчені пояснюють це поняття як складне утворення, що вбирає в себе знання, вміння, навички (К. К. Платонов); як діяльність представлену у свідомості людини (О. В. Турчинов); як складну систему, що складається зі способів, прийомів і правил вирішення завдань (Ю. К. Стрелков); як впорядковані у свідомості образи пережитих подій (О. О. Кронік, Л. Ф. Бурлачук, Є. Ю. Коржова). Розуміння власного досвіду і себе в ньому є центральним моментом у розвитку особистості (Г. С. Костюк). Роль життєвого досвіду в процесі становлення особистості визначали К. О. Абульханова-Славська, О. Г. Асмолов, Л. С. Виготський,

І. С. Кон, О. М. Лактіонов, Д. О. Леонт'єв, С. Д. Максименко, С. Л. Рубінштейн та ін. За основну одиницю змістового аналізу особистого досвіду бралось поняття «подія» (К. О. Абульханова-Славська, Б. Г. Анан'єв, Л. І. Анциферова, Л. І. Воробйова, О. О. Кронік, Н. А. Логінова, Т. В. Снегірьова, С. Л. Рубінштейн та ін.), яке в концентрованій та цілісній формі містить основні характеристики свідомості.

Академік А. С. Белкін пропонує розрізнити поняття «досвід життя» і «життєвий досвід». Досвід життя – вітагенна («vita» – лат. життя) інформація, пов'язана з розумінням тих чи інших станів життя і діяльності, яка не має для людини достатньої цінності. Життєвий досвід – вітагенна інформація, що стала надбанням особистості, знаходиться в резервах довготривалої пам'яті і в стані постійної готовності до самоактуалізації в адекватних ситуаціях [1].

Л. А. Лепіхова вважає, що життєвий досвід визначається тими подіями, ситуаціями, враженнями, які в узагальненому вигляді можна згрупувати по таким базовим психологічним поняттям, як: добро – зло; діяння – бездіяльність; тяжкість – легкість; успішність – неуспішність. Все, що на життєвому шляху трапляється з людиною, стає її досвідом тільки в разі усвідомлення подій, своєї ролі в них, рефлексії, аналізу та оцінки [6].

Вихідною теоретичною основою работ Н. В. Чепелевої стало положення про наративізацію свідомості, зокрема, досвіду особистості, тобто здатності людини описати себе та свій життєвий досвід у вигляді цілісної розповіді [10].

Аналіз наукової літератури показав, що особистий досвід людини відображається в наративній саморозповіді, в якій символічно поєднані явища об'єктивної дійсності та смисли суб'єктивного буття людини. Наратив дає можливість наблизитись до особистості та різних аспектів її досвіду і виявити, які ж моменти життя стають подіями і в майбутньому будуть складовими його структури. Свідома активна вибірковість переживань і вчинків свідчить про ступінь інтеграції досвіду людини, а отже, і про розуміння нею свого особистого досвіду.

Н. В. Чепелева виокремлює два рівні досвіду: особистий та особистісний. Особистий досвід людини складається її життєвими ситуаціями, характером поведінки людини в них, особливостями взаємодії з іншими людьми. Цей рівень досвіду присвоюється людиною «автоматично», без переробки й осмислення. Якщо досвід якимось способом структурується, осмислюється та інтерпретується, тобто інтегрується особистістю і перетворюється у структури її свідомості, він

стає особистісним. Особистий досвід може бути як зовнішнім, так і внутрішнім, особистісний досвід завжди є внутрішнім. Однак обидва виділені типи досвіду можуть діяти на свідомому і несвідомому рівнях [8].

Життєвий досвід – це потужний механізм, що дозволяє нам адаптуватися до навколишньої дійсності.

У психологічному часі досвід завжди пов'язаний з минулим людини, з тим, що нею вже прожито і накопичено як наслідок її життєвої активності у різних сферах життєдіяльності, пізнання, творчості, подолання перешкод та їх опанування. Минуле може бути легким, приємним для спогадів, не досить відповідальним, або обтяжливим, багатим на суворі події, стреси, лихоліття. Коли нам добре, ми особливо не замислюємося про життя, ми просто живемо, радіємо, не намагаючись розуміти і аналізувати логіку подій. Людині не важливо розуміти причини позитивних життєвих змін; вона приймає їх як щось само собою зрозуміле, як даність; вона не шукає прихованого змісту, підґрунтя або підтексту, вона живе «на поверхні» подій. Ми починаємо замислюватися про сенс того, що відбувається тоді, коли нам погано, коли життя змушує нас страждати. Саме у важких життєвих ситуаціях людина намагається зрозуміти, що відбувається, аналізуючи події, встановлюючи між ними причинно-наслідкові зв'язки і намагаючись прогнозувати їх подальший розвиток. Таким чином і з'являються уявлення про людську природу, про міжособистісні відносини, про їх формування та розвиток. У цьому сенсі всі життєві неприємності повинні розглядатися як безцінний життєвий досвід, який змушує думати, шукати інформацію, підтримку, резерви і ресурси, активізувати творчий потенціал для подолання труднощів.

Для саморозвитку особистості і набуття нею зрілості досвід є важливим для пошуку індивідуальних шляхів самокорекції через усвідомлення того, що треба виправити у собі, розвинути, позбавитись, згадати, в чому виявились слабкі місця, де слід підсилити самоконтроль [7].

Кожна людина впродовж життя формує на підставі свого життєвого досвіду уявлення про саму себе, переконання щодо своїх можливостей, характеристик тощо. Ці уявлення (розуміння) можуть бути представлені на різних рівнях усвідомлення: від часткового розуміння (або нерозуміння) до всеохоплюючого переживання себе як особистості, яка є творцем власного життя.

Виклад основного матеріалу дослідження. Пошук рівнів усвідомлення особистості свого життєвого досвіду ви-

водить нас до підходів, які були здійснені різними вченими. Російський психолог М. О. Холодна виділяє три сфери (шари) досвіду: когнітивну, метакогнітивну та інтенціональну. На її думку, когнітивний досвід має структури, що відбивають зовнішній мир, інтегративним рівнем яких є понятійні структури. Когнітивний досвід – це структури, які забезпечують зберігання, упорядкування та переробку наявної і нової інформації. Основне їх призначення – «оперативна переробка поточної інформації про актуальний вплив на різних рівнях відбиття» [9, 170]. Метакогнітивний досвід – це досвід регуляції процесу переробки інформації. На думку М. О. Холодної, метакогнітивний досвід є онтологічною базою когнітивних стилів. І нарешті, інтенціональний (мотиваційно-цільовий) досвід лежить в основі індивідуальної вибірковості інтелектуальної активності. «Інтенціональний досвід представлений такими ментальними структурами, як переваги, переконання та умонастрої» [9, 278].

Відомий український дослідник О. М. Лактіонов вважає, що досвід – «це така психологічна реальність, яка завжди стосується конкретної людини, тобто завжди індивідуальна за своєю природою. Тому виявлення її загальних закономірностей і механізмів повинно ґрунтуватися на індивідуальних способах дій, індивідуальних цінностях, життєвих подіях». Він зазначає, що «... досвід представляє собою таке психологічне утворення, котре дає можливість не тільки використовувати відповідні задачі знання, уміння і навички, але й певним чином адаптуватися до умов життя, взаємодіяти з оточуючим світом, інтерпретувати події у світі і себе у цих подіях» [5, 145]. Він наголошує, що предметом дослідження має бути не досвід взагалі, а лише індивідуальний досвід.

О. М. Лактіонов висунув гіпотезу, що індивідуальний досвід являє собою динамічне утворення з трьохкомпонентною структурою, котре складають соціальний, особистісний та мнемічний компоненти, кожен з яких є самостійною характеристикою досвіду, має власний зміст, генезу та функції [5]. Соціальний компонент забезпечує взаємодію індивіда з соціумом, власну соціальну роль, адекватну перебудові способів та засобів соціальної активності. Особистісний компонент накопичує та застосовує різноманітні інтерпретаційні комплекси, що дозволяють оцінювати себе, інших, явища й події у зовнішньому світі, визначати та коригувати власну поведінку й особистісний розвиток. Мнемічний компонент накопичує, систематизує й інтегрує інформацію, розподілену у біографічному часі.

Системоутворюючий фактор досвіду – це орієнтація на майбутній результат життєдіяльності людини. Життєвий досвід існує в наступних формах: 1) соціальні стереотипи; 2) особистісний інтерпретаційний комплекс; 3) оперативна довготривала пам'ять. Основна форма фіксації життєвого досвіду – прислів'я. Індивідуальний досвід виконує функції забезпечення саморозвитку індивіда й регуляції його взаємин із зовнішнім світом; систематизації, класифікації, інтеграції й структурування оточуючого світу; забезпечення соціальної спадковості й психологічної стабільності.

Ю. М. Швалб виділяє три типи досвіду (як індивідуально, так і соціальних груп): ситуаційний, діяльнісний та особистісний, функції якого полягають у захисті від можливих помилкових дій та ілюстрації власного досвіду [11].

Ю. М. Швалб виокремлює структурні компоненти досвіду та їх функції: 1) ситуаційний компонент забезпечує можливість побудови дії у новій ситуації без проб та помилок; 2) діяльнісний фіксує структури власної діяльності суб'єкта; 3) особистісний систематизує й інтегрує систему «життєвої філософії» особистості. Системоутворюючий фактор досвіду – орієнтація на стабільність світу. Форми існування життєвого досвіду за Ю. М. Швалбом: цілісний опис ситуації, алгоритм способу дії та моральні максими (імперативи). Форми фіксації життєвого досвіду для соціальних груп та спільнот – це «народна мудрість» (сентенції, байки, притчі, анекдоти, прислів'я), а для індивіда – особистісний міф.

Н. О. Євдокимова вважає, що професійний досвід як психологічна система складається зі структурно-динамічної організації трьох сфер, кожна з яких є самостійною характеристикою досліджуваного феномену, що наділена певним змістом та функціями:

- когнітивної, змістом якої є професійні знання, що є основою формування компетентності суб'єкта, його суджень, умовиводів, вирішень, оцінок, професійних очікувань та домагань, антиципації професійної перспективи. Функцією когнітивної сфери є раціоналізація професійного досвіду;
- «почуттєвої тканини», змістом якої є професійні смисли, що формуються як результат емоційно-ціннісної оцінки досвіду особистості у професійній діяльності, є універсальним інструментом для оцінки та інтерпретації унікального професійного досвіду суб'єкта;
- конативної (мотиваційно-вольової), змістом якої є системні конструкти способів професійної діяльності,

цілісні патерни рішення професійних задач, що розширюють репертуар поведінки суб'єкта у професійних ситуаціях та уможливають його діяльність у нестандартних ситуаціях, що, у свою чергу, забезпечує стабільність професіогенезу особистості [3].

Для будь-якої людини властива відкритість новому досвіду. Це характеристика є результатом рефлексії в першу чергу теперішніх подій, а також минулого досвіду з перспективою на майбутнє.

О. В. Зазимко вважає, що формою і базою життєвого досвіду є ментальні моделі світу [4]. Ментальні моделі світу як форма життєвого досвіду особистості містять як індивідуально-особистісне світосприймання, так і соціокультурне бачення світу, єдине для всіх членів соціальної спільноти. Вони є відносно стійкими утвореннями в межах однієї особистості, але досить мінливими у поколіннях. Кожне нове покоління будує таку ментальну модель світу, яка дозволяє йому адекватно адаптуватися у світі та адекватно впливати на цей світ. Чим більше змінюється реальний світ, тим швидша динаміка змін в індивідуальних ментальних моделях світу.

Зміна ментальних моделей світу зумовлюється не лише зовнішніми обставинами як мікросередовища (сім'я, друзі, навчальні заклади, соціальні об'єднання зі своїми правилами, звичаями), так і макросередовища існування людини, а й внутрішніми чинниками ментальних утворень – особистісними властивостями людини, наявними інтелектуальними ресурсами, осмислення, структурування та привласнення людиною результатів її взаємодії з зовнішнім середовищем, на основі і за допомогою яких вона структурує свій життєвий досвід. Серед таких інтелектуальних ресурсів автор насамперед виділяє процеси розуміння та інтерпретації життєвого досвіду особистістю.

О. В. Зазимко визначено наступні одиниці дослідження процесів розуміння та інтерпретації життєвого досвіду особистістю:

- 1) глибина – площинність образів життєвого досвіду;
- 2) взаємозалежність, взаємопов'язаність подій минулого, теперішнього та планів на майбутнє (темпоральність);
- 3) уніфікованість – диференційованість нинішнього. Враховуючи швидку мінливість та розмаїття сьогоденного світу, інтелектуальна обробка різних в плановому відношенні ситуацій і подій соціокультурного та власного життя (які досить часто не мають ніяких структурних зв'язків) відбувається фактично одночасно в тісному їх зв'язку і переплетінні.

- 4) емоційність переживання подій;
- 5) технології та практики інтерпретації життєвого досвіду. Інтерпретація життєвого досвіду є суб'єктивним процесом тлумачення подій в особистісному та соціально-культурному контекстах. Широта розуміння та інтерпретація соціокультурного досвіду ведуть до створення власного внутрішнього світу особистості, власної реальності, забезпечує повноцінне становлення особистості [4].

Протягом життя кожна людина набуває досвід у різних сферах життєдіяльності: досвід часу і простору, досвід народження і смерті, досвід абстрактно-теоретичного мислення і досвід буденності. Розуміти та інтерпретувати власний досвід людина може тільки в певному життєвому середовищі.

На думку дослідників (В. А. Аверін, Л. С. Виготський, Н. В. Чепелева), ступінь розуміння свого особистого досвіду, можливо, залежить від віку та особистісних особливостей дитини. Людина з самого народження починає отримувати життєвий досвід. Але важливо зауважити, що особистий досвід однієї людини в разі відрізняється від досвіду іншого. Можна зустріти старого, який зупинився в своєму розвитку близько 16 років і з тих пір не почерпнув нічого нового. У деяких випадках, ледь досягнувши повноліття, в міру складнощів у житті, виходить достатньо досвіду і люди починають мислити, як дорослі та досвідчені. Зрозуміло, що біологічний вік хоча і важливий, але має не першорядне значення.

Дослідники зазначають, що здатність людини до інтеграції особистого досвіду зумовлена рівнем її когнітивної та емоційної сфери. Разом з цим події та їх характер визначаються тим рівнем розуміння, якого надає їм сам суб'єкт. Якщо осмислення реальності скеровується впливом неефективних психологічних захисних механізмів, то воно може спричинити емоційні порушення та неадаптивні форми поведінки. Результати такого осмислення формують особистісний досвід людини та відслідковуються в особистісних концепціях, міфах, сценаріях та інших когнітивних структурах.

Н. В. Чепелева вважає, що межі ситуації (які власне і складають життя людини) задаються самою людиною, яка може «викинути шматок» із потоку життя та помістити його в певну структуру, яка стане рамкою, що обмежує ситуацію від неструктурованого потоку життя [10].

Багатоманітна ситуативність нашого життя не може бути повністю ідентифікована та відрефлексована особистістю, тому частина життєвих ситуацій не потрапляє в канву особистісного світосприймання, вона ігнорується життєвим до-

свідом. Частина життєвих ситуацій автоматично потрапляє до життєвого досвіду людини, не проходячи етап структурування та усвідомлення, існує у спрощеному, спотвореному вигляді та фіксується в міфах, архетипах, установках, стереотипах людини.

Висновки. Таким чином, підсумовуючи вищезазначене, важливо наголосити, що проблема життєвого досвіду привертає увагу не стільки як самостійний предмет, скільки у контексті аналізу різних аспектів життєдіяльності. Людина визнається активним суб'єктом життєдіяльності зі своїм індивідуальним досвідом. Життя характеризується більшою чи меншою організованістю, повнотою, продуктивністю. Завдяки активному буттю задовольняються матеріальні та морально-духовні потреби людини, виробляються необхідні звички, розвиваються необхідні здібності, формуються особистісні якості, зароджуються життєві цінності. Важливим результатом повноцінного буття є індивідуальний життєвий досвід. Однак у сучасному суспільстві люди часто стикаються з тим, що людина, життєвий досвід якої є позитивним, буде для себе таку життєву перспективу, яка є тупиковою. Чи навпаки, людина, переживши негативний життєвий досвід, буде для себе життєву перспективу, яка створює умови для її оптимальної самореалізації та розвитку, але інша людина, отримавши такий досвід, взагалі закриває для себе можливість руху в майбутнє. Тому питання про те, якими саме є функції життєвого досвіду у формуванні перспективи власного життя і яку роль відіграє досвід людини у формуванні узгодженої позитивної перспективи, є актуальним.

Перспектива подальших досліджень полягає у з'ясуванні наукового розуміння психологічних функцій життєвого досвіду у формуванні життєвих перспектив.

Література

1. Белкин А. С. Витягеное образование. Голографический подход / А. С. Белкин, Н. К. Жукова. – Екатеринбург : Изд-во УГПУ, 1999. – 201 с.
2. Горноста́й П. Рольова компетентність як умова гармонійності життєвого світу особистості / П. Горноста́й // Психологічні перспективи. – 2004. – Вип. 6. – С. 23–35.
3. Євдокимова Н. О. Професійний досвід як суб'єктивно-психологічна реальність [Електронний ресурс] / Н. О. Євдокимова. – Режим доступу : www.nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/VKhnpu_psykhol/2009_31/7.html
4. Зазимко О. В. Психологічні характеристики життєвого досвіду в юнацькому віці [Електронний ресурс] : О. В. Зазимко. – Режим доступу : http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/znpip/2/2010_6/st9.pdf

5. Лактионов А. Н. Координаты индивидуального опыта / А. Н. Лактионов. – Харьков : Бизнес Информ, 1998. – 492 с.
6. Лепіхова Л. А. Вплив життєвого досвіду на стратегії та рівні життєвих домагань / Л. А. Лепіхова // Психологічна герменевтика : зб. наук. праць / За ред. Н. В. Чепелевої. – Т. 2. – Вип. 3. – К., 2005. – С. 169-172.
7. Назарук О. М. Аналіз проблеми формування особистості та її досвіду в соціокультурному контексті / О. М. Назарук // Теоретико-методологічні проблеми генетичної психології: Матеріали Міжнародної наукової конференції, присвяченої 35-річчю наукової та педагогічної діяльності академіка С. Д. Максименка (17-18 грудня 2001 р., м. Київ). – Т. 1. – К. : Міленіум, 2002. – С. 136–139.
8. Розуміння та інтерпретація життєвого досвіду як чинник розвитку особистості : монографія / за ред. Н. В. Чепелевої. – Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2013. – 276 с.
9. Холодная М. А. Когнитивные стили о природе индивидуального ума / М. А. Холодная. – 2 изд. – СПб. : Питер, 2004. – 384 с.
10. Чепелева Н. В. Розуміння та інтерпретація соціокультурного досвіду в контексті постнекласичної парадигми / Н. В. Чепелева // Наукові студії із соціальної та політичної психології : зб. статей. – Вип. 22 (25). – К. : Міленіум, 2009. – С. 3–11.
11. Швалб Ю. М. Психологические формы фиксации жизненного опыта / Ю. М. Швалб // Актуальні проблеми психології : Психологічна герменевтика / За ред. Н. В. Чепелевої. – К. : Міленіум, 2005. – Т. 2. – Вип. 3. – С. 14–20.

The article analyzes the concept of individual life experience in terms of its structure and functions, and defines the main parameters used for investigation. This enables you to better understand this phenomenon, the appropriateness of its formation, development and implications for individual.

Key words: *individual experience, life experience, life perspective of personality, structure of experience, functions of experience.*