

Елена Сапогова (Elena Sapogova)

Тулский государственный университет, Россия
(Tulski Państwowy Uniwersytet, Rosja)
e-mail: esapogova@yandex.ru

Смысловое кодирование экзистенциального опыта в автобиографических текстах¹

SUMMARY

Semantic encoding of existential experience in autobiographical texts

Based on the author's existential narrative approach, this paper presents some semantic axes and individual ways of encoding existential experiences. The author proves that individuals take two narrative approaches to their life. They either focus their attention on themselves or on the events occurring in their life and their achievements. Different versions of biographical texts, which reflect the subject's basic purposes, meanings, senses and values depend on the selected position and semantic encoding (the narrative actions code, hermeneutical code, code of culture, semantic code, symbolic code). In the first case, the subject's personal life is described with the use of such concepts as 'Myself as a narrative system', 'Myself as a life-creating system', 'Myself as a micro-cultural system', 'Myself as a semantic system' and 'Myself as a symbolic system'. In the second case, the following concepts are used: 'My life as a chain of significant events', 'My life as an awareness of authenticity', 'My life as a self-presentation', 'My life as a self-personification' or 'My life as a creation of individual mythology'.

Key words: identities, existential experience, personal semantic encoding, autobiographical texts, counselling, existential narrative approach.

В экзистенциально ориентированной консультативной практике тот факт, что психолог работает с целостной личностью клиента, со всеми ландшафтами и горизонтами его осознаваемого и, насколько это возможно, бессознательного опыта, становится уже аксиомой. В качестве одного из объектов, которые наилучшим образом транслируют эту целостность и одновременно подлежат сущностному покомпонентному толкова-

¹ Статья подготовлена в 2015 г. при финансовой поддержке гранта РГНФ (проект № 15-06-10028).

нию, выступают биографические повествования, личные истории, рассказываемые клиентами на консультативных сессиях.

Автобиография, будучи текстовой версией текущей личностной идентификации, содержит многоплановую информацию о самой личности (с её ценностями, целями, установками, смыслами, стратегиями, проектами и т. д.) и её жизненном пути (как совокупности единиц жизненного и экзистенциального опыта, отражающих цепочки её жизненных событий), поэтому она строится и повествуется в разных семантических плоскостях, совокупность которых каждый раз задаётся внутренним смысловым «ядром» («хочу рассказать о...»), некоей функцией, ради которых история выстраивается и повествуется.

Конечная цель автобиографии – создание определенного и в той или иной мере достоверного образа самого себя в результате авторефлексивного опыта², но одновременно особенности, детали, нюансы индивидуального прошлого при их изучении становятся богатым семиотическим ресурсом для выявления когний и переживаний, характерных для когорт и поколений, к которым принадлежит респондент, для характеристики освоенных им психологических хронотопов, для изучения особенностей индивидуального и массового сознания отдельной исторической эпохи, а также для анализа типичных возрастных особенностей, сложившихся под влиянием пришедших на его существование во времени обстоятельств.

По большей части биографированию подвергается индивидуальное прошлое человека, в каком-то смысле сама «жизнь и есть завершённая форма, переносимая в литературу»³, и автобиография строится и рассказывается человеком для решения «своих психосоциальных, в узком смысле “биографических” проблем»⁴. Создавая здесь–и–теперь автобиографический нарратив, человек всегда исходит из определённого самому себе проекта собственного будущего и актуальных ценностей и целей настоящего момента.

Умение работать с семантиками автобиографических повествований потенциально помогает психологу в решении целого ряда консультативных и терапевтических задач. Выслушивая личную историю клиента, он:

- 1) анализирует в истории жизни и личности клиента внешние и внутренние, событийные и контекстные основания для возникновения тех неблагоприятий, с которыми тот обратился в консультацию;
- 2) ищет жизненные ресурсы, с помощью активизации которых он мог бы оказать клиенту необходимую помощь;
- 3) изучает индивидуальные особенности клиента, становящиеся препятствиями для совладания с неблагоприятием;
- 4) рассматривает временную транспективу, в том числе и ту её часть, которая

² О. С. Гребенюк, *Автобиография: философско-культурологический анализ: Дис.... канд. филос. н. (24.00.01)*, Ростов-на-Дону 2005.

³ Е. Петровская, *Фото(био)графия: к постановке проблемы*, [в:] *Авто-био-графия. К вопросу о методе. Тетради по аналитической антропологии*, ред. В. А. Подорога, «Логос» 2001, № 1, с. 296.

⁴ И. Чубаров, *Операция признания (Anerkennen) в биографии (опыт биографического анализа отрывка «Феноменологии духа» Г.В.Ф.Гегеля о «господстве и рабстве»)* [в:] *Авто-био-графия. К вопросу о методе. Тетради по аналитической антропологии*, ред. В. А. Подорога, «Логос» 2001, № 1, с. 387.

устремлена в будущее и содержит желания, мечты, планы, проекты, идеальные образы самого себя клиента и пр.;

5) изучает «Я-концепцию» клиента с её смыслами, установками, самоотношением, мотивами, базисными переживаниями и ценностями;

6) рассматривает экзистенциальный потенциал клиента, позволяющий ему моделировать собственное «Я», экспериментировать с разными образами себя, добиваясь максимальной аутентичности, подлинности;

7) анализирует формы и сюжеты самопрограммирования, с помощью которых клиент организует и направляет свою жизнь, осуществляет процессы идентификации, планирования и др.;

8) исследует содержание и структуру опыта, который клиент накапливает в течение жизни и отождествляет с собственной жизнью;

9) анализирует те прецеденты, концепты, хронотопы, образцы, равняясь на которые (вольно или невольно) личность «вылепила» такой образ «Я», который либо способствует, либо препятствует её самоосуществлению (это также касается изучения особенностей возрастных когорт и поколений);

10) изучает психологические механизмы, с помощью которых человек упорядочивает опыт, формирует смыслы и ценности, защищает своё «Я», создаёт модели «Я-иного» и пр.

Автобиографический анализ и самоанализ показан взрослым клиентам, переживающим возрастные и личные кризисы, находящимся в лиминальных фазах жизни, задумавшимся над сущностными экзистенциальными дилеммами в связи с происшедшими в их настоящем неоднозначными событиями, а также стареющим людям, которым нужно распорядиться оставшимся временем жизни, и т.д. Герменевтическая работа, даже несмотря на её сложность и амбивалентную природу сопровождающих её эмоциональных переживаний, оказывается способом своеобразной самотерапии и выработки новых саморуководств к дальнейшей жизни.

Именно благодаря своему комплексному содержанию, потенциально способному помочь в решении указанных и других задач, психологическое изучение биографий сегодня переживает своеобразный «ренессанс», связанный с интересом к полученному из первых рук пониманию личностью самой себя на всём протяжении её жизненного пути. И именно в психологии в последние годы активно аргументируется идея, что человек есть не просто эксперт своего внутреннего опыта, но и автор, распорядитель собственной жизни⁵.

В указанных контекстах нами разрабатывается экзистенциально-нарративный подход к автобиографированию и анализу жизненного пути личности, суть которого кратко может быть представлена следующими положениями.

Автобиографирование выступает в триединстве феноменов: 1) как «ментальная необходимость» взрослой личности, пытающейся укоренить себя таким образом в реальности, 2) как форма «заботы о себе», предполагающая построение собственной субъектности, осмысленную жизненную самоорганизацию; 3) как особый – герменевтический – режим работы сознания, в процессе которого человек созидает самого себя как смысловую систему⁶.

⁵ Н. А. Низовских, *Человек как автор самого себя: психосемантическое исследование жизненных принципов в структуре саморазвивающейся личности*, Москва 2007.

⁶ Е. Е. Сапогова, *Экзистенциальная психология взрослости*, Москва 2013.

Автобиографирование выступает как процесс упорядочивания и интерпретации накапливаемого в ходе взаимодействия с реальностью опыта, представляющего для личности в двух формах – как опыт жизненный и как опыт экзистенциальный⁷.

Под жизненным опытом имеется в виду достаточно универсальный комплекс в той или иной мере упорядоченных и доступных сознанию воспоминаний, переживаний, представлений и выводов, извлечённых из происшествий общего с другими повседневного исторического существования, а под экзистенциальным – комплекс персонально значимых концептов, семантически соотнесённых с самой личностью и созданных как индивидуально значимое обобщение содержания и смыслов неких уникальных жизненных событий и обстоятельств, случившихся с человеком и раскрывших свои значения только ему.

Жизненный опыт образуют происшествия, случаи, участником или наблюдателем которых был человек. Экзистенциальный опыт образуется из тех же самых происшествий и случаев путём придания им индивидуальным сознанием статуса события, насыщения их личностными смыслами и превращения тем самым в составные части самого себя. В силу этой пристрастной амплификации некоторых жизненных эпизодов именно экзистенциальный опыт субъект впоследствии склонен отождествлять с самим собой и при биографировании считать его своей жизнью – он раскрывает ему суть того, что есть жизнь и что есть он сам.

Оперируя единицами жизненного опыта, человек по мере необходимости извлекает потребные ему «прецеденты», «примеры», «образцы», «стили» и пр., чтобы облегчить себе вхождение в новые ситуации или добыть некий социально приемлемый способ адаптации к текущим условиям существования. Эти единицы, как думается, сильнее, чем единицы экзистенциального опыта, ориентированы на клише, архетипы, традиции, социальные правила и табу.

В отличие от жизненного, экзистенциальный опыт, образуясь посредством вторичной герменевтической работы сознания, более символичен и одновременно более индивидуален, единичен – он ярче свидетельствует о самобытности и неповторимости индивидуального «Я». Руководствуясь экзистенциальным опытом, личность живёт «по своему собственному закону» (К.Г. Юнг), даже более – на его основе она оказывается способной выводить собственные законы жизни, формулировать свои принципы и кредо – по образному выражению П.А.Флоренского, «отливает жизнь по себе».

В процессе герменевтического функционирования сознание создаёт персональный смысловой тезаурус⁸, в котором единицами жизненного опыта становятся биографемы, единицами экзистенциального опыта – автографемы (доминирующие, прецедентные, уникальные и альтернативные) и – частично – мифологемы, причем ряд «биографема – автографема – мифологема» может быть соотнесен с рядом «значение – смысл – символ».

Биографемы есть образно-семантические единицы фиксации значений событий, участником или свидетелем которых был человек на протяжении жизни. Автографемы выступают как единицы описания и хранения экзистенциального опыта субъекта

⁷ Е. Е. Сапогова, *Жизненный и экзистенциальный опыт в автобиографических нарративах личности* [в:] «Вопросы психологии» 2014, № 1, с. 68–79.

⁸ См. об этом подробнее: Е. Е. Сапогова, *Семантика личной жизни: Экзистенциально-нарративный анализ автобиографических историй*, Тула 2014.

– «событий жизни», которые конкретная личность превратила в «события текста», преломив их через статус «события сознания» – смысловые конструкции, ценностные системы, индивидуальные переживания и пр. Личностные мифологемы возникают в процессах универсализации и самосимволизации субъекта, в его попытках целостного самоосмысления.

«Носителями» смысла в тексте автобиографии являются события (среди которых можно выделить «развилки/выборы», «пик–переживания», «оправдания», «испытания» и пр.), вещи – персональный реликварий личности («локусы» и «топосы», еда, реликвии и т.д.) и персонажи (родственники, учителя, помощники, соперники, «образцы», символические фигуры, лиминальные персонажи и др.), образующие сущностные точки, вокруг которых строится повествование⁹.

Автобиография на момент её внешней презентации является текстовой идентификацией жизненного пути, устраивающей личность на данной фазе её самопонимания. Она отражает: 1) выбранную ею экзистенциальную логику жизни (как ответ на вопрос «почему я живу так, как живу и делаю то, что делаю»), 2) базовый внутренний модус («жизнь для меня – это...»), 3) сформированную на текущий момент существования жизненно-смысловую реальность, представленную биографической канвой, жизненным проектом, экзистенциальным профилем и оценкой самовоплощенности¹⁰.

Герменевтический режим работы сознания предполагает упорядочивание и интерпретацию поступающего опыта с помощью целого ряда значимых семантических осей, которые образуются как результат ответа на те вопросы, которые личность ставит в отношении того, что происходит и является значимым в её жизни:

1) семантическая ось «Стремление – Избегание» позволяет осознать биографический факт в контексте интерпретации собственных потребностей и мотивов – желания что-то делать, чем-то интересоваться, считать нечто более важным, чем всё остальное, помещать это в фокус сознания и деятельности или же, наоборот, не воспринимать некоторые сферы и модальности жизни как значимые, пренебрегать ими, избегать деятельного участия в них. Ключевой вопрос, который при этом личность может задавать самой себе – это вопрос о персональной «затронутости»: «Почему что-то в жизни меня задевает за живое, а что-то оставляет безучастным и равнодушным?»;

2) семантическая ось «Созидание–Принятие» помещает биографический факт в контекст креативной, творческой, создающей жизненной интенции или же в контекст рецепиентной, берущей, принимающей формы жизни. Можно предположить, что здесь личностью интерпретируется собственная экзистенциальная позиция. Крайние полюса фроммовской типологии (продуктивность–рецептивность)¹¹ образуют и крайние точки данной оси: такие жизненные концепты, как «забота», «ответственность», «уважение», «творчество», «знание» образуют полюс «создаю/творю свою жизнь», а «зависимость», «пассивность», «эксплуатация любви другого человека», «эгоцентризм», «ригидность» и т.д. – неизменные спутники полюса «принимаю от жизни всё то, что она может мне дать». Вопрос, на который здесь даёт ответ личность: «Насколько я хочу участвовать в собственной жизни?»;

3) семантическая ось «Стабилизация – Энтропия» может указывать на отношение

⁹ Там же.

¹⁰ Там же.

¹¹ Э. Фромм, *Человек для самого себя*, Москва 2010.

субъекта к уже достигнутому в жизни уровню самовоплощённости. Здесь персонально интерпретируется характер собственной активности, индивидуальное отношение к необходимости меняться и развиваться. Данная ось описывает личностную интенцию либо искать альтернативы достигнутому экзистенциальному статусу (регулярно стремиться к самообновлению, начинать жизнь «с чистого листа», постоянно «раскачивать» достигнутое, «уклоняясь» от всего привычного искусственно девальвируя его ценность, устремляться себя на поиски более продуктивной новизны), либо же ориентироваться на стабилизацию достигнутого и ничего без насущной необходимости не менять ни в себе, ни в жизни, считая постоянство существования и привычность повседневности благами. Внутренний вопрос, ответ на который ищет при этом личность: «Могу ли я сам “делать” свою жизнь, порождать изменения, новизну в ней?»;

4) семантическая ось «Центробежность – Центростремительность» позволяет интерпретировать вектор направленности собственной жизни – вовнутрь, в себя, к созданию собственной подлинности или вовне, к миру, к построению разных форм «участности» в нём. Иными словами, человеку может быть интересно по преимуществу строить самого себя или строить мир вокруг себя. Тогда в первом случае он может сосредоточивать свою жизнь вокруг собственного Я, «наматывая» на его содержание, как на клубок, разные нити референциальных, коммуникативных или ментальных происшествий, стягивая их единым смыслом по принципу «это имеет ко мне Я прямое отношение»/«мне это нужно/это Я». В противоположном варианте он строит свою жизнь как постоянно «разматывающуюся», экстраполирующуюся, направленную вовне структуру, стремящуюся «вбросить» себя в как можно большее количество происшествий, взаимодействий, впечатлений, влияний, свидетельств – по принципу «это должно всех касаться / Я нужен всему этому / Я во всём». Поставленный экзистенциальный вопрос может звучать так: «Моя жизнь должна быть открыта вовне или замкнута на себе?»;

5) семантическая ось «Интегральность – ассертивность» может рассматриваться как вариация философской диады целого и частей. В одном случае жизнь воспринимается субъектом как однонаправленный, всё себе подчиняющий, вектор, будто бы устремлённый к одной, почти не пересматриваемой во времени цели («Я должен...», «Я рождён для...»). В противоположном варианте жизнь воспринимается как ветвящаяся полимодальная структура, где свершившееся изменение тянет за собой последующий каскад изменений, способных полностью изменить первоначально выбранное жизненное направление и намеченный для себя экзистенциальный проект самовоплощения («Я увидел, что могу...», «Мне представился шанс...»). Здесь личностью интерпретируются потенциальные возможности собственной жизни и ставится вопрос: «Жизнь разворачивается как единое целое вне зависимости от моего участия в ней или она состоит из дискретных сюжетов, предусматривающих возможность моего личного выбора и участия?»;

6) семантическая ось «Рациональность – иррациональность» позволяет интерпретировать собственное жизнеосуществление либо с позиций следования, подчинения его неким лежащим вне субъекта правилам, либо подчинения её случайным, авантурным, рискованным факторам. В первом случае можно говорить о том, что субъекта интересует «правильность», проверенная временем и другими поколениями людей «разумность» выстраивания жизни, «универсальная похожесть» её на некий социокультурный прототип, образец («Они требуют – я подчиняюсь»), а во втором – о почти трикстерском восприятии жизни как экзистенциального трипа, приключения,

авантюры («Я хочу – я пробую»). Интерпретации подвергаются личные итоги социализации, меры собственной зависимости–автономности от других. Вопрос, который формулирует для себя личность: «Должен ли я жить по каким–то иным правилам, кроме тех, что вывел для себя сам и подтвердил своей жизнью?».

Указанными осями не схватывается вся полнота предельных вопросов, которые личность может ставить для себя, а преимущества или недостатки каждой из них достаточно относительны. Принципиально, в самоинтерпретациях могут просматриваться и такие семантические шкалы, как «Единичность – Универсальность» («Является ли моя жизнь уникальным феноменом?»), «Прагматизм – Идеализм» («Моя жизнь имеет ценность сама по себе?») и др.

Автобиографирование выполняет для субъекта целый спектр функций, в зависимости от актуализации которых корректируется её конкретное содержание:

1) функция потенцирования облегчает нахождение и актуализацию внутреннего содержания для дальнейшего развития личности: фазы жизни, осмысленные как имеющие результат, находящийся в соответствии с осознаваемыми внутренними потребностями человека и его собственными экзистенциальными проектами, становятся для него своеобразным ресурсом последующего самоопределения и саморазвития, поскольку содержат в себе способности, надежды, желания, интенции, уже родившиеся в прошлом опыте, но ещё не получившие воплощения;

2) верифицирующая функция поддерживает желание жить и интерес человека к самому себе: наполнение уже прожитых частей жизни смыслом создаёт у человека субъективное ощущение «верного пути», переживание истинного, точно нащупанного направления саморазвития;

3) функция самоудоверения способствует становлению субъективности, самобытности человека: автобиографическая герменевтическая работа способствует стабилизации выстроенного образа «Я» и принятию себя «как есть». Поскольку в этой внутренней работе человеку приходится прибегать к социально–оценочным категориям, находящимся вне его и созданным не им, автобиографирование обретает форму самодискурса, в котором одна сторона внутреннего Я–диалога занимает личностную позицию («на стороне субъекта»), а другая – социально–перформативную («на стороне общества»);

4) позитивирующая функция является хорошим инструментом для построения и принятия своей персональности: даже те фрагменты жизни, которые личность оценивает как неблагоприятные, недостаточные в плане реализации намеченных жизненных планов, при автобиографировании могут быть подвергнуты вторичной, третичной и т.д. смысловой переработке с тем, чтобы субъект объяснил самому себе, почему они были прожиты им именно так, а не иначе. И тогда даже «не самые лучшие» эпизоды жизни (те, которых человек стеснялся, смыслы которых отрицал или стремился вытеснить) не будут выброшены из автобиографии, отчуждены от личности, а станут почвой для обнаружения и проработки своей нетождественности самому себе, открытию в себе неповторимости, уникальности и одновременно – признанию своего несовершенства, слабости, необходимости самоизменения и т.д.;

5) эмоционально-идентифицирующая функция обладает большой эмоциональной силой и ассоциативным потенциалом: автобиографирование позволяет личности вновь и вновь переживать те фрагменты опыта, которые она отождествляет с самой собой, что она считает собой.

Выстроенная автобиография существует как социальный и ментальный феномен.

В первом случае она обращена вовне и выступает в форме нарратива, во втором она обращена вовнутрь, создаётся по большей части «для самого себя» и существует в форме ментатива. Нарративная форма ориентирована на повествование о событиях, людях, вещах и т.п., в ней сильнее проявлено архетипическое содержание культуры. Ментативная форма больше концентрируется на мнениях, чувствованиях, представлениях, идеях, мечтах и т.д. самой личности, часто не вполне отрефлексированных и верифицированных, а потому и хуже вербализуемых.

Между «социальным» и «личным» полюсами автобиографирования человек может выстроить достаточное количество промежуточных между ними форм личных повествований. Это даёт основания выделять уровни, на которых строится биографический текст¹².

Уровень личностной подлинности – самый глубинный и значимый слой повествования о себе, соотносимый с осознанием своей подлинности, аутентичности, которые не всегда облакаема в слова, трудно объективируема и далеко не всегда может быть понята окружающими.

Включённость субъекта в текущий опыт, минимальная дистанцированность от него – характерные особенности этого уровня. Здесь рождается ещё не столько «литературный» биографический текст, сколько образно-когнитивный «само-дискурс», внутренний диалог, который ведётся субъектом даже не столько о событии как таковом, сколько о «себе-в-событии». Достоверность опыта здесь подтверждается только самим субъектом, вне апелляций к воспоминаниям и свидетельствам третьих лиц: здесь самосознание свидетельствует само о себе – без посредников и интерпретаторов.

На уровне *самобытности* первичный текстовый Я-материал пристрастно отбирается как имеющий или не имеющий отношения к субъекту. Ряд событий, которые имели бы значение для кого-то другого, данный субъект пропускает, а на некоторых, которые могли бы быть незамеченными при биографировании чьей-то иной жизни, сосредоточивается, поскольку они в той или иной мере отвечают его переживанию собственной подлинности («Я – это...», «без этого Я – не Я», «в этом – весь Я...», «не мыслю себя без этого...», «вся моя сущность в этом...» и т.п.).

Основная задача биографирования здесь – объективироваться и вербализоваться через известные признаки происшествий жизни, увидеть, опознать себя через свершившиеся случаи и события. Этот уровень также практически не выговаривается для других, являясь формой внутреннего самодialogа, хотя не исключено, что в глубоко интимных, экзистенциальных вариантах коммуникации (любовной, религиозной, предсмертной) субъект делает попытку открыть душу и выговорить себя для другого. Далее автобиография постепенно будет трансформироваться в автобиографию.

Уровень прецедентов: эпизоды жизни чрезвычайно разнообразны, поэтому «зафиксированные», удержанные автобиографической памятью мгновения опыта должны быть сопоставлены с отобранными социумом и интериоризированными в процессах социализации прецедентами. Основные процессы, определяющие биографирование на уровне прецедентов, – аналогия, экспектация, ретроспекция, антиципация. Прецедент как бы объясняет человеку его самого через соотнесение с чем-то более общим, чем он сам.

¹² Е. Е. Сапогова, *Семантика личной жизни: Экзистенциально-нарративный анализ автобиографических историй*, Тула 2014.

Целью биографирования здесь является упорядочивание и связывание результатов авторефлексии и самоосознания через их соотнесение с похожими случаями, уже зафиксированными поколениями людей в прошлом как общезначимые и отвечающие на большинство вопросов, задаваемых людьми о себе и смыслах своей жизни. Собственно бытийная автобиография здесь постепенно начинает трансформироваться в событийную. Иногда прецеденты кажутся настолько достоверными и точными, что собственное переживание полностью заменяется на прецедентное описание, «закрывая» его для дальнейшей рефлексии.

Автобиографические тексты, выстроенные на уровне прецедентов, как правило, не вполне оригинальны, архетипичны, содержат повторяющиеся мифемы/мифологемы, в целом несколько уклоняются от реальных эмоций и когниций человека. С их помощью человек только «перевыражает»¹³ свою аутентичность, начинает ориентироваться в ней.

На уровне метафоризации (символизации) автобиографический текст «отлаживается» с помощью индивидуальных смысловых аттракторов, в качестве которых выступают определённые персонажи, сюжеты, фабулы и даже отдельные их фрагменты и характеристики. Метафоризированные (символизированные) самообразы (или «лично-бытийственные метафоры», если обратиться к терминологии А.Ф. Лосева), будучи «снятыми» с многочисленных интериоризированных прецедентов, вполне нравятся их носителям, культивируются в сознании и поведении и «притягивают» определённые единицы опыта к своему «ядру». В какой-то мере они, к примеру, формируют круг чтения, круг интересов, круг общения, индивидуальный стиль и пр.

Приняв их за основу, человек начинает «подгонять» под них жизнеописание в целом и согласовывать с ними остальные эпизоды биографического текста. С помощью таких метафор/самосимволов человек делает «шаг к формированию смысла»¹⁴, и особенно значимые метафоры онтологизируются в сознании, подчиняя себе и биографическую нарратацию.

Если на уровне прецедента биография строится по принципу фрагментарной или временной идентификации с разнообразными сюжетами и персонажами, то на уровне метафоры – по принципу персонализации: здесь человек не «перевыражает», а переструктурирует, «пересоздаёт» свою собственную биографическую реальность с помощью тех метафор и символов, с которыми он в большей мере себя отождествляет.

Таким образом, метафора способна создавать новые смысловые центры в биографическом нарративе, способствуя индивидуальному мифотворчеству и созданию новых метафор. Но в полной мере это находит своё выражение на уровне *самолегендирования*.

Для него характерны попытки авторского сюжетосложения, точнее, «сюжетоналожения» или «сюжетосовмещения» – сплетения вместе значимых для субъекта аспектов собственной жизни с эпизодами аттрактивных прецедентных текстов. Здесь выстраиваются более или менее стройные версии возможных жизней (от квазиреальных, которые могут быть рассказаны собеседнику, до совершенно фантастических, воображаемых, игровых, которые предназначены только для общения с самим собой).

¹³ Г.И. Богин, *Обретение способности понимания: Введение в герменевтику*, Москва 2001.

¹⁴ П.Н. Барышников, *Миф и метафора. Лингвофилософский подход*, Санкт-Петербург 2010, с. 142.

С помощью воображения, памяти, заимствований из иных рассказов о себе и приёмов нарративной конструкции рассказу о себе придаётся завершённая литературная форма. Фактически, здесь начинаются нарративные игры с самим собой, поскольку субъект обнаруживает, что автобиография – это то, что всегда может быть рассказано по-другому.

«Репертуар возможностей» легендирования зависит от жизненного опыта, образовательного уровня, возраста, «практических схем мышления» (термин П. Бурдьё) и других характеристик рассказчика, и биографии этого уровня могут рассказываться как истории героические, романтические, трикстерские, политизированные, мистические и т.д. Но в любом созданном человеком тексте о себе, каким бы далёким от его реальной жизни он ни был, всегда остаётся нечто значимое от сути его жизненных исканий, что объясняет, оправдывает или компенсируют избранный жизненный путь.

Существенным моментом здесь является «чувство возможного», «чувство “если”». Сотворяемый текст выполняет функцию зеркала, в котором субъект может многократно увидеть себя как иного, чтобы осознать свои экзистенциальные проблемы, тематизировать их, отыскать возможность их разрешения, раскрыть их содержание в новой словесной форме. Выстраивая «легенды о себе», человек выполняет принципиально важную функцию самоосознавания, в котором его «Я» постоянно разотождествляется с самим собой, создавая новые возможности для личностного роста.

Уровень нарративной и презентационной себя через повествование: хотя некоторые автонарративные аспекты предназначены только «для внутреннего пользования», биография всегда имеет в виду слушателя – реального или виртуального, внутреннего или внешнего. На этом уровне созданный текст из ментальной формы переходит в языковую и социальную, поскольку должен быть экстерииоризирован на определённом языке в конкретных ситуациях повествования. Поэтому автобиография обретает приемлемую социально-повествовательную форму, форму логически связанных высказываний.

Используемый обычно в целях самопрезентации, биографический текст этого уровня почти утрачивает «архитектурные излишества» и вместе с ними обаяние самобытности и приобретает характеристики обобщённого (почти «ничейного») беллетристически-социального эпизода, тем не менее подчинённого избранному субъектом нарративному мотиву («из грязи в князи», «сквозь тернии к звёздам», «разбойника с золотым сердцем», Золушки, трикстера и пр.), композиции (в терминах В.Шмида), микронарративной программе (в терминах А.Ж. Греймаса).

Рассказывая о себе, человек может облечь личную историю в разную повествовательную (констатирующую, наставительную, перформативную, символическую и т.д.) и жанровую (рассказать её как «одиссею», «трикстериаду», мелодраму, трагедию, фелетон и пр.) форму.

Продолжая эту линию анализа психологических характеристик автобиографирования, мы вслед за Р. Бартом предположили, что повествуя о себе, человек шифрует смыслы личных историй, как минимум, пятью кодами¹⁵:

1) *код повествовательных действий* (в разных работах Р. Барта – акциональный, проайретический) характеризует излагаемую последовательность реально происшедших действий и событий;

2) *семантический код* объединяет все существенные для понимания текста понятия, которые в нём представлены (они все говорят об одном и том же, но по-разному): это

¹⁵ Р. Барт, S/Z, Москва 2001.

подвижные единицы, способные вступать в сочетания с другими единицами того же типа, создавая характеры, атмосферу, образы, символы;

3) *код культуры* включает в себя все необходимые сведения о культуре (в широком смысле – от большой культуры до субкультуры субъекта) хронотопа рассказчика, необходимые для того, чтобы его мысль была доступно выражена и ясно понята: «все культурные коды, будучи составлены из множества цитаций, в совокупности образуют небольшой, диковинно скроенный, свод энциклопедических знаний, некую нелепицу: эта нелепица как раз и образует расхожую “реальность”, к которой приспособляется и в которой живет индивид»¹⁶;

4) *герменевтический код* содержит в себе формулировку вопроса, который задается в повествовании, и формулировки возможных ответов; его задача состоит в выделении формальных единиц, позволяющих «сконцентрировать, загадать, сформулировать, ретардировать и, наконец, разгадать загадку»¹⁷;

5) *символический код* создает фон глубинных психологических мотивов, в скрытом виде заключенных в повествовании.

Каждый код, по Р. Барту, воплощает одну из занимемых в рассказывании позиций, точек зрения повествователя (Голосов), сплетающихся в тексте в общую смысловую сеть: Голос Эмпирии (проайретизмы), Голос Личности (семы), Голос Знания (культурные коды), Голос Истины (герменевтизмы) и Голос Символа¹⁸. Хотя для самого Р. Барта перечень этих кодов не стал в полной мере методологическим инструментом для анализа текстов, мы находим эту идею достаточно продуктивной, даже несмотря на то, что точно соотнести код с высказываниями текста и содержательно отделить один код от других удаётся далеко не всегда.

Анализируя тексты автобиографических историй, рассказываемых на консультативных сессиях, мы предположили, что по отношению к своей биографии человек может занять две позиции, различающиеся своим смысловым фокусом – «Фокус: “Я”» и «Фокус: жизнь». В первом случае внимание клиента сосредоточено на нём самом, его ментальности, ценностях, установках, личностных особенностях и пр. Они сформировались в его прошлой и текущей жизни и определяют то положение дел, которое сегодня его не устраивает, становится источником внутренних сомнений и конфликтов с собственной подлинностью («Сегодняшний Я – такой, и это мешает мне *делать* в жизни то, что мне кажется нужным»). Это – взгляд на жизнь как бы «изнутри субъекта».

В случае «Фокус: жизнь» речь идёт об индивидуальном понимании человеком того, что есть человеческая жизнь вообще и его жизнь, в частности, что ему надлежит в ней делать, понимает ли он её в полном объёме, правильно ли он живёт, должен ли жить иначе, как привести свою жизнь в согласие с собственными интенциями и подлинностью и пр. Его мысли и чувства сосредоточены на собственном опыте проживания жизни, на её событиях и происшествиях, оказавшихся в той или иной мере значимыми («Что подсказывает/даёт мне мой опыт проживания жизни?»). Появляющаяся позиция «извне субъекта» воплощается в какой-то мере отстранённом взгляде на собственную жизнь, взгляде на неё «с птичьего полёта» («Моя сегодняшняя жизнь – такова, и это мешает мне *быть* самим собой»).

¹⁶ Г. Косиков, *Идеология. Коннотация. Текст* [в:] Р. Барт, S/Z, Москва 2001, с. 20.

¹⁷ Р. Барт, S/Z, Москва 2001, с. 44.

¹⁸ Там же, с. 46.

Соотнесение между собой кодов, области повествуемого содержания (по Р. Барту) и выделенных экзистенциальных фокусировок, на наш взгляд, помогает лучше понять отношение человека к себе и собственной жизни, воплощенные в биографическом тексте. В известном плане речь идёт о «формуле жизни» и «формуле Я», которой он руководствуется, в том числе и в отношении переживаемых проблем и трудностей.

В любом тексте присутствуют все коды одновременно, хотя сама личность может в историях о себе отдавать предпочтение какому-то одному из них, считая его максимально информативным и подходящим для того, что она хочет здесь-и-теперь сообщить слушателям о себе. Слушатель-консультант, «переступая» в интерпретации с кода на код, может получить многостороннюю информацию о личности и обстоятельствах её существования в пределах одной автобиографической истории.

Код повествовательных действий обращён к жизненной «эмпирии» человека, своеобразной «экзистенциальной повседневности» – событиям, случаям, происшествиям, образующим биографическую канву личного повествования. Строя биографию как цепочку связанных между собой жизненных происшествий с использованием этого кода («Жизнь как цепочка значимых событий»), человек выступает с позиций восприятия себя как повествующей системы и, вероятно, отвечает этим на вопрос «Что я считаю своей жизнью?». По отношению к себе и жизни он занимает повествовательную, нарративную позицию («Я как повествующая система»).

Семантический код очерчивает систему значений, которыми оперирует человек для описания себя и жизни. Он ярче, чем код повествовательных действий, высвечивает в тексте личность – её установки, убеждения, оценки, самохарактеристики, аспекты «Я-концепции» и пр. и в большей степени отвечает на вопрос «Что я знаю о себе?». При этом жизнь предстаёт как цепочка метаморфоз и трансформаций, ведущих к осознанию и созиданию собственной подлинности и самобытности («Жизнь как созидание аутентичности»). Для слушателей автобиографических историй человек выступает как активный конструктор, распорядитель, творец жизненных стратегий и модусов («Я» как жизнетворческая система).

Код культуры тесно связан с уровнем образования, общим жизненным опытом, социальным происхождением, этнической принадлежностью, ассимиляцией возрастных, профессиональных, гендерных и иных субкультур и пр. Отвечая этим кодом на вопрос «Как я определяю себя в реальности?», человек одновременно демонстрирует своё знание реальности, «вписанность» в системы культуры, представленные в форме понятий, прецедентов, концептов, образцов, норм, правил и пр. Перед слушателем он раскрывает себя как микрокосм, как индивидуальную субкультуру («Я» как микрокультурная система»). Жизнеописание здесь ориентировано на соотнесение своего внутреннего содержания с социумом («Жизнь как самопрезентация»).

Герменевтический код указывает на личные «поиски истины» субъектом и содержит упоминания таких внутренних феноменов, как ценности, принципы, убеждения, цели, личные инсайты, планы, желания, обретенные смыслы, «символы веры», «формулы жизни», пик-переживания, индивидуальные фикции («фикционные идеи») и пр. Центральный вопрос, на который, применяя этот код, пытается ответить личность: «Что имеет для меня значение в жизни?». И тогда «Я» предстаёт как создатель и следователь собственным смысловым конструкциям («Я» как смысловая система), а жизнеописание разворачивается как описание поиска и нахождения собственного предназначения, уникальных смыслов своего существования, реализации собственного экзистенциального проекта, индивидуально выстроенных стратегий («Жизнь как самовоплощение»).

Применение символического кода апеллирует к попыткам человека распознать собственную внутреннюю природу, услышать «голос собственной самости», понять способы и направления собственного самовоплощения (центральный вопрос: «Что воплощает мою внутреннюю сущность?»). Область повествуемого содержания – индивидуальные симболариумы, Я-метафоры, самоапокрифы, «легенды о себе» и пр. Человек пытается объективировать себя вовне – в вещах, поступках, психологических инвестициях в других людей и пр. Для этого, к примеру, хорошо подходят личные и семейные реликварии, персонажи и сюжеты круга чтения, подстройки внешнего облика и привычек под определённые архетипы и пр. («Я» как знаково-символическая система»). Тогда жизнеописание выступает как метафора, наполненная скрытыми и явными знаками, предзнаменованиями, предначертаниями и пр. («Жизнь как создание индивидуальной мифологии»).

Таким образом, каждый из кодов раскрывает одну из граней жизни личности, что делает анализ личных биографических историй незаменимым методом психологической работы.

Литература

- Барт Р., *S/Z*, Москва 2001.
- Барышников П.Н., *Миф и метафора. Лингвофилософский подход*, Санкт-Петербург 2010.
- Богин Г.И., *Обретение способности понимания: Введение в герменевтику*, Москва 2001.
- Гребенюк О.С., *Автобиография: философско-культурологический анализ: Дис.... канд. филос. н. (24.00.01)*, Ростов-на-Дону 2005.
- Косиков Г., *Идеология. Коннотация. Текст* [в:] Р. Барт, *S/Z*, Москва 2001.
- Низовских Н.А., *Человек как автор самого себя: психосемантическое исследование жизненных принципов в структуре саморазвивающейся личности*, Москва 2007.
- Петровская Е., *Фото(био)графия: к постановке проблемы* [в:] *Авто-био-графия. К вопросу о методе. Тетради по аналитической антропологии*, ред. В.А. Подорога, «Логос» 2001, № 1, с. 296–304.
- Сапогова Е.Е., *Жизненный и экзистенциальный опыт в автобиографических нарративах личности*, «Вопросы психологии» 2014, № 1, с. 68–79.
- Сапогова Е.Е., *Семантика личной жизни: Экзистенциально-нарративный анализ автобиографических историй*, Тула 2014.
- Сапогова Е.Е., *Экзистенциальная психология взрослости*, Москва 2013.
- Фромм Э., *Человек для самого себя*, Москва 2010.
- Чубаров И., *Операция признания (Anerkennen) в биографии (опыт биографического анализа отрывка «Феноменологии духа» Г.В.Ф. Гегеля о «господстве и рабстве»)* [в:] *Авто-био-графия. К вопросу о методе. Тетради по аналитической антропологии*, ред. В.А. Подорога, «Логос» 2001, № 1, с. 387–412.