

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АВТОБІОГРАФІЧНОЇ ПАМ'ЯТІ ОСОБИСТОСТІ

Актуальність роботи. Сьогодні уявлення про пам'ять як унітарний процес поступається місцем моделям, що трактують пам'ять як ансамбль взаємодіючих мнемічних підсистем, які злагоджено виконують різноманітні функції особистості [4, 7]. Однією з таких підсистем довготривалої пам'яті (разом з епізодичною та семантичною) виступає автобіографічна пам'ять. Вона є однією з недостатньо досліджених у психології мнемічних процесів, а її інтерпретація в працях різних дослідників вирізняється складністю та неоднозначністю трактування.

Проблемне поле досліджень автобіографічної пам'яті є доволі широким і знаходиться в процесі методологічної розробки, актуалізує безліч конкретно-наукових дискусій відносно її специфіки, механізмів її розвитку, варіантів структуризації та функціонального навантаження. [3, с. 8]. Цим і обумовлений інтерес до тематики автобіографічної пам'яті, принципова необхідність її подальшого дослідження у співвідношенні з фундаментальними проблемами психології.

Мета нашої роботи полягала в розгляді психологічних аспектів автобіографічної пам'яті особистості.

Основні результати. Вперше термін «автобіографічна пам'ять» запровадив Дж. Робінсон для розмежування пам'яті про себе та про навколишній світ [6]. Цей вид пам'яті він розуміє як досить складні ментальні репрезентації сцен і категорій, що мають особистісне значення для індивіда. У найзагальнішому варіанті автобіографічну пам'ять можна визначити як підсистему пам'яті, яка оперує спогадами про різні особистісно значущі події та стани. Її функціонування завжди супроводжується особливим станом автоноезису й слугує підґрунтям для переживання себе як унікального, неповторного й тотожного самому собі суб'єкта та індивідуальності. Мнемічні образи автобіографічної пам'яті існують у вигляді «живої картини», залежать від емоційно-мотиваційної спрямованості особистості, в момент активізації дають можливість знов зануритися в афективний стан, актуальний на момент події.

Автобіографічна пам'ять являє собою пов'язану у часовому просторі, досить тривалу історію власного існування, яка у своїй структурі містить розповіді про різні вікові періоди життя, оповіді про власне походження, різноманітні соціальні досягнення і успіхи або ж невдачі, здобуті результати тощо. Така історія, окрім безпосереднього викладу, може додатково підкріплюватися певними підтвердженнями з боку інших людей, наприклад, це можуть бути розповіді інших осіб, різного роду документація, аудіо- та відеозаписи.

Слід підкреслити, що основними відмінними ознаками автобіографічної пам'яті від інших видів є такі її характеристики як унікальність, неповторність життєвих подій закарбованих в пам'яті; яскравість, системність, цілісність автобіографічних спогадів; наявність часово-просторової організації, що характеризується системою «опорних, ключових точок»; соціокультурна детермінація формування автобіографічної пам'яті шляхом включення в її організацію парадигми «долі» тощо [7].

Формування й розвиток цієї мнемічної структури відбувається поступово, під впливом індивідуальних, особистісних та соціокультурних характеристик. З одного боку, факти власної біографії є індивідуальною конфігурацією спогадів, з іншого – автобіографічна пам'ять є психічним новоутворенням, що з'являється на певному етапі психічного розвитку. Водночас варто зазначити, що вона розвивається упродовж усього життя людини, впливаючи на її особистісний розвиток. Якщо на етапі дошкільного та молодшого шкільного віку завданням розвитку автобіографічної пам'яті є створення спогаду про конкретний епізод із минулого, то починаючи з підліткового й у юнацькому віці відбувається побудова цілісної історії, яка включає знання про минуле, плани на майбутнє, а також уявлення про власну особистість, свій характер, бажання тощо. Студентські роки можна охарактеризувати як сензитивний період для становлення й формування цього виду пам'яті. На цьому віковому етапі автобіографічна пам'ять сприяє формуванню Я-концепції, дає змогу особистості усвідомлювати себе як унікального суб'єкта, розгорнутого в часовому просторі власного життя. Саме тому кожна людина має унікальне оповідання про себе [2].

У структурі пам'яті людини важливі автобіографічні спогади мають різні характеристики, що дає підстави поділити їх на чотири види:

1. «Стартові» спогади – цей вид охоплює нові знання, перший досвід людини в певних важливих для неї сферах. До такого роду спогадів належать факти з автобіографії особистості, що усвідомлюються як «перші», найраніші.
2. «Якірні» спогади – функціональною характеристикою цього виду є вплив спогадів на формування уявлень людини про себе як про особистість, яка має свої унікальні та неповторні риси. Такі спогади сприяють становленню рис характеру особистості та визначенню її прагнень і намірів.
3. «Спогади-моделі» – цей вид спогадів необхідний для розуміння зовнішнього світу, поведінки інших людей, правил, які функціонують у суспільстві. Такі спогади охоплюють широкий спектр життєвих ситуацій, що сприяють орієнтації в навколишньому середовищі та вибору правильної стратегії поведінки в різних життєвих обставинах.
4. «Переломні» спогади – включають факти про події, що мають особистісну значущість. Такі спогади призводять до переломних змін в особистісній сфері людини. Такі зміни досягаються шляхом порівняльного аналізу у часовому вимірі між тим, якою людина була раніше, і якою вона стала з часом. Ця група спогадів суттєво відрізняється від попередніх тим, що об'єктом інтерпретації виступає сама особа, а не життєва ситуація [5].

Функції автобіографічної пам'яті можна поділити на три групи: пов'язані з життям людини як члена суспільства (інтерсуб'єктивні), пов'язані з саморегуляцією особистості (інтрасуб'єктивні) та екзистенційні, які необхідні особистості для переживання та усвідомлення своєї унікальності [1]. До групи інтерсуб'єктивних функцій належать, такі як досягнення соціальної солідарності або відторгнення, передання досвіду новому поколінню або прогнозування поведінки інших людей за аналогією з подіями власного життя. До інтрасуб'єктивних – побудова й вибір цілей та тактик поведінки або регуляція настрою (коли нам сумно, ми можемо згадати радісний епізод із минулого й повеселішатися). Екзистенційні функції автобіографічної пам'яті найбільшою мірою зачіпають глибинні пласти особистості. Серед них можна виокремити: самопізнання, самовизначення (формування цілісної стратегії життя), визначення сенсу життя тощо.

Загалом, проблема вивчення автобіографічної пам'яті умовно знаходиться на стику двох галузей психології – особистості і пам'яті, що дозволяє знайти нові підходи до її вивчення. Вона є базою самосвідомості особистості, «Я–концепції», а її закономірності пов'язані з мотиваційно-смысловими, емоційними та когнітивними процесами [1].

Висновки.

Таким чином, визначено, що автобіографічна пам'ять – це суб'єктивне відображення пройденого людиною відрізка життєвого шляху, що включає в себе фіксацію, збереження, інтерпретацію та актуалізацію автобіографічних значущих подій і станів, якими визначається самоідентичність особистості. Автобіографічна пам'ять є самостійним предметом дослідження зі специфічними і властивими тільки такому виду пам'яті функціями та закономірностями.

Список використаних джерел

1. Бурлачук Л. Ф., Лисенко І. П., Діденко С. В. Структурно-функціональні особливості автобіографічної пам'яті. *Габітус*. 2021. Вип. 31. С. 51–55. <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.9>
2. Бурлачук Л. Ф., Лисенко І. П., Діденко С. В. Роль життєвого сценарію у розвитку автобіографічної пам'яті. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2022. № 3. С. 33–37. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2021.3.7>
3. Даценко О. А. Проблема автобіографічної пам'яті у вимірі психологічного фундаменталізму. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*. 2022. № 5. С. 7–17. <https://doi.org/10.31812/psychology.v5i.7363>
4. Hashimoto J., Kanayama N., Miyatani M., Nakao T. The Mood Repair Effect of Positive Involuntary Autobiographical Memory Among Japanese Adults: An Experimental Study. *SAGE Open*. 2022. Vol. 2. <https://doi.org/10.1177/21582440221093357>
5. Pillemer D. B. Momentous Events and the Life Story. Review of General Psychology. 2001. Vol. 5. No 2. P. 123–134. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.5.2.123>
6. Robinson J. A. Sampling autobiographical memory. *Cognitive Psychology*. 1976. № 8. С. 578–595.

7. Williams H. L., Conway M. A., Cohen, G. Autobiographical memory. *Memory in the real world*. Psychology Press: UK. 2008. P. 21–90.

Гадяцька Ю. О., Кочарян І. О.

Харківський національний університет
імені В. Н. Каразіна

СПІВЗАЛЕЖНІСТЬ ТА СТИЛІ ПРИВ'ЯЗАНOSTІ: СОЦІОКУЛЬТУРНИЙ ТА КОГНІТИВНО-АФЕКТИВНИЙ ВИМІРИ

Актуальність. Проблема співзалежних стосунків залишається однією з ключових у сучасній психології особистості та міжособистісних взаємодій. Співзалежність проявляється у прагненні контролювати інших, жертвуючи власними потребами, що призводить до порушення емоційних меж та зниження особистісної автономії. Незважаючи на широке застосування теорії прив'язаності у поясненні особливостей формування емоційних зв'язків, зв'язок між типами прив'язаності та співзалежністю досі залишається недостатньо дослідженим [1, 2].

Постає низка теоретичних та практичних запитань, що зберігають актуальність:

- Чи є тривожна прив'язаність основним чинником розвитку співзалежної поведінки через механізми страху відторгнення та надмірного прагнення до близькості?
- Чому уникаючий стиль прив'язаності, який передбачає емоційне дистанціювання, не завжди захищає особистість від співзалежних моделей поведінки?
- Яку роль відіграє соціокультурний контекст у формуванні співзалежності, особливо в суспільствах із сильними колективістськими традиціями, таких як українське?

Аналіз співзалежності через призму когнітивно-афективних схем та соціокультурних впливів дозволяє поглибити розуміння її витоків і шляхів подолання.

Мета та завдання дослідження.

Метою роботи є теоретичне дослідження взаємозв'язку між типами прив'язаності та співзалежною поведінкою з урахуванням когнітивно-афективних установок і соціокультурного контексту.

Основні завдання: