

ПРАВИТЕЛЬСТВО РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ» (СПбГУ)
Факультет Психологии

Выпускная квалификационная работа на тему:
«Гендерная самоидентификация женщин молодого возраста (клинико-психологический метод)»
по специальности 37.05.01 — Клиническая психология
основная образовательная программа «Клиническая психология»
профиль: Поведенческая психология здоровья

Выполнила:
Студентка 6 курса
очной формы обучения
Цыганова Ольга Дмитриевна

Рецензент:
к.м. наук, доцент,
Частное образовательное учреждение
высшего образования
«Восточно-Европейский
институт психоанализа»
Кудрявцева Светлана Викторовна

Научный руководитель:
ст. преподаватель,
Кафедра психологии
кризисных и экстремальных
ситуаций
Лебедева Екатерина Ивановна

Санкт-Петербург
2018

Аннотация

Цель данного качественного исследования расширить понимание гендерной самоидентификации женщин. В этом исследовании мы рассматриваем гендерную идентичность как социально конструированный феномен. Несмотря на то, что гендерная идентичность женщин была изучена многими авторами, понятие гендера изменчиво и активно видоизменяется в нынешнем мире. Необходимо продолжать исследовать этот вопрос для того, чтобы развивать и создавать пространство для новых нарративов, которые будут более точно описывать гендер. Специфика данного исследования в том, что мы используем определенный метод: рассказывания и слушание персональных историй «Narativ». Мы хотели изучить какие события из жизни женщины идентифицируют как истории о «вхождении в женственность». Тренинг «Narativ» был проведен дважды. Общее количество участников — 10 молодых женщин. Пост-тренинговые индивидуальные интервью были проведены для получения обратной связи о тренинге и для сбора дополнительных историй о женственности. Подтвердились следующие гипотезы 1) Гендерная самоидентификация интегрирована в жизненную историю; 2) Образ матери играет значительную роль в формировании представления о собственном гендере; 3) Рассказывать и слушать нарративы имеет психотерапевтический эффект. В ходе качественного анализа собранных материалов были изучены: структура повествований, основные темы, связанные с гендером, специфика понимания женственности. Было выявлено, что данный метод конструирования нарративов имеет благотворное влияние на осознание и конструирования своей самоидентификации.

Abstract

The aim of this qualitative study was to expand the understanding of women's gender self-identification. In this study, we looked at gender identity as a socially constructed phenomenon. Even though women's gender identity has been studied by different authors, gender identity is fluid and constantly evolving in our changing world, so it is necessary to continue studying it to evolve and create space for new narratives that will more clearly describe gender. The specificity of the current research is that we used a certain type of method of creating personal stories: Narativ listening and storytelling method. We wanted to see what events do women identify as stories of "stepping into womanhood/femininity". The Narativ storytelling and listening training was conducted twice, with a total of 10 university-aged women. Post-training individual interviews were conducted with the participants to analyze their reflections on the training process and collect more stories, which rose post-training. We were able to confirm the following predictions: 1) Gender self-identification is integrated in the life story; 2) The image of one's mother plays a large role in the formation of one's own gender perception; 3) Listening and telling narratives has a psychotherapeutic effect.

During the qualitative analysis the following topics were studied: structure of storytelling, the main themes connected with gender, the specificity of understanding femininity. It was proven that the current method of creating personal stories has a beneficial effect on a person's wellbeing and construction of self-identification.

Содержание

Ключевые понятия и их определения	6
Введение	7
ГЛАВА 1. Изучение гендерной самоидентификации качественными методами исследования	10
1.1 Различные подходы к пониманию гендерной самоидентификации....	10
1.1.1 Происхождение понятия. Первые идеи. Идентичность. Самоидентификация	10
1.1.2 Идентификация в психоанализе.....	10
1.1.3. Идентификация в социальной психологии	11
1.1.4.Основные подходы к понятию идентификации в социальном конструктивизме	12
1.1.5. Идентичность в нарративной психологии	14
1.2. Гендер. Гендерная Идентичность	16
1.3. Нарратив	17
1.3.1. Нарратив общее понятие	17
1.3.2. Нарратив и идентичность	18
1.3.3 Нарратив и гендер	21
ГЛАВА 2. Методы и организация исследования.....	24
2.1 Описание выборки исследования	25
2.2 Методы исследования	26
2.3 Метод рассказывания и слушания персональных историй «Narativ» ..	26
2.3.1. История создания метода «Narativ»	26
2.3.2 Процедура исследования. Описание тренинга	28
2.4. Пост-тренинговые полуструктурированные интервью	28
2.5 Сбор и обработка данных	29
ГЛАВА 3. Результаты исследования и их обсуждение	31
3.1 Анализ 4-х минутных историй про становление женственности из тренинга.....	31
3.1.1 Основные темы 4-х минутных историй	32

3.1.2 Обсуждение результатов 4-х минутных историй	41
3.2. Анализ данных обратной связи про тренинг	44
3.2.1 Анализ обратной связи о методе рассказывания историй	44
3.2.2 Анализ обратной связи про аспект слушания (себя и других) ...	46
3.2.3 Анализ обратной связи содержательного блока тренинга (гендер и женственность)	47
3.2.4 Технические аспекты	50
3.2.5 Обсуждение анализов обратной связи о тренинге	51
3.3 Анализ данных о гендерной самоидентификации, женственности из интервью	51
3.3.1 Темы из интервью про гендер и женственность	52
3.3.2. Истории матерей.....	59
Обсуждение	61
Выводы	66
Заключение.....	67
Список источников литературы	69
Приложение №1	75
Приложение №2.....	79

Ключевые понятия и их определения

В настоящей ВКР применяют следующие понятия в соответствии с определениями:

Нарратив — (от англ. 'narrative' — история, повествование) – повествование о жизни или о каком-то определенном событии в ней с позиции конкретного человека;

Гендер — любое из двух полов (мужской и женский), особенно когда рассматривается со ссылкой на социальные и культурные различие, вместо биологических. Понятие также используется более широко для обозначения ряда идентичностей, которые не соответствуют установленным идеям о мужчине и женщине. (Oxford Dictionary, 2010);

Гендерная идентичность — представление человека о своем гендере, что может соответствовать или не соответствовать прирожденному полу. (Oxford Dictionary, 2010);

Самоидентификация — это приписывание себе определенной характеристики или категории.(Oxford Dictionary, 2010)

Введение

Испокон веков человека интересовал вопрос «Кто я?». Особенно остро этот вопрос встает на этапах взросления. В поисках ответов мы пытаемся найти баланс между тем, кто мы есть, кем мы хотим быть и какими видят нас другие. В нарративной психологии считается, что мы постоянно ведем повествование нашей жизни. В нашу персональную историю мы включаем события из жизни, их интерпретацию, наш опыт для ощущения целостности и последовательности жизни и себя в ней. В этой персональной истории мы передаем информацию о том кто я самому себе и другим людям. Рассказывание историй является основным инструментом передачи и осмысления информации.

В данной работе меня интересует гендерная самоидентификация. В гендерной психологии в рамках нарративной психологии, гендер чаще рассматривается через призму половых различий и недостаточное место выделяется смысловому аспекту гендера. Моя цель рассмотреть гендерную самоидентификацию с содержательной, смысловой стороны. Я использую термин самоидентификация так как в нарративном подходе меня интересует момент не идентичности, а процесс структурирования и формирования женственности. Мне интересно как происходит процесс идентификации с определенным гендером и как женщины начинают идентифицировать себя. В последнее время тема о месте женщины в обществе становится актуальной. Положение женщины в обществе меняется, и женщины и мужчины пытаются понять в каком направлении эти изменения движутся, и сформировать свое отношение к происходящим переменам.

Одним из лучших способов конструирования и осмысления реальности является метод рассказывания персональных историй. В нарративном подходе то, кто мы есть, наша идентичность — это та история, которую мы рассказываем себе. Для изучения гендерной самоидентификации женщин в своей работе я использую метод нарративной психологии.

Главный вопрос, который меня интересует: это какие события из своей жизни женщины выбирают как те, которые дают возможность идентифицировать себя как женщину? Какие истории составляют карту этой части идентичности женщины?

Значительное место в моей работе отводится следующим вопросам: Где начинается гендерная идентичность человека в его жизненной истории? Когда и в каких ситуациях женщина идентифицирует себя как женщина? Какую часть гендерная идентичность занимает в само-идентичности в целом и в жизненной истории человека? Какие события женщины определяют главными для включения в свою историю об идентификации себя как женщины, а какие события считает неважными?

Объектом исследования являются автобиографические истории (нарративы) женщин, которые респонденты определяют как истории о «вхождении в женственность». В качестве **предмета исследования** выступает гендерная самоидентификация в этих историях.

Цель работы — изучение гендерной самоидентификации российских женщин через анализ личных историй (нарративов).

Данная работа включает в себя литературный обзор в рамках заявленной темы и представление результатов проведенного исследования с их обсуждением.

В ходе исследования были поставлены следующие **задачи**:

1) изучить представленность конструкций гендера в жизненном опыте женщин и их особенности в жизненных нарративах респондентов (структура жизненных историй, особенности и динамика переживаний, место и роль гендера в контексте всей жизни)

2) Проанализировать сходство, различия, повторы в историях дочерей и матерей.

3) Изучить возможные изменения самоидентификации гендера в ходе слушания истории от матери или в ходе работы над собственной историей и рассказе группе. Для этого будут проведены интервью пост-тренинга.

4) Изучение потенциала нарратива как возможной формы активного действия женщин, способа осмысления своего жизненного опыта.

5) Перевести и апробировать метод тренинга рассказывания и слушания историй «Narrativ», как исследовательского и терапевтического инструмента.

В рамках данного исследования рассматривались следующие предположения/содержательные *гипотезы*:

Гипотеза 1. Гендерная самоидентификация интегрирована в жизненную историю и занимает значительное пространство в повествовании личной истории.

Гипотеза 2. Образ матери играет значительную роль в формировании представления о собственном гендере

Гипотеза 3. Рассказывание и слушание историй (нарративов) может оказывать значительное влияние на представления о себе человека, так как этот метод позволяет рефлексировать прошлый опыт и предоставляет возможности определения наиболее желательного течения будущей жизни.

ГЛАВА 1. Изучение гендерной самоидентификации качественными методами исследования

1.1 Различные подходы к пониманию гендерной самоидентификации

1.1.1 Происхождение понятия. Первые идеи. Идентичность.

Самоидентификация

Данный раздел посвящен обзору основных теоретических подходов применимых к понятию идентичность. Развитие личности является ключевым аспектом психологии, а одним из основных механизмов развития личности является понятие идентификации.

Для начала я рассмотрю, как понятие идентичности рассматривалось с точки зрения представителей разных психологических направлений.

1.1.2 Идентификация в психоанализе

Широкое распространение понятие «идентификация» получило в работах З.Фрейда, родоначальника психоанализа (Фрейд, 1991, 2014). С точки зрения классического психоанализа идентификация — это проявление эмоциональной связи с другим лицом. Идентификация понимается как процесс бессознательного отождествления себя с другой личностью, в следствии чего человек начинает подражать поведению другого (Фрейд, 2014). Ребенок идентифицирует себя со значимым взрослым своего пола, чаще родителем, и повторяя его поведения идентифицирует себя с ролями, которые выполняет человек. Через идентификацию со значимым взрослым, ребенок начинает формировать понимание что дозволено, что нет в его конкретных ролях. На основе установившейся эмоциональной связи человек самоотождествляет себя с другим человеком, что в итоге приводит к интеграции в себе норм, ценностей и образов, наблюдаемых в другом человеке. В ходе этого процесса человек не только отождествляет себя с одними людьми, но и осознает, что отличает его от других, в этот момент человек проходит важную стадию идентификацией себя «от обратного». Например, когда он может сказать: «я не знаю, кто я, но я знаю,

что я не такой как он/она». Фрейдом подробно описаны конфликты, которые возникают при сложностях соблюдения правил, которые он постепенно интериоризирует (Фрейд, 1991).

Еще один из важных представителей психоанализа Э. Эриксон подробно изучал феномен идентичности. Он разработал теорию психосоциального развития. В своей теории он описывает формирования идентичности как некий постоянный процесс в жизни человека и ввел понятия «кризис идентичности» (Эриксон, 1996, 2000). Один из самых важных этапов жизни человека: юность (пятая стадия психосоциального развития). В этой стадии человек справляется с возможной путаницей разных идентичностей и формирует свою.

1.1.3. Идентификация в социальной психологии

Значительную роль отводится понятию **идентификация в социальной психологии**. Идентификация в данной сфере рассматривается как важнейший механизм социализации, проявляющийся в принятии индивидом социальной роли при вхождении в группу, в осознании им групповой принадлежности, формировании установок социальных и прочих (Ядов, 1993). Например, когда ребенок идет в школу, он вступает во взаимодействие с разными людьми, в ходе этого процесса он начинает формировать свою личность опираясь не только на значимого взрослого, но и на более широкое социальное окружение через механизм социальной идентификации. Идентификация играет важную функцию в разных областях формирования психической реальности. Как пишет В.А. Ядов, «социальная идентификация обусловлена глубинной потребностью личности в признании со стороны других, в групповой защите, но также в самореализации, ожидании позитивной оценки со стороны "своих" — референтных групп и общностей» (Ядов, 1994, с. 40)

Немаловажное значение в понимании идентификации через призму социальной психологии играет теория социальной идентичности (Tajfel, 1981). Согласно этой теории человек, определяет свое место в обществе с помощью осознания себя как части той или иной социальной группы и эмоциональной

значимости этой группы для человека. Принадлежность к определенной социальной группе человек может описать либо функционально, либо партисипативно. То есть через то, что он делает, либо опираясь на различия с другой группой. Принадлежность к определенной группе дает определенные права и власть, которые могут не быть у других групп (Tajfel, 1981).

Вместе с Тэшфелем важно отметить теорию Д. Тернера. Он изучал феномен самокатегоризации и считал, что психологически группа формируется отдельным человеком через категоризацию себя с другими (Тернер, 2003).

Джеймс Марсия развил теорию Эриксона и считает, что юность — это не стадия, в которой происходит либо определения идентичности, либо путаницы, а скорее то, насколько человек изучил и был «преданным» (committed) идентичности в одной из жизненных сфер включая политику, гендерные роли, интимные отношения, дружбу, профессию, религию. Он пишет о двух важных составляющих, которые определяют, как человек выходит из кризиса идентичности. Есть период выбора и есть период commitment (Marcia et al., 1993). Период выбора, когда старые убеждения, ценности пересматриваются и новые, альтернативные рассматриваются. То как человек находит баланс между старым и новым и насколько он решителен в этом определяет его выход из кризиса идентичности. Критика его теории состоит в том, что эти четыре стадии развиваются одна за другой, не обязательно осознанный поиск для приобретения идентичности, и акцент на категоризации уменьшает анализ развития и формирования идентичности (Абельс, 2000; Давыдов, 2012).

1.1.4. Основные подходы к понятию идентификации в социальном конструктивизме

В данной главе описываются четыре подхода, существующие в **социальном конструктивизме** для изучения идентичности. «Социальный конструктивизм это теория знания, которая говорит о том, что характеристики, которые считаются неизменными и чисто биологические, как гендер, раса, класс, возможности, сексуальность, то все продукты человеческих определений и интерпретаций, которые формируются через культурно-исторические

контексты.»(Subramaniam, 2010; Kang et al., 2017).

Социальный конструктивизм отличается от эссенциалистских теорий тем, что последние рассматривают некоторые феномены как биологически детерминированы, непредотвратимые, естественные. Социальный конструктивизм основывается на идеи, что наше представление о мире, и феномены в нем, формируются через идеи и через язык. Реальность социально сконструирована, то как мы говорим о ней влияет на нашу интерпретацию реальности (DeLamater, Hyde, 2010) Социальный конструктивизм анализирует процессы, через которые расовые, гендерные или сексуальные различия возникают между эссенциалистские и социальными идеями для того, чтобы выявить какие отношения власти создаются в этом пространстве и их разрешить (Gordon, Abbott, 2002; Kang et al., 2017).

Внутри социального конструктивизма есть несколько основных направлений, которые отличаются призмой, через которую рассматривают социально сконструированные феномены.

1. Дискурсивный анализ в рамках социального конструктивизма и определение идентичности (Edwards, Potter, 1992). В дискурсивном анализе особую роль в формировании идентичности отводится языку и тексту. С позиции дискурсивного подхода формирование идентичности рассматривается через призму существующих социальных практик. Одной из составляющих дискурсивного подхода является изучения Я (идентичности) внутренней составляющей, но и системы взаимодействия людей, его коммуникативного опыта. Дискурс в данном направлении рассматривается как социальная деятельность.

2. Феминистские психологические подходы (Henriques et al., 1998; Wilkinson, 1997). Феминистская теория – это система воззрений на социальную жизнь человека и берущую за основу позицию женщины в обществе. Этот подход дает возможность посмотреть на мир через призму положения женщины в обществе. Этот подход многие исследователи соединили в своем понимании с феминизмом и стали рассматривать его как идеологически и

интеллектуально замкнутую сферу. Критика также состоит в невозможности полного игнорирования мужчин как субъектов социальных отношений, что часто возникает в феминистских исследованиях. Возникает вопрос возможно ли решение женских проблем путем отделения их от мужских или, в обсуждении необходимо соотношение полов.

В продолжение феминистского подхода развивается гендерный подход.

Социолог Энтони Гидденс рассматривает гендер не как физическое различие между мужчиной и женщиной, а как различие сформировавшиеся социально. Гендер по мнению Гиддениса это прежде всего определение мужественности и женственности через социальные нормы, сформировавшиеся в обществе (Giddens, 1991). Важно отметить, что Гидденс пишет об идентичность. У идентичности рефлексивный характер. «Идентичность человека не может быть найдена в его поведении, не в реакции других людей, но в возможности поддержание определенного нарратива. [...] биография человека должна постоянно интегрировать события, которые возникают во внешнем мире и сортировать их в продолжающейся истории о себе.» (Giddens, 1991, с. 51)

1.1.5. Идентичность в нарративной психологии

В данной работе нами сделан акцент на авторах и теориях, использующих нарративный подход для изучения вопроса идентичности, так как этот подход позволяет включить широту, разнообразие, гибкость, контекстность представления человека о себе.

Один из главных представителей этого направления, Дэн П. Макадамс, пишет, что идентичность может быть сконструирована через создание историй о своей жизни (McAdams, 2013). Основываясь на теории Эриксона (Эриксон, 1996), изначально Макадамс считал, что идентичность конструируется через истории в основном в поздней юности и ранней взрослости, так как дает возможность ответить на главные вопросы этой стадии развития: «кто я?» и «как я оказался здесь?» (McAdams, 2013). В подтверждении этого, исследователи Хабермас и Блюк, показали в своих работах, что только в

поздней юности у человека появляется возможность описывать жизненную историю и проследить в ней темы повторения и причинно-следственные связи. (Habermas, Silveira, 2008).

Другие исследователи, Миклин, Пасупати, Палс, опираясь на социокультурную модель развития Выготского, пишут о том, что нарративная идентичность возникает в ходе процесса рассказывания историй другим людям. Получается взаимный процесс: человек создает истории, и истории потом формируют человека (McLean et al. 2007).

Для того, чтобы возникла нарративная идентичность необходимо овладеть навыками рассказывания историй в рамках определенной культуры, и в определенных группах.

Многочисленные исследователи изучают роль детско-родительских коммуникативных особенностей на способности детей создавать конструктивные, понятные истории о своей жизни, выводить семантическое, смысловое значение из эпизодов и событий, которые с ними происходят. (Reese et al., 2010)

И так же есть связи между психологическим благополучием и умением создавать смысл из историй и событий своей жизни. (Chen, Schreier, 2012; McLean et al., 2010) (McAdams, 2013) в подростковом возрасте, становится более необходимо определять себя. Для подростка важно пробовать рассказывать о себе в разных контекстах для того, чтобы пробовать разные стили и подходы к повествованию о себе и так же находить то, что наиболее ближе к самому человеку. В ходе рассказывания историй важны три аспекта по мнению Мклина. Первый аспект — причина рассказывания истории. Например, если история рассказывается в целях развлечения, то меньше в ней компонентов создания значения (meaning making). И второй аспект: важен слушатель. Исследователи показали, что когда слушатель включен в процесс слушания, то история, которая рождается у рассказчика более детальная, многообразная, включает более значительные моменты. Третий аспект: важность взаимоотношений. Если значимый человек согласен с историей

рассказчика, то тот с большей вероятностью будет придерживаться этой истории и укреплять ее через повторное рассказывание (McLean, Pasupathi, 2010).

В нарративной психологии идентичность состоит из историй (нарративов), которые человек вписывает в свое непрекращающееся повествование о тех событиях, которые с ним происходят и свою реакцию на них, и значение, которое он к ним приписывает. По этому поводу центральное понятие, не идентичность, а самоидентификация, так как в нарративном подходе человек определяет (идентифицирует) те события, которые он считает важными учесть для логичного построения своей идентичности. Нарративный подход, применяемый в психотерапевтических целях, позволяет работать с клиентом на то, чтобы найти наиболее подходящие и «нужные» для его истории и для наиболее благоприятного и хорошего для него развития его жизни.

1.2. Гендер. Гендерная Идентичность

«Гендерная идентичность — признание себя человеком определенных сексуальных ориентаций и специфики; восприятия и оценка себя в терминах маскулинности или фемининности или андрогинности.» (Ходырева, 2003; Никифоров, 2013)

Гендерная идентичность — это то, как люди понимают себя как представителей определенного гендера, чаще как мужчина или женщина, в тех культурных контекстах, в которых они живут и развиваются. (Wood, Eagly, 2012). Многие исследователи пишут о том, как формируется гендер в развитии. (Martin et al., 2002; Leaper, Friedman, 2007; McLean et al., 2007)

«Гендерная идентичность является одной из важнейших и, наряду с этнической, наиболее стабильной среди всех форм социальной идентичности человека» (Милюска, 1999, с. 108)

«Социальные конструкции гендера создает в каждом из нас образ Я как женщины или мужчина и как мы должны себя вести. [...] «Я-женщина» активизирует целый опыт женственности в общества и сохраняет его как

общую схему, которая формирует текущую и будущую активность женщины.» (Никифоров, 2013, с. 323-327) Гендер также формирует то, как другие с нами взаимодействуют, их ожидания и поведение, что, следовательно, формирует то, как мы себя ведем, особенно для удовлетворения ожиданий значимых для нас людей.

Здравомыслова и Темкина пишут о влиянии полоролевой теории Т.Парсонса и Бейлза в формировании представлении о мужской и женской роли. Мужская роль — инструментальная, а женская — экспрессивная. Такие теории и представления о гендере влекут за собой особые ограничения для обеих сторон, так как создаются определенные нормы и стереотипы, которые не гибкие и не учитывают личностные и индивидуальные особенности и желания. (Е. Здравомыслова, А. Темкина, 1999)

1.3. Нарратив

1.3.1. Нарратив общее понятие

Основными популяризаторами нарративного подхода считаются Майкл Уайт и Дэвид Эпстон (White, Epston, 1990). Их нарративная метафора состоит в том, что «любая история — это карта, простирающаяся во времени» (Фридман, Комбс, 2001, с. 36), которая в нарративной психологии совместила взгляды Г. Бейтсона (Bateson, 2000) и М. Фуко (Фуко, 1998). Уайт и Эпстон работали по большей части как практические психологи, и главное в их психотерапевтической работе с клиентами было работать с людьми в «уплотнении» альтернативной истории, которая не поддерживается проблемами, а поддерживает наиболее благоприятный образ человека для самого себя. В этих новых историях люди способны конструировать и переживать новые представление о себе, о своих взаимоотношениях и о своем будущем (White, Epston, 1990).

Люди испокон веков представляют и передают информацию о своей жизни через истории. Это является важной эволюционной практикой людей.

Наши жизни мы можем представить в виде нарративных структур для лучшего понимания течения времени, смены контекстов и определить наше место в этом и оценить изменения, которые мы проходим. Жизненные истории позволяют людям составлять картины себя и мира.

Принципы нарративной психологии выстраиваются из постмодернистской модели.

Постмодернистское видение реальности:

1. Реальности социально консервируются
2. Реальности конституируются через язык,
3. Реальности организуются и поддерживаются через нарратив.
4. Не существует абсолютных истин (Фридман, Комбс, 2001).

1.3.2. Нарратив и идентичность

В нарративном подходе, история «от первого лица» это повествование о том, кто я в контексте всей своей жизни и о том, кто я как человек, который принимает участие в конструировании социальной информации о себе. (Hunter, 2010).

Полкингхорн (Polkinghorne, 1988) был один из первых, кто в теории описал феномен социально конструированной идентичности, которая постоянно эволюционирует и связана с жизненной историей человека.

Неймейре (2000) сыграл важную роль в разработки идеи о нарративе как метафоре для реконструкции себя. Он считал, что «Я» очень глубоко проникнуто языком временного и контекстного доминантного дискурса. Он опирался на идею нарративной терапии Уайт и Эпстона о том, что создание более конструктивных нарративов позволяет уйти из-под доминантного и ущемляющего проблемно-ориентированного проживания (White, Epston, 1990). Нам понравился подход Хантер С.В., которая в своем исследовании рассматривала участников как конструирующих нарративов жизненной истории для создания последовательного описания своей жизни и

позиционирования себя в социальных взаимоотношениях. Нарратив в этом плане помогает создать более устойчивое представление о себе. (Hunter, 2010)

В нарративной практике Уайт и Эпстона, «я» это не что-то конкретное, в чем есть определенные ресурсы, которые можно выкопать, чтобы справиться с проблемой, а «я» это подвижное, меняющееся, находящиеся в постоянном контакте с другими и то, что обладает «знаниями», которых надо постоянно пересозидать, освежать и поддерживать.

По мнению крупных исследователей нарратива и идентичности Д. Макадамс и К. МакЛин нарративная идентичность — это «интернализованная и эволюционирующая жизненная история, которая интегрирует реконструированное прошлое и воображаемое прошлое, чтобы предоставить жизни чувство единства и цели.» (McAdams, Mclean, 2013, с. 235) Они пишут о том, что в недавних исследованиях нарративы играют важную роль в психологической адаптации. Так, люди, которые находят смыслы в трудностях и невзгодах и которые создают истории о личной агентивности, имеют более высокие уровни по психологическому благополучию и здоровью. Плюс, исследования рассматривают важность роли детско-родительского общения в умении создавать последовательный, понятный, смысло-формирующий нарратив о своей жизни. Особенности детско-родительской коммуникации формирует определенные стратегии создания личных историй.

«Нарративная практика лежит в сердце конструирования себя. Это форма интерпретационной практики, термин, которые мы используем, чтобы одновременно характеризовать деятельность повествования (activities of storytelling), используемые ресурсы, чтобы рассказывать истории, и контекст, в котором истории рассказаны.» (Holstein and Gubrium 2000, с. 104)

В теории социального конструктивизма, нарративная психология это один из подходов изучения идентичности. Зайцева пишет о том, что знания являются социально по своей природе. Общие знания и знания о себе конструируются через социальное взаимодействие. «рассказывание историй о себе позволяет сформировать образ собственного «Я», свою идентичность, не

только адекватную личным переживаниям, но и понимаемую другими.» (Зайцева 2016, 3) И там же, Зайцева пишет о важности феноменологического подхода в изучении нарративах. «Нас интересует представление человека о мире, в котором он живет, и о своем месте в нем [...] именно субъективное восприятие этих фактов [биографии], особенности их переживания и осмысления составляют содержание индивидуального опыта, который затем будет интегрирован в обобщённый «образ Я», станет основой мировоззренческих концептов и личной идентичности.» (Зайцева 2016,4)

Как писала Арендт, истории, которые мы сами себе рассказываем про себя и про других формирует важный аспект создания своей идентичности. «Нарративы помогают людям определять себя внутри истории и культуры, где могут конструировать нарратив само-идентичности, который соединяет прошлое с настоящим и помогает представить будущее.» (N. Araujo, 2017, с. 55). То есть нарративы позволяют людям создавать смыслы и перерабатывать сложные эмоции и опыт.

Создание нарратива всегда предполагает взаимодействие между рассказчиком и слушателем. Слушателем может быть, как и внутренний «Другой» (Markova et al., 2006; Salgado, Hermans, 2005) или Бог, вселенная, «научное сообщество». (Бахтин, 1975, 2000; Библер, 1991).

Расмуссен пишет о том, что могут быть разные взгляды на идентичность и личность человека в одной культуре. И они могут передаваться при разных условиях и в разных дискурсах. И в устных нарративах мы можем исследовать эти переходящие и изменяющие контексты, которые формируют понимание своей идентичности. В устном нарративе мы можем рассматривать идентичность и «я», даже в меняющихся контекстах и изучать какой данный рассказ имеет отношение к нормативным (обычным и ожидаемым) представлениям и контрнормативным, что Джексон и Карп (1990) называют негативно санкционированных, нелегитимное пользования власти, антисоциальные акты. (Rasmussen 1999)

Нарратив может использоваться в работе с переживанием травмы, так как он позволяет собрать разбитое представление о течении своей жизни и о себе. (Crossley)

Лаконично и точно о значимости нарративов для конструирования себя выводит Белинская: «На смену идее адаптации человека к жесткой социальной структуре приходит пафос конструирования им себя самого и социального мира» (Белинская, 2002, с. 44)

1.3.3 Нарратив и гендер

В нарративных подходах исследования гендера относительно невелик. По большей части исследователи изучают половые различия в формировании и конструировании нарративов, нежели рассмотрения смысловой части нарративов.

Определенные институты, или группы формируют среду для конструирования и передачи своей идентичности. То есть это может быть, как и принадлежность «покровительство» определенной институции, официальной (Губриум и Голстейн обычно говорят об этом), но также может влиять просто принадлежность человека к определенной социальной группе. Принадлежность к гендеру является такой принадлежностью к группе. «принадлежность к таким группам несет за собой определенные нюансы, которые некоторые называют «standpoints», которые значительно формируют рассказывание историй (Smith, 1974; Anzaldua, 1987; Collins, 1990; Trinh, 1991; Denzin, 1997; Andersen and Colins, 1998; Quiroz, Ragland, 1998; Seidman, 1996). Интересно посмотреть, как деятельность внутри этих групп позволяет людям создать представление о себе и о том, как эти группы могут поддерживать (или нет) конструирование разнообразия и отличий.

Гендерная идентичность разделяет пространство со множествами других источников идентичности. Джудит Батлер говорит о том (1990), что проблематично вообще говорить о женщинах, потому что гендер взаимосвязан с расой, классом, этническими, сексуальными, религиозными модальностями

дискурсивно сформированных идентичностей. Тринх Минха (1992) пишет о том, что вопрос идентичности меняется от вопроса «кто я» к вопросам: где, когда и как я есть?»

Исследователи МкЛин и другие анализируют основные нарративные рамки при развитии идентичности (McLean, Vreen, 2009). Основные нарративы это общепринятые данной культурой истории о том, как надо быть хорошим членом определенной группы. Они задают структуру на которой формируется индивидуальная идентичность, отдельные люди «договариваются» с основными нарративами и частично их интернализуют. Однако, Мклин и др. считают, что есть определенная сила у некоторых основных нарративов в определенном контексте и культуре, и времени, что направляют людей «подстраиваться» под определенные требования, чтобы быть одобренными другими (McLean et al., 2010). Эти основные нарративы могут быть достаточно негибкие и могут не предоставлять достаточно пространства для индивидуального опыта.

Рашел Хар-Мастин и Джеан Марасек (1985) определили два основных типа предубеждений к гендерным различиям. Есть альфа-предубеждения, которые поляризуют мужчин и женщин и поддерживают их различия, основываясь на биологии. И есть бета-предубеждения, которые игнорируют и минимизируют различия. Вторые предубеждения закрывают глаза, на реальные обстоятельства позиции женщин и мужчин в мире, а первые, могут быть полезны для поиска исследовательских вопросов, но укрепляют патриархатные властные структуры (Никифоров, 2013, с. 323-327).

Были проведены новые исследования, указывающие на многообразии «женских» историй, которые позволяют увидеть особенности и различия проживания разного опыта у женщин разных социальных групп, рас, субкультур, классов, возраста, сексуальных ориентаций.

Так как мы придерживаемся теорией социального конструктивизма, и идеи тому, что знания формируются через язык, а именно через нарративы, я считаю, что нарративный подход и данный метод может быть использован как

новая исследовательская стратегия для изучения вопроса о женственности и его формирования у женщин.

ГЛАВА 2. Методы и организация исследования

Для данного исследования проведены два тренинга рассказывания историй и слушания «Narrativ» и пост-тренинговые индивидуальные интервью с каждым участником тренинга.

Объектом исследования служат автобиографические истории (нарративы) женщин, которые респонденты определяют, как истории о «вхождении в женственность». В качестве **предмета исследования** выступает гендерная самоидентификация в этих историях.

Цель работы — изучение гендерной самоидентификации женщин через анализ личных историй (нарративов).

Данная работа включает в себя литературный обзор в рамках заявленной темы и представление результатов проведенного исследования с их обсуждением.

В ходе исследования были поставлены следующие **задачи**:

1) изучить представленность конструкций гендера в жизненном опыте женщин и особенности его идентифицирования в жизненных нарративах респондентов (структура жизненных историй, особенности и динамика переживаний, место и роль гендера в контексте всей жизни)

2) исследовать отдельные случаи (в паре истории дочек и матерей; найти точки сходства, противоречий, различия, повторов)

3) изучить возможные изменения самоидентификации гендера в ходе слушания истории от матери или входе работы над собственной историей и рассказ группе. Для этого будут проведены интервью пост-тренинга.

4) изучения функции нарратива как возможная форма активного действия женщин, активная форма осмысления своего жизненного опыта и возможность для активного участия в коллективной социализацией понятия гендера.

5) Перевести и апробировать определенный метод тренинга рассказывания историй и слушания.

6) Проанализировать эффективность использования данного психологического метода в качестве исследовательского инструмента.

В рамках данного исследования рассматривались следующие предположения/ содержательные *гипотезы*:

Гипотеза 1. Гендерная самоидентификация интегрирована в жизненную историю и занимает значительное пространство повествования личной истории.

Гипотеза 2. Образ матери играет значительную роль в формировании представления о собственном гендере

Гипотеза 3. Рассказывать и слушать нарративы может иметь значительный эффект на психическом благополучии человека, так как позволяет ему рефлексировать о прошлом опыте и представлять возможности наиболее желательного будущего направления течения жизни.

Главная цель моего исследования: расширить представление о процессе и феномене гендера и гендерной самоидентификации у молодых женщин через анализ нарративов.

2.1 Описание выборки исследования

В исследовании принимали участие женщины молодого возраста (от 23 до 27 лет). Социологические данные: полное или неполное высшее образование, средний доход семьи, не состоят в браке, трансгендерные. В исследовании принимало участие 10 человек. Целевая случайная гомогенная выборка. (Cohen, Crabtree, 2006)

В исследование также были косвенно были включены матери девушек, так как были собраны аналогичные истории матерей про их собственное вхождение в женственность (4).

2.2 Методы исследования

В исследовании применялся клинико-психологический метод. В качестве основного метода сбор нарративов осуществлялся через проведения 6-часового тренинга «Тренинг рассказывания и слушания персональных историй Narativ», в течении которого участники обучались методу рассказывания историй Narativ и создавали собственную историю о вступлении в женственность. Дополнительный используемый метод: полуструктурированное интервью, которое проводились с каждым участником тренинга отдельно и затрагивали вопросы про тренинг и тему становление женственности. В качественных методах, важно что сами респонденты считают важным в своей жизни.

Я придерживаюсь характеристикам исследований в качественной парадигме описанной К. Ауербах и Л. Силверстейн (Auerbach, Silverstein, 2003).

И интерпретативно-феноменологическому анализу Д. Смита (Smith, 2004).

Одни из важных принципов — респонденты эксперты в своей жизни, исследователю важно знать что они будут говорить о данном вопросе; этот тип исследования не проверяет гипотезы, а генерирует их; от исследователя требуется саморефлексия в течении подготовке, проведения исследования и анализа данных.

Исследования в качественной парадигме ориентированы на расширения понимания феномена.

Метод «Narativ» апробируется в первые в РФ в рамках научного исследования.

2.3 Метод рассказывания и слушания персональных историй «Narativ»

2.3.1. История создания метода «Narativ»

Метод повествования и слушания Narativ, автор Муррей Носсел (Murray Nossel, PHD) (Narativ storytelling and listening method).

Муррей Носсел сертифицированный клинический психолог из ЮАР, и получил докторскую степень в Колумбийском университете, Нью-Йорк, США, по социологии и антропологии. Разработал методологию рассказывания историй и слушания «Narativ». Работает в Колумбийском Университете (США) на факультете нарративной медицины, где обучают медицинский персонал нарративный подход во взаимодействии с пациентами.

Создан метод «Narativ» в 1990-х гг., во время эпидемии СПИД в Нью-Йорке. Метод был создан на основе работы с группой людей, проходивших разные формы терапии в центре СПИД. В 1990-х гг. году в США, люди, имевшие ВИЧ, были крайне уязвимой группой населения, так как не было антиретровирусной терапии и смертность была очень высока. Стигматизация и изоляция этой группы людей в обществе утяжеляло психологическое переживания своего состояния. Применяя разные техники психологической поддержки с этой группой людей, М. Носсел постепенно пришел к пониманию, что наибольший психотерапевтический эффект эта группа людей получает от возможности рассказать свою историю перед слушателями. Рассказывать свою историю перед группой слушателей, особенно для людей, находившихся при смерти, имеет психотерапевтический эффект и является возможность оставить что-то после себя. М. Носсел разработал определенный метод рассказывания историй и слушания для того, чтобы у людей была определенная структура повествования и создавалась оптимальная среда для слушания. Один из самых важных аспектов метода — тесная взаимосвязь между слушанием и рассказыванием. В своем методе М. Носсел разработал определенные техники, чтобы создать «оптимальную среду для слушания» и метод для рассказывания историй. Проведения этого тренинга в центре СПИД оказал психотерапевтический эффект в той группе людей. (Nossel 2018) В дальнейшем, метод использовался с разными слоями общества: с людьми с +ВИЧ статусом, с работницами коммерческого секса, людьми с психологическими отклонениям, с медицинскими работниками. На данный момент тренинг используется и в качестве коммуникативного тренинга внутри

компаний и организаций. Цели и задачи тренинга можно видоизменять и корректировать для работы с разными группами людей. В целях проведения его с психотерапевтической целью и психологического анализа ставятся следующие цели:

1. Создать «оптимальную среду для слушания»;
2. Обучить методу рассказывания историй;
3. Дать возможность участникам создать оптимальные истории о себе.

2.3.2 Процедура исследования. Описание тренинга

В задачи исследования входило изучение гендерной самоидентификации и апробирование метода «Narativ». Для этого были проведены 2 тренинга. Тренинги проходили в течении одного дня и длились 5-6 часов с перерывами: 40 минут на обед и 10 минут до и после обеда. Структура тренинга позволяет собрать нарративы участников, создав пространство, которое наиболее оптимально для слушания и обучения метода конструирования историй.

Цели тренинга в рамках исследования:

1. Создать оптимальную среду для слушания;
2. Обучить участников методу повествования и рассказывания персональных историй «Narativ»;
3. Каждый участник создает свою историю о вступлении в женственность;
4. Для участников - возможность получить опыт рассказывания истории и услышать обратную связь.

Структура и программа тренинга «Narativ» (см. Приложение №1)

2.4. Пост-тренинговые полуструктурированные интервью

Для получения дополнительных данных были проведены индивидуальные полуструктурированные интервью с каждым участником. Интервью проходили в тихой обстановке, длились от 30 - 75 минут. Главные цели интервью: раскрытие тем, поднятых на тренинге и получения обратной

связи о тренинге. Интервью включали следующие тематические блоки: 1.Опыт тренинга; 2.Гендерная самоидентификация; 3.История матери (если имеется)
Структура интервью (см. Приложение №2)

2.5 Сбор и обработка данных

Собранные данные включают в себя четырехминутные истории участниц и части тренинга и полуструктурированные индивидуальные интервью, проводимые после тренинга. Тренинг и интервью были записаны на диктофон при добровольном согласии участников. Аудиозаписи тренингов и интервью были вручную транскрибированные (Итого: 7.2 часа аудиозаписи интервью, около 2.5 часа аудиозаписи частей тренинга. Общий объем работы транскрибирования: 25 часов).

Анализ транскрипций поделен на 3 блока:

1.анализ 4-х минутной истории рассказанной во время тренинга (нарративный анализ текстов на тему женственности);

2.анализ обратной связи про тренинг (в этот блок входит обратная связь полученная во время тренинга и во время интервью);

3.анализ части интервью про женственность.

1. Первый блок (анализ 4-минутных историй)

Анализируя тексты 4-минутных историй на тему гендерной самоидентификации меня интересовали следующие вопросы: Какие сферы в жизни участники выделяют в своих историях? Или, другими словами: какие жизненные события участники тренинга относят к формированию своей женственности? Какие темы связаны между собой в одной истории? Какие сходства и различия между историями девушек? Какие темы чаще всплывают, а какие реже?

2. Второй блок (анализ обратной связи о тренинге)

Анализируя части интервью, в которых респонденты отвечают на вопросы непосредственно о тренинге я буду изучать позитивные стороны тренинга и сложности, которые возникали в нем. Как участники поняли метод и чем он

был полезен им? Получили ли участники новые знания или представления о женственности и о своем гендере в ходе или после тренинга?

3. Третий блок (вопросы интервью о гендерной самоидентификации)

Как тренинг повлиял на размышления о своем гендере? Какие истории всплыли во время подготовки или после тренинга? Есть ли сходства или противоречия с историями других участниц? Какие истории являются основными и значимыми в жизни девушек, а какие события и сферы в жизни умалчиваются или не поднимаются в связи с собственной женственностью? Есть ли связь с матерью или образом матери в формировании женственности и конструирование своей женственности? Каков характер этой связи?

ГЛАВА 3. Результаты исследования и их обсуждение

Данные включают в себя тексты транскрипций 4-х минутных историй с тренингов про становление женственности и тексты транскрипций интервью.

Результаты мы разделили на три блока:

1. Анализа 4-х минутных историй про становление женственности из тренинг;
2. Анализа обратной связи про тренинг;
3. Анализ данных пост-тренинговых интервью на тему женственности.

Собранные данные в формате тренинга и пост-тренинговые интервью помогли узнать: 1) думали ли участники о своей гендерной идентичности; 2) особенности выстраивания гендерной самоидентификации; 3) особенности процесса рассказывания историй в группе людей; роль слушателя и эффект от присутствия слушателей; 4) темы, которые всплывают при описании гендера; 5) субъективная оценка роли матери в формировании собственной женственности.

3.1 Анализ 4-х минутных историй про становление женственности из тренинга

В большинстве историй женственность — позитивно окрашенный феномен. В некоторых историях есть динамика «конфликт— разрешение». В этих историях происходит либо конфликт старого понимания женственности, поиск и развитие нового, либо кризис старого, но не найдено решение для нового понимания. Другие истории описывают одно событие из прошлого, которое является для них значимым моментом вхождения в женственность.

Во всех историях можно выделить центральную/основную тему и дополнительные темы. Условно можно разделить истории на 3 группы: 1) истории о поруганной женственности (2), в которых центральная тема: насильственный опыт взаимоотношений с мужчиной; 2) истории о гендерном конфликте (1), в этой истории центральная тема: столкновение образа мужчины

и женщины в себе; 3) истории, позитивно укрепляющие женственность (7), в которых центральные темы: романтические отношения с мужчинами и изменения во внешнем виде.

3.1.1 Основные темы 4-х минутных историй

1) Тема времени

Время становление женственности у участников отличалось. В некоторых историях (4) описываются отдельные события из прошлого, «как некий щелчок вступления в женственность». В этих случаях участниками описывался случай, который для них маркирует начало женственности или является ярким моментом формирования женственности. В других историях (6) был большой охват по времени, и история включала в себя разные этапы становления и формирования женственности.

В первой группе были 2 истории из недавнего прошлого (в обеих центральная тема: переживание насильственных действий со стороны мужчин; другие темы: внешний вид, отношение к себе, отношения с мужчинами). Третья история в этой группе происходила в подростковом возрасте (центральная тема: романтические отношения, другие темы: внешний вид), четвертая про события из раннего детства (центральная тема: внешний вид, другие темы: отношения со значимой взрослой женщиной).

Во второй группе историй, которые охватывают более длительный временной срок, временной диапазон отличался:

а) детство до сегодняшнего момента (2 истории. Обе включают тему матери, романтических отношений, внешний вид, отношение к себе, завершаются с темой романтических отношений, материнстве);

б) подростковый возраст (2 истории. Центральная тема у этих историй: изменяющиеся отношения с мужским полом (от дружественного к романтическому), изменения во внешнем виде (переход или раздумья об изменении к «традиционно» женскому образу), взаимоотношения со сверстницами (в одной истории, желание быть похожей на них), отношение к

себе (желание в себе что-то поменять).

в) подростковый возраст и сейчас (1 история. Темы: отношения с мамой и бабушкой, отношения с мужским полом (романтические отношения и дружественные), внешний вид (изменения и противоречие между традиционно мужским и традиционно женским), осознания себя (вопрос к себе: что такое женственность?).

г) ранняя взрослость и сейчас (1 история. Темы: внешний вид (изменения, усиления традиционно женского образа), романтический и коммуникативный тип общения с мужским полом, материнство и будущие дети).

2) Тема взаимоотношения с мальчиками/мужчинами.

Из 10 историй 9 включали тему взаимоотношений с мальчиками/мужчинами. Можно выделить несколько типов опыта отношений: а) романтический (взаимоотношения с мужчиной подразумевают выстраивание отношений или желание отношений, наличие симпатии), коммуникативный (общение происходит между мужчиной и женщиной, но не подразумевает выстраивание отношений), насильственный опыт (насилия со стороны мужчин, истории о насилии и домогательстве).

Из 9 историй в 8 историй тема отношений была центральной темой истории (в одной только упоминались романтические отношения, но не было акцента на важности этой части истории в формировании женственности).

В 6 из 9 история описываются опыт романтического типа отношений.

В этих историях девушки рассказывают про романтические отношения с мужчиной, как важный аспект формирования своей женственности. Вступление в романтические отношения влекли за собой изменения во внешности, изменения в представлении о себе, давали возможность определить себя как женщина/девушка.

В этих историях, женщины могут идентифицировать себя как женщины, так как они выполняют определенные поведенческие коды во

взаимоотношениях с мужчиной, которые являются кодами проявления женственности.

Пример:

Респондент М.: «Сейчас я часто готовлю разные блюда, первый раз в жизни готовлю пироги и печенье и мне хочется гладить рубашки моему молодому человеку, я бужу его по утрам и волнуюсь, когда он болеет.»

Респондент З.: «Я встречаюсь с молодыми людьми, они подают мне руку, когда я выхожу из машины, надевают шубу, наливают мне чай, я «[мой молодой человек]Подает мне постоянно руку. Берет меня на руки.»

Респондент С.: «Моя женственность — это забота друг о друге, он встречает меня в аэропорту и несет чемодан, дает мне заранее купленный билет до дома, я готовлю завтраки, он идет в магазин каждый день потому что я не разговариваю на языке продавцов.»

В 5 из 9 историй поднят коммуникативный аспект взаимодействия.

В историях с этим типом отношений, девушки говорили либо о дружбе с мальчиком/мужчиной, либо о получении внимания и информации от мальчика/мужчины, подтверждающее «женственные» качества девушек.

Во многих историях, женственность была связана с желанием получить внимание от молодого человека или от молодых людей, из-за чего, респонденты меняли что-то в своей внешности, или в поведении.

Пример:

Респондент Т.: «хочу нравиться, чтобы на меня обращали внимание, естественно я поняла, что что-то надо делать со своей внешностью. Я начала покупать каждый месяц журналы, женские, смотрела советы как одеваться, как краситься. В какой-то период времени, у меня в гардеробе появлялись юбки, потом платья, и так постепенно из моего гардероба, совсем пропали штаны. И кроссовки. Далее я начала краситься. На меня стали обращать внимание молодые люди. Я очень радовалась, когда так происходило, и понимала, что это

работает.» В подобных историях есть стремление к определенному образу женственности, который они предполагают существуют у мужчин.

В 2 историях центральная тема: опыт насилия/домогательства.

В этих двух историях молодые женщины описывали переживания опыта насилия сексуального характера со стороны мужчины. В одной истории Респондент описывала опыт домогательства на рабочем месте, который происходил в вербальной форме. Во второй истории были и первые два типа взаимоотношений с мужчиной, но более значимый третий. В этой истории Респондент рассказал про опыт сексуального насилия, который сопровождался вербальной угрозой. Общее в этих историях, что рассказчицы выражали чувство незащищенности, сложность и или невозможность остановить ситуацию.

Пример:

Респондент П.: «Как к женщинам относятся как к товару, что ими можно наслаждаться, любоваться, использовать как предмет для своих потребностей, мне стало очень обидно и я почувствовала злость.»

3) Тема внешнего вида

Из-за специфики метода рассказывания историй, во всех историях упоминается внешний вид, но только в некоторых внешний вид является одной из основных тем.

В одной истории внешний вид является центральной темой. В этой истории Респондент описывала опыт пробы приближения к традиционно женскому образу. В остальных историях тема внешнего вида была как нечто сопутствующее другим темам.

В 7 историях внешний вид был затронут как одна из основных аспектов в формировании женственности. В этих историях внешний вид служит как катализатор изменений (то есть движение извне вовнутрь, либо внешне укрепляет внутренние изменения (изнутри вовне).

Можно выделить 2 тенденции в теме внешнего вида: а) изменения внешнего вида от одного к конкретному другому (от неопределенного/ «без гендерного» к «традиционно» женскому); б) пробы и поиск разных образов внешнего вида.

В некоторых историях изменения происходили постепенно и девушка сама искала наиболее подходящий для себя образ. В других историях важный «двигатель» изменения во внешности играло одобрение или желание быть одобряемой со стороны либо конкретного человека, либо мужчин. В одном рассказе девушка выразила удивление, что она вступает в отношения с молодым человеком, хотя она была одета не в традиционно женственную одежду, что послужило закреплением, идеи, что не обязательно следовать стереотипному внешнему виду.

Внешний вид также включает телесность: восприятие своего тела и телесные ощущения. Только в 2-х историях девушки говорят о изменении веса и формы, и в одной из них девушка говорит о желании изменить форму тела, сбросить вес.

Две истории, которые были связаны с опытом насилия/домогательства тоже включали внешний вид, но не как центральная тема истории. В этих историях внешний облик был гендер-нейтральным.

Респонденты описывают переживание неприятных чувств, когда их внешность другие определяют, как мужественную, либо, когда они сами оценивают свою внешность, как отличающиеся от других девушек и от принятого образа женственности «Я носила бесформенные штаны, кроссовки, в которых и ходила на физкультуру, на голове был постоянно хвостик, я не красилась совсем никак. То есть была можно сказать как пацанкой, какой-то.» В дальнейшем эта девушка говорила о том, что, когда она сменила свой внешний вид она стала себя лучше чувствовать и ощущение женственности оценила на 70%. Идентифицирования себя с мужским полом по внешнему виду послужило толчком для изменения внешнего вида и привело к переходу к штампам во внешнем виде, которые в обществе принято ассоциировать с женщинами.

Внешний вид связан со всеми другими темами и является одним из главных у респондентов для восприятия своей женственности. Одна из основных связей: связь между внешним видом и образом внешнего вида в глазах других людей. Необходимо повторить, что изменения внешности в сторону более женского образа не является лишь желанием внешним изменениям. Это лишь внешний показатель, за которым стоит желание быть включенными в определенные социальные связи, взаимодействия с мужчинами, принятии со стороны других, позитивном отношении к себе.

4) Тема взаимоотношения с другими девушками

При становлении женственности, одной из основных тем в 4-х нарративах были взаимоотношения со сверстниками. В двух историях описывалась дружба с другими девушками. В одной из которых Респондент говорила о том, что она своим друзьям сообщает о своих изменениях во внешности, то есть друзья для нее значимые другие, которым она сообщает об изменениях в ощущении своего гендера. В 2-х историях эта тема более проявлена. В них девушки описывают сравнения себя с другими девушками, наблюдения за ними, желанием быть похожими на них в плане внешности и в плане поведения, в особенности общения с мальчиками.

Пример:

Респондент М.: «Я смотрю на девочек в моем классе, они расчесывают волосы, красятся, делают себе маникюр, и я вижу, что я другая.», «Я вижу, как мои одноклассницы заигрывают, встречаются с мальчиками. Я общаюсь с ними как с друзьями, а они по девичьи, кокетничают.»

Респондент М.: «Мне 15 лет, и я училась в 10 классе, в то время одноклассницы встречались с парнями из старших классов, но на меня не обращали внимание, как мне казалось.», «При этом мои подруги были все достаточно женственные, как и мои одноклассницы, то есть они могли и платья носить и с парнями там встречались. У меня этого всего не было. И потом в какой-то момент я поняла, что тоже хочу быть похожей как бы на них. Я хочу

нравится, чтобы на меня обращали внимание, естественно я поняла, что что-то надо делать со своей внешностью.»

Получается, девушки одного возраста являются референтной группы для формирования гендерных форм поведения.

5. Тема матери или значимого взрослого

Взаимоотношения с матерью или со значимой женщиной было в 4-х историях. Во всех историях есть изначальное сходство между образом матери и поведением девушек, то есть девушки в какой-то степени повторяют образ матери, отличие в том, что девушка делает с этим сходством.

Истории можно разделить на две группы: те, где девушка желает быть похожа на маму или бабушку и те, где девушка противопоставляет себя с образом матери, ищет свой путь, пытается не быть похожей.

В первой группе одна история описывает эпизод из раннего детства и центральная ее тема: внешностью и желанием быть похожей на бабушку. Другая описывает развитие во времени и постепенное приближение к образу матери и бабушек, сходство с ними во внешности, в отношении к себе, в образе жизни.

Во второй группе девушки описывают сходство во взглядах, в поведенческих паттернах с матерью, но девушки не стремятся к этому сходству. В одной истории у девушки нет понимание и знание о женственности, что перекликается с представлением о женственности у бабушки и мамы.

Пример:

Респондент О.: «И очень частая фраза в моем доме, от моей бабушки была: «Я и лошадь, я и бык, я и баба, и мужик.» И эта была наша женственная, ну как бы философия нашей женственности семейной, то есть у нас ее не было совсем. И я и мама, и бабушка, мы были абсолютно бесполовыми существами. Это проявлялось в нашей одежде, и в нашем поведении.»

Во второй истории девушка подробно описывает сходство с матерью, симпатия к ее образу, но когда она оказывается в нездоровых отношениях,

схожие с отношениями, которые она наблюдала у мамы, она начинает менять свою жизнь. Осознают, влияние на свою жизнь матери, которое ее не устраивает, и стремится создать свой собственный образ, несходный с образом матери. То, каким образом участница исследования выстраивала свои отношения с мальчиками, как относилась к себе, как оценивала свою внешность, оказывала влияние мать. Девушка описывает поиск более женского внешнего вида: «Моя мама говорит, что я выгляжу как пацан. Я смотрю на девочек в моем классе, они расчесывают волосы, красятся, делают себе маникюр, и я вижу, что я другая. Я покупаю себе первые туфли. На каблучке 8 см. Когда я долго в них хожу, у меня немного сжимаются косточки на пальцах и мне очень узок этот носок. Я покупаю сумки, которые выглядят как женские. Мама хвалит меня и говорит, теперь я похожа на девушку.»

У этих девушек основные темы в нарративах: отношения с молодыми людьми и внешний вид. Они описывали поиск и пробы разных образов во внешности.

В исследовании мы встретили истории, в которых влияние матери не выявлено.

В еще одной истории мать упоминалась, но не играли активную роль. В истории про сексуальное насилие девушка описывает, что она скрывает от матери знакомство с молодым человеком, ее отношения с матерью имеют скрытый характер.

6. Тема отношение с собой/самовосприятие

В нескольких историях (6) отдельно выделяются моменты, где девушки обращаются к себе, описывают момент самоанализа и рефлексии, и где совершается поиск нового поведения, изменения прежнего образа-Я.

У одной девушки эта тема основная в ее истории. Она описывает подростковый возраст: «Например, я открываю гардероб, и вижу, что я не могу сказать, что те вещи, которые мои, они принадлежат одному человеку. Будто бы это много людей. То есть я вижу тут же брюки, тут же совершенно женственные какие-то

наряды». Внешний вид является важным аспектом женственности, так как это не только одежда и макияж, но и то, по чему другие оценивают человека как мужчину или женщину. В своей истории она описывает эпизод, где она была одета в «максимально женский наряд», но ее маленький мальчик воспринял как мужчину. Свою историю, она заканчивает: «Через 10 лет. 2018 год я задаю себе вслух вопрос: «Есть ли у меня отношение к женственности? Знаю ли я что такое женственность? И отвечаю: нет, я не знаю.» Точка. Все. Рассказ завершен.» Здесь отмечается связь между самовосприятием и восприятием других людей.

В историях с этой темой есть когнитивный и рациональный аспект формирования женственности. Здесь идет речь о моменте, когда произошло осознания или было озвучено определенное решение по отношению к своей женственности.

Пример:

Респондент Т.: «И потом в какой-то момент я поняла, что тоже хочу быть похожей как бы на них [девушек]. Я хочу нравиться, чтобы на меня обращали внимание, естественно я поняла, что что-то надо делать со своей внешностью.»

Респондент З.: «Дальше шестой курс, я говорю своим друзьям о том, что я решаю полностью поменять гардероб, что в моем гардеробе не будет джинс, я начинаю покупать больше платьев.»

В одной истории девушка не говорила про внешний вид, а говорила про свое отношение к феминизму и переживания своего опыта сексуального домогательства, как возможность по-другому посмотреть на эти явления и себя в них. «А и я слышу мысль Ю., что феминистки вообще хотят вообще сломать весь патриархальный слой, строй. Я возвращаясь, что какие мысли у меня были после этого момента, как к женщинам относятся как к товару, что ими можно наслаждаться, любоваться, использовать как предмет для своих потребностей, мне стало очень обидно и я почувствовала злость. Этот шар в груди горящий. И опять вспомнила, что самое страшное, что может с тобой случиться, это третья волна феминизма. Я подумала, что просто женщинами страх движет, что это

может повториться, я думаю они не прорабатывают это, а варятся в своём страхе, в своём ПТСР-е и поэтому феминизм приобретает причудливые формы.» Через переживания опыта сексуального домогательства, девушка укрепляет свои представления и убеждения.

3.1.2 Обсуждение результатов 4-х минутных историй

Исходя из анализа, можно сделать предположение, что тренинг такого формата обладает терапевтическим эффектом и помогает более конструктивно справиться с переживанием травматических эпизодов своей жизни. Например, рассказы участниц тренинга об эпизодах домогательства и насилия были представлены как единичные и был привязаны к конкретным моментам времени. Возможно, рассказ об этих случаях способствовал отношению девушек этим эпизодам, как единичным, не оказавших существенного влияния на всю их жизнь и не включенным в общую историю их жизни.

Травматичный опыт требует время и работу разных механизмов для того, чтобы он был интегрирован в жизненную историю человека. При работе с женщинами, пережившими такие события, часто прослеживается, что девушки это воспринимают как не часть самих себя. Скорее всего респондентами двигало желание поделиться историей, возможность рассказать о таком опыте для его переживания. В интервью эти девушки потом подтвердили такое желание. Это подтверждают вышеприведенные исследования, которые указывают на важность рассказывания травматичного события для его проживания и интеграцию в общую историю жизни.

Истории, где есть развитие и охватываются несколько лет, раскрывают особенность формирования гендера, как тип идентичности, который проходит через всю жизнь. В анализе временных отрезков мы видим, что наиболее яркий период времени, в котором у девушек происходит гендерная самоидентификация: подростковый и ранняя взрослость. Это совпадает с теорией Эриксона о стадиях развития, где в этот период времени человек активно формирует свою идентичность в целом. Мы видим, что гендерная идентичность скорее всего проходит одновременно с этим. В этих историях

идет речь именно о становлении гендерной идентичности, а в историях об эпизоде, скорее идет речь о начале самоидентификации как женщина/девушка/девочка или о значимом поворотном событии в самоидентификации как женщины.

Тема взаимоотношений с мужчинами/мальчиками одна из самых ярких тем, в 4-х минутных историях о становлении женственности. В некоторых историях отмечается либо изменения в идентификации гендера и восприятии себя при взаимодействии с мужчинами. То есть общение или желание общения служат толчком для изменений в поведении, во внешности и восприятии себя как часть определенного гендера. В других историях взаимодействие с мужчинами/мальчиками укрепило поведенческие и когнитивные изменения, которые девушка уже культивировала внутри себя. Две истории о насилии скорее всего изменили и нарушили (кратковременно или долговременно) представления девушек о нормах поведения, восприятии дозволенного, собственных мыслей, собственного тела.

Одобрительная оценка со стороны мужчин один из важных факторов идентифицирования себя с женственностью. Получается, что образ женственности и нормы поведения женщин формируются не только ими самими, но и тесно взаимосвязаны с представлениями и ожиданиями со стороны мужчин. В рассказах участниц тренинга мы видим, что определенные виды поведения с мужчинами являются индикатором женственности.

Во всех историях, была затронута тема внешнего вида. Во многих историях внешний вид был как показатель изменений, которые девушки проходили, в становлении своей женственности. Внешний вид то, что наиболее легко описуемо и наиболее показательно для слушателей и для самого рассказчика. В описании его наиболее ярко проявляются изменения в становлении женственности. Но чаще желание поменять внешний вид сопутствуется желанием приблизить себя к поведению и образу определенных девушек, так как внешний вид — это не только внешняя оболочка, но взаимосвязана с телесностью, самовосприятием и восприятием нас со стороны

других людей. Часто это взаимосвязано с отношениями с мужчинами и желанием обратить на себя внимание. В некоторых историях есть аспект собственного комфорта, комфорта собственного тела.

В описании внешнего вида, в основном, девушки придерживались только «видимыми» аспектами. Не было разговоров о «скрытых» действиях по отношению к своей внешности. Например, не было речи о разных косметических процедурах, которые многие женщины выполняют (как бритье, эпиляция, похудение), или о «дискомфортном» опыте связанного с неудобной одеждой, неприятным сексуальным опытом, телесными изменениями (менструация), корректировки внешности через диеты, спорт или редактирование фотографий. Интересно, в каких историях или в какую часть своей истории включаются эти моменты и включаются ли они вообще в эпизоды самоидентификации гендера. И есть ли место для повествования о достижениях в карьере, образовании, достигнутых целей, творчестве в идентификации с понятием «женщина».

Телесность выражается через то, что мы едим, как одеваемся и те практики, которые мы совершаем над телом ежедневно (уход, спорт и др.).

Фуко пишет о том, что женские тела становятся послушными телами, то есть тела, которые направлены на внешнее регулирование и улучшение. Время, которая женщина «вынуждена» тратить на свой внешний вид и также на возможные диеты и разную одежду указывает на то, что женщины всегда напоминают себя этими практиками, что они недостаточно хорошие такие какие есть, что у них что-то не хватает. (Bartky, 1997; Jaggar, Bordo, 1989)

У аспектов внешнего вида есть очень определенные символические и смысловые определения, которые направляют и укрепляют особое положение группы людей в обществе. К примеру, акцентируется важность физической силы у мужчин, но не у женщин, она «должна быть» слабее, и это ее ставит в более слабое положение, при опасности. Процедуры, которые она должна делать с лицом, чтобы оно сохранялось молодым или убирать волосистой покров с тела символы юности и неопытности.

При идентификации своего гендера важную роль играют сверстники того же гендера, так как они часто выступают в роли примера, к которому хочется приближаться. Любопытно, что не было историй о непринятии со стороны сверстниц.

3.2. Анализ данных обратной связи про тренинг

Блок тренинга включает себя транскрипции и анализ тренингов и интервью с участниками, так, как и во время тренинга участники давали обратную связь о тренинге и в интервью несколько вопросов были направлены на получение более расширенной обратной связи.

Обратную связь мы разделили на 3 темы: 1. Обратная связь о методе рассказывания историй; 2. Обратная связь про аспект слушания (себя и других); 3. Обратная связь про содержательный блок тренинга (про гендер и женственность).

Дополнительная тема: Технические элементы тренинга.

3.2.1 Анализ обратной связи о методе рассказывания историй

С методом, а именно с использование камерой «что случилось» возникали сложности, так как это сильно отличается, для многих, от привычного типа рассказывания. Это было сложностью, но одновременно и самым запоминающимся моментом.

Плюс метода для некоторых был то, что истории и повествования и стиль повествования остается очень индивидуальным. Метод «Narrativ» дает структуру и форму повествования, но оставляет пространство для личных интерпретаций и подходов.

Пример:

Респондент П.: «Удивило то, сколько разных позиций можно применить к рассказу. То есть рассказы мой и других, они все очень уникальные и с разных точек зрения нас описывают и строятся по-разному тоже. Интересно, что вроде

подход один, методика одна, а такие разные тексты можно выстроить. [...]Конечно, метод не вписывает тебя в какие-то рамки. То какой ты есть такой рассказ ты и составишь. Это интересно это здорово.»

Особенность метода в том, что нельзя использовать слова чувств или эмоций. Это было трудностью для участников, но тем не менее показало им, что описание состояния через телесность лучше передает состояние слушателям.

Пример:

Респондент М.: «И это проще описать физическим, чем перечислять, у меня есть миллион метафор как это можно описать и это все будет про одно, а описывать физически ты понимаешь в каком состоянии ты находишься. Это круто.»

Название одной эмоции или чувства лишь называет общепринятое обозначение этого состояния. Например, одно чувство грусти у одного человека связано с разной степенью душевных переживаний. Для более полной передачи состояния и то как оно переживалось рассказчиком способствовало созданию эмпатического контакта между людьми, метод Narativ предлагает описывать состояния через физические ощущения.

Пример:

Респондент М.: «Хотя ты не назвала это злость, ты говорила горит в груди, я чувствовала эту злость и несправедливость, и негодование, все эти эмоции, хотя ты их не перечисляла. Они чувствуются, даже исходя из того, каким образом это подавала. Информативно.»

Этот способ рассказывания также помог некоторым участникам легче рассказывать, так как нет описания чувств, которые погружают в эмоции и могут затруднить рассказ, если эти эмоции переполняют.

Практика такого повествования своего жизненного опыта указал для некоторых важность умение отстраненно взглянуть на события и описать их словами.

Часть методы — связь с собственными корнями, с прошлым. Для этого участники рассказывают 3-х минутную историю от лица бабушки или дедушки. Для многих это был один из эмоционально ярких моментов тренинга. В этом упражнении они поняли, что могу рассказывать историю без подготовки и какую роль слушание играет в формировании живого рассказа.

При самом создании своей истории и ее рассказа, по иному человек может вспоминать свое прошлое. Как одна участница сказала, обучение этому методу был полезен для нее, так как позволил не со стороны смотреть на свой опыт, а проживать его опять, опять побывать в этом моменте. «Это вот знаешь, когда ты испытываешь к человеку что-то и когда ты пишешь ему письмо то есть ты не просто в себе, а ты написал, ты выложил эти слова на письмо, ты создал какую-то историю ты понимаешь структурируешь... ты проговариваешь четко. Просто тяжело самим собой разговаривать. И плюс даже элементарно тебе о своем становлении я узнала о себе много фактов. И отметила то, что никогда бы не отметила просто так.» Многие участники говорили, что этот метод останется с ними, и что будут думать, как применять в личных и профессиональных сферах.

3.2.2 Анализ обратной связи про аспект слушания (себя и других)

Важный аспект тренинга и метода Narativ это взаимосвязь слушания и рассказывания. Слушание включает в себя создание оптимальной среды для слушания через работу с барьерами к слушанию, упражнение на понимание взаимосвязи слушания и рассказывания, слушания себя, слушания других. Метод позволяет рассказывать истории таким образом, что многие участники ощущали, что они прожили рядом с человеком эти моменты его жизни.

Пример:

Респондент О.: «Здесь мы прожили, ну, жизнь вместе с человеком, возникло такое ощущение, что все камеры и прочее сработали. Цель была достигнута.»

Респондент З.: «Очень понравилось, время потерялось, ощущение, что я

где-то здесь, рядом с тобой, что как будто сижу у тебя на плече. Вот эта камера условная, вот и все это вокруг вижу, потому что ты говорила и про то, что ты видишь, то что на улице, там жарко, получалось полная картина, всех органов чувств. То, что ты видишь, что ты слышишь, что тебе говорят, и прям здорово у тебя это получилось. Спасибо тебе за историю.»

Пример:

Респондент П.: «Это внутреннее состояние пребывания с другим.»

Респондент Р.: «Это необычное ощущение быть одновременно и в тебе, и во мне и я как сравнивала немного как это было у меня в те годы тогда. Поэтому ощущение, которое у меня возникло, не знаю мое ли это или что-то про твой рассказ, у меня как жар в груди появился. Прямо горячо-горячо, горячо. И с одной стороны это тепло и приятно, а с другой стороны были моменты, когда становилось горячо как будто больно. Особенно, когда ты про родителей рассказывала.»

Эти аспекты слушания повышают эмпатию между слушателем и рассказчиком, что позволяет рассказчику более открыто рассказывать о себе, а слушателю переживать опыт другого, и возможно, находить точки сходства или различия.

3.2.3 Анализ обратной связи содержательного блока тренинга (гендер и женственность)

В основном, все девушки были согласны, что истории других участниц были про женственность. Кроме одной группы, в которой участница Я. рассказала про насильственный сексуальный опыт. В этой группе некоторые выразили непонимание как женственность может быть связана с этой. Одна девушка сказала, что для нее сексуальные взаимоотношения это нечто священное и связанное с романтической связью с мужчиной, а не то, что было в истории, где «вот этот первый секс, первый, и как бы использованный, тебя использованной». Хотя рассказчица ничего не говорила про первый секс. Еще одна девушка сказала: «Ну то есть я не знаю, что именно она сама имела в виду,

если это ж. чисто физиологическая допустим становление как женщина. Для меня тоже присутствует такой момент восприятия, сказать, что что-то кардинально новое, наверное, нет.» Надо сказать, в истории про само слово «насилие» не использовалось при повествовании, только тренеру, в стороне было сказано, что это про это. Возможно из-за этого, некоторые участницы-слушатели не восприняли эту историю как историю про насилие, а скорее, как «нежеланный сексуальный опыт». Хотя девушка Я. В истории сказала, что «поступила просьба [от мужчины] сексуального характера с угрозой».

В интервью Респондент Я., сказала, что хотела предоставить такую историю, которая будет отличаться от того, что она ожидала другие будут рассказывать. Ей хотелось разнообразить истории и вместе с тем ей было важно рассказать о своем опыте

Участие в тренинге и слушание истории других людей подтолкнуло вспомнить другие истории из своей жизни, которые похожи или наоборот отличаются от собственных историй. В одной группе одна девушка рассказала, что ей было неожиданно услышать, как идентификации женственности отличается у нее и других участниц: «В моем рассказе гендер звучит как что-то негативно окрашенное: женщина как объект, женщина как красивый предмет, а в рассказе других женственность это как что-то нежное, теплое. Ну и для меня это новый подход, что-то игривое. И для меня это абсолютно новый взгляд на женственность, потому что мой опыт говорит об обратном, что женственность это что-то неприятное. А здесь, прямо тепло, уютно стало.»

Пример:

Респондент П.: «Ну у меня всплывали похожие кадры, когда Р. рассказывала про рынок. Мы тоже с родителями ходили на рынок, и выбирали обувь, но только мне покупали кроссовки. Вот в этом весь прикол, я с детства люблю кроссовки и это, наверное, единственное, что я ношу и откладывает отпечаток на моей женственности, на мое понимание женственности. » Другая участница говорила о сходстве с одной историей, где рассказчик говорила, что она не знает, что такое женственность. Ей было это важно услышать так как

такие моменты у нее тоже были, и когда она рассказывала свою историю, она не думала про свое отношение к женственности, но оно схоже с другой девушкой. Она всегда считала себя менее женственной по сравнению с другими девушками.

Пример:

Респондент Ю. «Для меня основное было то что внешне человек может быть и по его ощущение, именно внешне может быть не столь женственные может кто диктует нам стереотипы и мнения человека о других людях, которые как бы ж. но в то же время он сам как-то это чувствует и ж. она все равно есть. В частности, когда С. рассказывала историю про то, что она раньше больше выделяла внимание внешности, столько времени и внимания на это (сейчас) не уделяет, тем не менее она, ее молодой человек дает ей почувствовать себя такой. От других это тоже зависит, в частности если кто-то подчеркивает твою женственность, может ты для себя не кажется таким, но для кого-то являешься образцом ж. и ты тоже начинаешь это чувствовать.»

В пост-тренинговых интервью большинство респондентов говорили о том, что тренинг послужил толчком к размышлению на тему женственности, задаванию себе вопросов и рефлексии о своей женственности.

Пример:

Респондент М.: «Тренинг точно для меня был полезен в плане того, что эта тема, о которой я, во-первых, никогда не задумывалась прямо так.»

Респондент П.: «Тема действительно острая и действительно она разворачивается со временем. В каждом возрасте что-то про женственность появляется. Я не могу сказать, что я, когда про это думала, а сейчас нечего уже сказать. Это действительно недавнее событие, тема женственности постоянно актуально, потому что ты женщина.»

Респондент М.: «Да, это знаешь, как у нас есть детство юность отрочество, но у нас есть и есть, а вот какая-то тема сквозная, которая через все проходит, и ты на нее обращаешь внимание, и таким образом ты можешь ее исследовать. И ну конечно, ты задумалась об этом. И по поводу женственности,

что это для меня значит и это мне как-то помогает мне и находиться в моменте здесь и сейчас насколько я там считаю, что это такое, насколько я стараюсь этому соответствовать, что вообще я сейчас делаю. Насколько это для меня важно. Задумалась короче над такими вопросами, благодаря тренингу, да.»

Метод и процесс создания истории помогают осмыслить и понять/найти смысл событий из прошлого, что важно для ощущения связанности и течения своей жизни.

Одна девушка рассказала про историю себя в 12 лет и одна из слушателей отметила:

«З.: наверное, в 12 лет еще сложно что-то сконструировать у себя в голове, но ты как-то так, самое начало пути. Интересно, что у тебя дальше.

Н: Мне самой стало интересно, что у меня дальше будет, что только не было.»

В интервью Н. говорила, что метод позволил понять и систематизировать события из прошлого, как возможность подумать о том, о чем давно не вспоминала.

У слушателей откликается те истории, которые близки к их представлениям о женственности. То есть укрепляется определенные типы идентификации собственной женственности. Например: «Мне понравилось твоя история тем, что ты в этот момент поняла, что я не хочу быть для него просто другом, как мальчишки, а я хочу выделяться, как именно как девушка для него. В этом уровне, подходящая история, про женственность, что ты понимаешь, что я не просто мальчишка для него, друг побегать во дворе, а что ты хочешь показать ему, с другой стороны.» Для этой женственности определяется через противопоставления мужественности и женственности.

3.2.4 Технические аспекты

Обстановка для рассказывания историй хорошая, «сакральное пространство», роль тренера, спокойствие все эти аспекты способствовали

открытому и включенному участию в тренинге.

3.2.5 Обсуждение анализов обратной связи о тренинге

Тренинг послужил возможностью отрефлексировать и задаться следующими вопросами: как я определяю женственность? Что это для меня? Какая я в этом? Какие мои особенности? Как я отличаюсь или похожа на других?

Познания себя через истории других, сравнения себя и противопоставления себя с другими, важный опыт конструирования своей уникальной нарративной идентичности. Такое сравнение и противопоставления себя и других, связан с процессом идентификации себя как часть группы и идентификации как отдельной личности.

Находя точки сходства с историями других людей, может быть важно для человека, так как могут быть подняты менее «нормативные» истории или опыт, о котором мало кто говорит и следовательно есть возможность нормализовать свой опыт, сказать «у меня так же» .

Однако, не все ненормативные истории принимаются и понимаются другими. Историю о сексуальном насилии была не понята другими как история о сексуальном насилии. В этой истории не использовалось слово насилие, но было использовано слово «угроза», что позволяет услышать в этой истории конкретный характер опыт. В этом плане интересно поразмышлять о том, что мы готовы слышать о женственности, какие слова и нормативные нарративов используются для описания феноменов связанные с «желанной» и «нежеланной/поруганной» женственностью.

3.3 Анализ данных о гендерной самоидентификации, женственности из интервью

В этот блок входят интервью с участницами тренинга и истории матерей участниц об их собственном становлении женственности.

В интервью были раскрыты темы, которые участницы тренинга поднимали в своих 4-х минутных историях на тренинге и были заданы дополнительные вопросы.

3.3.1 Темы из интервью про гендер и женственность

1. Ассоциации, связанные с желанной и нежеланной женственности

а. Ассоциации связанные с желанной женственностью

Наиболее часто используемые слова: Мудрость, знания себя, материнство, внутренний стержень, легкость, красота/ухоженность/внешность, слабость, мягкость/нежность, отношения с мужчинами, уверенность, внутренний стержень.

Редко используемые слова: раскрепощенность в интимном плане, интеллектуальное развитие, честность, открытость, флирт, удовлетворенность в максимальном плане.

Где проявляется женственность: Во всех сферах, в отношениях с другими людьми, в романтических отношениях, в отношениях с семьей, на работе, с самопрезентацией какой-то, ощущением себя женщиной/самовосприятие, самоопределение. Одна девушка говорила про модели в возрасте, и ее не интересует есть ли дети, внуки, есть ли брак или нет и ей нравится «пример, когда я слышу, что женщина после 30-45 развелась и нашла другие отношения, либо устроила крутую карьеру.» Никто другой из респондентов не говорил про женственность и карьеру.

б. Ассоциации анти-женственности или нежеланной женственности

Отсутствие мужчины, участие в конфликтах и агрессия («Возможно, когда хочется наорать или поругаться, нет связи с женственностью»), мужественные качества поведения и внешности.

Для одной девушки женственные качества как легкость и мягкость могут стать нежеланными характеристиками женственности, когда человек всегда

такой. Эти качества превращаются в глупость и детскость.

Для одного респондента анти-пример: мать троих детей как ей сложно она не реализовалась ни в чем, это не интересно и где сексуальность табуирована/невозможность говорить про сексуальность собственную и про сексуальную жизнь.

2. Взаимоотношения с другими женщинами

а. Взаимоотношения с девушками своего возраста

В 7 интервью девушки поднимали важность роли других девушек, своего возраста на становления их женственности.

Формирования себя как женщины возникало либо в стремлении быть похожей на других, либо в желании быть другой или ощущать себя другой.

Взаимоотношения сходства.

Желание быть как другие девушки по поведению, внешне, быть частью группы был одним из важных аспектов изменения своей внешности.

Взаимоотношения противопоставления.

Противопоставляя себя другим, девушки исходили из желания быть собой либо ориентировались на одобрение со стороны мальчиков/мужчин. Так, одна Респондент рассказывала, что она начала краситься раньше, чем все ее одноклассницы. Она чувствовала некоторое осуждение с их стороны, но она не переставала краситься, так как чувствовала, что нравилась мальчикам.

Не всегда взаимоотношения подразумевают прямое взаимодействие, это может быть и на уровне когнитивных установок. То есть сравнивается свое поведение и женственность, не с конкретными людьми, а с обобщенный образом женщины. А: «Иногда я отмечаю про себя, что, наверное, другая девушка, наверное, так не стала делать, а вот я делаю, но ничего не могу с собой поделать. Это стереотипное мышление, и ты выбираешь подстраиваться или нет. Из-за этого такие мысли, что другая бы не делала так, судя по стереотипам если.» Противопоставления себя усиливается в период, когда больше ориентация на внешнее и неодобрение со стороны окружающих. Это

чаще всего в подростковом возрасте, где девушка оценивает свою внешность, как не похожую на других.

Пример:

Респондент Ю.: «Тогда возможно в школьные годы я больше ориентировалась на окружающих, как они выглядят та та та, как бы... ну грубо говоря своего чувство стиля не было, я смотрела на всех так органично смотрятся платьишки, а я одену и буду не очень.»

Еще одна говорила про то, что она понимала, что у нее другие интересы, из-за чего ей было некомфортно, так как не чувствовала себя частью группы, но ей было комфортнее быть с собой.

б. Отношения с матерью

Мать как антипример женственности.

У 6 девушек образ матери является отрицательным образом женственности. Это основывалось чаще на том, что у матери противоречивое поведение (говорит одно, делает другое), либо нежеланное поведение (жесткость, оценочность), либо мать не удовлетворяла потребности (общения, близости, теплоты, внимания). По этим причинам, девушки отдалялись от матери и противопоставляли себя с ней. Важный аспект, что мать являлась анти-примером в период формирования идентичности и женственности девушки. Наиболее остро это ощущалось ретроспективно, сейчас у некоторых респондентов отрицательные взаимоотношения с матерью, но для них это не значимая часть жизни, так как они акцентируют внимание на том, что они сейчас взрослые и принимают собственные решения.

Однако, в острый период девушки разными способами искали удовлетворение того, что не получали от матери. Некоторые обращались к отношениям с мальчиками/мужчинами, другие находили чувство принадлежности в группе друзей девочек или поддержку от другой значимой женщины (бабушка, сестра).

Пример:

Респондент П.: «Я не хочу быть как мама. Это не то что всегда определяет мое поведение, это скорее определяло. Иногда и, наверное, внешний вид. Мне не хочется носить каблуки, мне мама часто говорит носить каблуки и покупать женскую одежду, но мне неудобно на каблуках, правда. Вот и поэтому в некотором смысле это противопоставление.» У этих девушек есть стремление не прожить похожую жизнь. И когда отмечают параллели или сходства с матерью, становится неприятно, требуется внутренняя работа, чтобы пойти по своему пути.

Мать как положительный пример женственности.

В 4 интервью девушки говорили о том, что мать сыграла важную роль в формировании женственности, либо она является положительным примером, но не обязательно тем, к которому хотелось стремиться. Чаще это высказывалось тем, что девушка понимает, что она похожа на маму и для нее это удивление, но она довольна этим.

Ожидания матери

В некоторых интервью девушки говорили об ожиданиях со стороны мамы ожидания по поводу внешнего вида, образования, романтических отношений.

3. Взаимоотношения с мужчинами/мальчиками

Как и в 4-х минутных историях мы разделили взаимоотношения с мужчинами/мальчиками на 3 типа взаимоотношений:

а. Романтические взаимоотношения

У 9 респондентов становление женственности связано с романтическими отношениями с противоположным полом.

Про сексуальные отношения с другим человеком упоминали 3 девушки и говорили о том, что это важная часть их гендера.

Романтические отношения в интервью, в отличие от историй делились на разные этапы и типы отношений. В более доверительных и близких отношениях девушки говорили о важности принятия их женственности со

стороны мужчины, что влияет на то, как девушка относится к себе.

Как сказала один респондент, переход от «бесполого к полому» общения важный этап в становлении женственности. То есть переход от дружественного/ межличностного типа общения к романтическому.

Разные стадии отношений по-разному влияет на ощущение женственности. Две девушки говорили про то, что, находясь в длительных отношениях они переставали всегда краситься, так как их партнер одобрял ее без косметики. Для одной это было связано не с романтическими отношениями, а в том, что у мужчины хорошее чувство вкуса, а у другой значимый момент было именно то, что ей сказал мужчина.

в. Коммуникативный тип взаимоотношений

Интересно, что две девушки говорили, что они не являются женственными, при конфликтном взаимодействии с мужчинами/мальчиками. Одобрение со стороны мужчин в принципе является важной составляющей ощущения своей женственности.

с. Негативный опыт взаимоотношений

Травматичный опыт или опыт домогательства, или насилия не поднимался в интервью. Одна девушка сказала, что опыт неуважения со стороны мужчины в отношениях стало переходным этапом ощущения себя как женщины в отношениях, переход к пониманию собственных желаний и потребностей.

4. Этапы развития женственности

а. Переход от внешнего к внутреннему

У всех девушек есть определенный момент, когда они меняли свое понимание женственности. У 6 из 10 девушек говорили про конкретный процесс перехода от внешнего к внутреннему. Они говорили, что в подростковом возрасте у них была ориентация на внешность и на одобрение со стороны других людей и желание стремиться к определенному образу или дискомфорт по отношению к себе. Потом у этих респондентов возникал переход на ориентацию во внутрь, важность внешнего образа сохранилось, но стало важнее собственный комфорт. У одной девушки акцент сохранился на

внешнем проявлении женственности и есть сложности вербализовать внутреннюю составляющую.

в. Некоторые выделяли конкретные этапы становления женственности.

Пример 1.: Респондент Н. выделила 3 стадии:

1. «Первая любовь» Когда ты есть такой какой есть и без изменений во внешности, не ориентирован на одобрение со стороны других.

2. «Первые серьезные отношения» (изменения внешние, начинает красить ся, идентификация со взрослой девушкой (собираетелный образ), сексуальный опыт. Чрезмерная фиксация на ориентации со стороны других.

3. «Становления себя. Уже не как просто девушка, которая в принципе нравится, а девушка, которая сама что-то хочет.» Не отдаваться полностью в любви. Негативный опыт с мужчинами, переосмысление отношений к себе, так как есть понимание, что нужно тебе. Гармонизация первого и второго, которые являются крайности.

Пример 2.:

Респондент З.: «Если было бы больше времени я бы начала с более раннего возраста, я бы сказала, что в подростковом периоде было стертое восприятие, потом было становление женственности было более кокетливое, и потом в 19-20, полное женственность».

1. «Стертая женственность. Это пацанское, грубоватое, женственность проявлялась только местами.»

2. «Внешняя показушность. Много флирта, внешне образ девушки, желание показать себя.»

3. «Во внутреннюю гармонию» Переход во внутрь. Осознания себя, работа с психотерапевтом. Женственность проявляется более гармонично.

с. Про будущее

Четыре девушки говорили про материнство как опыт в будущем, который будет новый опыт женственности.

5. Внешний вид

Внешний вид тоже был поднят во всех интервью. Девушки говорили об взаимоотношениях с мужчинами, взаимоотношениях с другими женщинами, влиянии медиа и восприятия себя, когда говорили о внешнем виде.

а. Телесность

Про свою собственную телесность 3 респондента говорят с точки зрения «нормальной телесности» и что они совершали определенные действия для того, чтобы быть ближе к этому образу. Только одна девушка сказала, что ее собственное тело — это важный аспект самопознания своей женственности, и что ей важно, как она сама смотрит на свое отражение в зеркале, приятно ли ей самой от своего тела.

б. Косметика/одежда

В интервью многих девушек, есть внутренняя критика к процессам связанными с внешним видом. Или не желание больше пользоваться косметикой, либо оценка разговоров о косметике как «тривиальные и пустые», но тем не менее необходимо поддерживать это в какой-то степени, чтобы не быть совсем «изгоем».

Пример:

Респондент Н.: «С одной стороны я использую косметику, а с другой стороны общество меня осуждает, что мне делать. Но я не перестала пользоваться косметикой. [...] И второй момент я хорошо помню себя, когда я начала пользоваться косметикой, а потом как бы не могла долго ходить без к. не могла элемент. выйти и тоже меня увидят некрасивой, я кому-то не понравится. он скажет обо мне что-то плохо, но это естественно. позднее, сейчас это уже переросло, потому что, когда реально обретаешь свободу, я бы даже сказала это сгладилось с П. только, с М. не могла проснуться и не подкраситься.»

6. Отношение к себе

Во всех интервью были подняты моменты осознания и ощущения себя при становлении женственности у респондентов. Для них эти моменты являются важные, так как обычно меняют направления их развития. Эти жизненные моменты связанные с эмоциональными переживаниями (смерть близкого, конфликт с матерью, конфликт с партнером) и с когнитивным аспектом (саморефлексия, формирования убеждений и ценностей, осмысление опыта). В диалоге с самим собой, респонденты говорили о взвешивании собственных желаний, ощущений, опыта и опыта других или ожидания со стороны других людей. Эти важные моменты саморефлексии говорят о том, что у большинства девушек становление женственности имеет осознанный характер и девушки направляют свое формирование, сопоставляя свое индивидуальное и общее.

3.3.2. Истории матерей

Из 10 респондентов были собраны 4 истории матери. Из тех у кого не собрали истории: У двух девушек причиной является отсутствием отношений с матерью. У троих матери не знали, что сказать на эту тему. Одна девушка не могла собрать историю от мамы по причине болезни матери.

Из 4-х историй матерей мы обнаружили различия и сходства в истории матери и истории девушки.

В историях матерей есть следующие темы связанные с женственностью: Отношения с мужским полом, одобрение от мужского пола, роль воспитания, знания собственных желаний, внешность, кто влиял на формирование (мама, бабушки в 2-х историях).

У одного респондента мать большую часть становлении своей женственности связывала с тем, что ей говорили бабушки и мама. Респондент тем не менее отличается от матери тем, что у нее «собирательный опыт

становления женственности», это объясняется и тем, что у матери была проблема с алкоголем в годы становления с 6-16. И долгое время из-за этого Респондент говорила, что для нее мать была анти-примером. Респондент не получала тепло и заботу, которую ждала от матери.

У другого респондента похожая ситуация, в годы становления своей идентичности она не хотела себя идентифицировать с матерью так как заметила, у матери произошли изменения, она стала меньше ухаживать за собой, были проблемы в отношениях с мужем, Респондент не получала тепло и любовь от мамы. Она тоже говорила, что мама долгое время для нее являлась анти-примером. Ее удивило, что мама рассказывала про свою женственность в своей молодости, до того, как ее дочь видела, и говорила о положительных вещах. Дочь выстраивала свою жизнь долгое время желая доказать, что у нее может быть не так как у матери своей. Ее мать тоже отмечала в своей истории, что она пыталась воспитывать свою дочь не так, как воспитывала ее мама. Есть сходства в том, что становление женственности сильно связана с отношениями с мужским полом.

У одной девушки гармоничные взаимоотношения с матерью, ее мать не ограничивала и у матери и у дочки схожие истории. У обеих первое становление женственности связано с первыми романтическими отношениями. «Первая любовь была в 14-15 лет, тогда было становление женственности. Там уже что-то понимала, но ещё не все понимала.» Мать у респондента З. говорила про себя: «Подруга Маринка говорила, что мы все как пацанки ходим, а ты – нет.» З. выражала, что ей неприятно было от того этапа, когда у нее проявлялось «пацанство». У матери и у дочки всегда было ощущение женственности, не было

У четвертой девушки совпадают взгляды на женственность. Для ее матери и нее это связано с мужским полом и материнством.

Обсуждение

Анализ данных происходил через феноменологический подход, нарративный подход с пересечением социального конструктивизма и дискурсивного анализа. Опираясь на феноменологический подход нас интересует каково быть конкретным человеком изнутри. В данной работе, меня интересует каково быть женщиной для каждого отдельной участницы исследования.

Все 4-х минутные истории можно разделить на 3 группы: истории о поруганной женственности(2), история о гендерном/ролевом конфликте (1), истории о укреплении позитивной женственности (7). Опыт обучения метода Narativ и участия в тренинге позволил посвятить время и пространству созданием смыслов и осознанием своей истории женственности.

Особенность и возможные ограничения этого исследования: активная роль исследователя и групповая форма сбора историй. Так как молодым женщинам в тренинге необходимо было рассказывать истории о вступлении в женственность в присутствии других людей, они могли чувствовать скованность или руководствоваться желанием предоставить определенный образ. В данном виде исследований это не является большим ограничением, а наоборот возможностью задаться вопросами почему именно такие истории женщины считают приемлемыми?

Пост-тренинговые индивидуальные интервью дали возможность раскрыть поднятые на тренинге темы и получить дополнительные данные. В этой, возможно более доверительной обстановке, респонденты затрагивали свое отношения к их гендерной самоидентификации, кризисы в представлениях о «нормальной», «желанной», «неправильной» женственности. Однако, не нормативные, альтернативные истории не были подняты. Важный аспект было нынешняя состояние респондента. Если она чувствовала положительные эмоции, связанные с собственной женственностью, то она выражала сложность вспомнить конфликты в связи с гендерной идентификации. Напротив, женщины, который пережили недавний травматичный опыт, или который был

для них весьма актуален, через него описывали собственную женственность. Это указывает на то, что данная форма работы создания нарративов может проводиться периодически для укрепления, осмысления своего опыта и идентичности и создания оптимальных нарративов. В ходе этого тренинга девушки собирают «образ себя», своего опыта и тем самым идентифицируют себя, как для себя, так и для других.

Многие участницы говорили о том, что им хотелось дальше практиковать метод «Narativ», так как он предоставил им инструмент и возможность для осмысления своей жизни.

Важно понимать, как уже не раз говорила, что построение истории о своей идентичности и в данном случае о гендерной идентификации это постоянный процесс. И в данном исследовании мы увидели «срез» идентификации женственности у женщин молодого возраста, которые недавно прошли или еще проходят становление своего понимания своей женственности, сравнение себя с образом мамы и определение как относиться к себе и строить своё взаимоотношения с другими людьми.

Для дальнейших исследований интересно было бы изучить влияние знание истории матери о ее вступлении в женственность на отношения с мамой и на ощущения своего гендера. Так, в данном исследовании некоторые девушки говорили о том, что они не видели того, что рассказала им мама и знали бы они эту информацию раньше, не противопоставляли себя ей. Для одной девушки сама попытка собрать историю от мамы послужила улучшениям их отношений. Она сказала, что впервые за многие годы у нее с мамой состоялся разговор.

В ходе содержательного анализа тем транскрипций, были выделены следующие темы: Социальные стандарты; «Накопительный» вариант обнаружения женственности или «прыжок» ; Уровни описания и осознания женственности; Поруганная женственность; Образцы женственности; Взаимоотношения с мальчиками/мужчинами.

В содержательном анализе материалов у многих девушек в историях были затронуты взаимоотношения с мальчиками/мужчинами. Можно предположить, что «женственность» легче описать при противопоставлении с чем-то противоположным, то есть с «мужественным». Это подтверждается и в том, что, когда девушки говорят об эпизодах в жизни, когда их поведение или внешний вид считали «мужественным» они чувствовали себя дискомфортно и стремились избавиться от этого. В этом просматривается схожесть с полоролевой теорией Парсонса.

Поднимается вопрос скрытого стыда и низкой самооценки, которая прячется за маскулинностью. Интересно было бы направить исследование с данным методом на исследовании того, что возможно скрывается за женственностью. В дальнейших исследованиях было бы интересно взять более гомогенную и специфичную группу девушек, например, девушек танцовщиц, спортсменов, врачей или женщин с разными сексуальными ориентациями, женщины разных культур.

Также важно во взаимоотношениях с мужчинами/мальчиками можно обратиться к понятию Фуко «послушного тела», который является результатом паноптицизма, что «подталкивает нас наблюдать за собой, так как мы представляем, что за нами наблюдают другие.»(Bartky, 1997, с. 227) В нарративах девушек возникло такое ощущение, что женщины стремятся к определенному образу женственности, который должен понравиться мужчине, то есть есть задача быть одобренной со стороны мужчины и получается внутренний взгляд на себя женщина выстраивает «мужскими глазами». Возможно, нарративы и самоидентификация как представительница определенной гендерной группы так же выстраивается отчасти через мужской нарратив женственности. Как пишет Сандра Бартки, «паноптический мужской зритель присутствует в сознании большинства женщин». (Bartky, 1997, с. 228)

У некоторых девушек формирование женственности происходило через взаимодействие с образом конкретной женщины. Чаще в рассказах, это было либо девушка хотела быть похожей на маму или на одноклассниц, либо для нее

образ конкретного человека или людей был тот, к которому она не хотела стремиться. В других случаях, девушка формировала свою женственность идентифицируя себя не с конкретным образом, а с собирательным образом.

Скорее всего, значимость в одобрении со стороны других девушек играет такую важную роль, так как «женщина, как никто другой, лучше поймет другую, так как она включена в тот же проект.»(Bartky, 1997, с. 228)

Получается мама/значимая девушка/женщина и мужчины/мальчики формируют представления девушек о своей женственности.

Метод Narativ позволяет отрефлексировать и найти те моменты, которые являются по-настоящему значимые для девушки и укреплять ту историю, которая является наиболее оптимальной для нее.

Из блока про метод, в частности про аспект слушания, ту обратная связь, которая была выражена участниками говорит о том, что этот метод может иметь психотерапевтический эффект. Как и для рассказчика, кого слушают внимательно, так и для слушателей было важно прожить пребывание с другим, что оказывает благотворное влияние для обеих включенных сторон.

Слушание истории других помогало участникам думать и вспоминать свои события из жизни, соответственно это может быть и одним аспектом сравнения себя с другими людьми для дальнейшего развития своей самоидентификации.

В этот раз моя цель была апробировать метод, перевести его на русский язык и начать исследования темы гендерной самоидентификации. В дальнейшем, исходя из полученных данных, есть представление о том, как можно тренинг направить на работу с локальными, ненормативными историями. Это может предполагать более расширенную версию тренинга. Время и количество встреч можно увеличить для того, чтобы: а) повысилось доверие внутри группы и к тренеру, б) было больше времени на индивидуальную и групповую работу с методом рассказывания историй, в) было больше времени для конструирования историй и для «экскавации» событий из жизни для более полного и расширенного повествования.

В рамках данной работы удалось провести два однодневных тренинга, так как цель была апробация метода и первые шаги изучения темы гендерной самоидентификации, знакомство с тем как эту тему можно исследовать используя метод Narativ.

В результате, мы увидели, что этот метод имеет психотерапевтический эффект, может использоваться как и для него так и исследовательский инструмент. В дальнейшем можно его применять для разных групп населения, так как он используется за рубежом и использовать его в разных целях: исследовательские цели- изучение определенного феномена и так же как инструмент агентивности для определенной группы людей.

Возможно подобный тренинг использовать для создания собственной идентичности, для создания нарратива, отличительного от матери, при тех случаях, если нарратив матери является не предпочтительным. То есть тренинг рассказывания историй и слушания может быть использован как инструмент для выработки наиболее благоприятной истории о себе.

Этот метод может быть использован в разных областях, для переживания травмы, кризисов, для направления формирования идентичности в подростковом возрасте, чтобы люди могли конструировать особенные гендерные идентичности, которые могут отражать противоречия и неточности в субъективном опыте.

Выводы

1. Гендерная самоидентификация интегрирована в жизненную историю и занимает значительное пространство в повествовании личной истории. Она тесно взаимосвязана со становлением идентичности в целом и затрагивает значимые области жизни женщины, такие как отношения с мужчинами и женщинами, внешность и телесность, отношение к семье и работе, отношение к себе.
2. Образ матери играет значимую роль в формировании представления о собственном гендере. Либо образ матери является «Положительным», к которому девушка стремится, либо эта роль «Нежелательного» образа, с которым идет противопоставление себя.
3. Рассказывание и слушание личных историй («нарративов») оказывает положительное влияние на психологическое состояние человека, так как позволяет ему рефлексировать прошлый опыт, структурировать его и осознавать возможности наиболее желательного будущего.
4. Метод тренинга рассказывания и слушания историй «Narativ» (автор М. Носсел), может быть использован в качестве как исследовательского, так и терапевтического инструмента.

Заключение

В данном исследовании осуществлялась попытка изучения гендерной самоидентификации молодых женщин. В качестве основного метода использовался метод рассказывания и слушания историй «Narrativ», позволяющий обучить участников определенному методу рассказывания историй. Используя этот метод, мы смогли оценить какие события молодые женщины определяют, как события, в которых они могут себя оценить, как представителя определенного гендера. Тренинг послужил основой для дальнейшего раскрытия этого вопроса в пост-тренинговые интервью. Также, мы оценили эффективность этого метода для работы с данной тематикой и в качестве инструмента для исследовательских целей.

Качественный анализ материалов позволил выделить основные темы и тенденции гендерной самоидентификации. Как показало исследование, гендер занимает значительное место в идентичности человека и определяет его отношения к самому себе и к другим людям. Он строится на балансе между собственными нуждами и желаниями, и ожиданиями от взаимодействия с другими людьми. Мы проследили, что большинство молодых женщин проходят схожие этапы становления себя как женщин. Этот процесс имеет общие тенденции: от (а) существования без гендерных различий; (б) утрированное и экстернализированное проявление стереотипов гендера или их активного противостояния; (в) и интериоризация, гармонизация внутренних и внешних желаний и убеждений. Эти этапы не обязательно проходят последовательно и могут пересекаться или повторяться.

В нашем исследовании мы увидели, что конструирование нарративов хороший инструмент для формирования последовательного и смыслообразующего представления о себе. В частности, метод «Narrativ» зарекомендовал себя как подходящий, инновационный, эффективный метод рассказывания и слушания. В дальнейшем, его можно использовать и корректировать для работы с разными темами (например, для создания альтернативных и оптимальных историй). В ходе данной работы, мы

подтвердили, что этот метод имеет психотерапевтический эффект, и может использоваться как психотерапевтический и как исследовательский инструмент.

Список источников литературы

1. Абельс Х. Интеракция, идентификация, презентация. Введение в интерпретативную социологию 2000.СПб.: Алетей. 272с.
2. Бахтин М.М. Вопросы литературы и эстетики. М.: Художественная литература. 1975. 502 с.
3. Бахтин М.М. Человек у зеркала // Бахтин М.М. Автор и герой. К философским основам гуманитарных наук. СПб.: Азбука. 2000. 240 с.
4. Белинская Е.П. Исследования личности: традиции и перспективы// Социальная психология в современном мире. М.: Аспект Пресс. 2002. С. 42-61.
5. Библер В.С. Михаил Михайлович Бахтин, или Поэтика культуры. М.: Прогресс. 1991. 176 с.
6. Головин С.Ю. Словарь практического психолога. М.: АСТ. Харвест. 1998. 976 с.
7. Давыдов Д. Социальная идентичность: теория рационального выбора как альтернативный подход к концептуализации // Социологическое обозрение. Т.2. №2. 2012. С. 131-142.
8. Зайцева Ю.Е. Модель нарративного анализа стиля идентичности // Вестник Санкт-Петербургского университета. 2016. Сер. 16. Вып. 4. С. 6-22.
9. Здравомыслова Е, Темкина А (1999). Социальное конструирование гендера как феминистская теория //Женщина. Гендер. Культура. Москва. Ред. Хоткина З., Пушкарева Н.,Трофимова Е. СС. 46-65; (1998). Социальное конструирование гендера // Социологический журнал. N 3-4 СС.171-182.
10. Клецина И.С. Гендерная идентичность и права человека: психологический аспект // Права человека и проблемы идентичности в России и в современном мире. Материалы международного научно-практического симпозиума. СПб.: Норма. 2005. С. 167-184.

11. Милюска Й. Идентичность женщин и мужчин в жизненном цикле // Социология. Серия 11, 1999. № 4. с. 102-114.
12. Никифоров Г.С. Здоровая личность. СПб: Речь. 2013. 400 с.
13. Тернер Джон. Социальное влияние. СПб.:Питер. 2003. 256 с.
14. Фрейд З. Введение в психоанализ..Лекции.М.:Наука,1991. 456 с.
15. Фрейд З. Психология масс и анализ человеческого "Я". М.: Академический проект. 2014. 120 с.
16. Фридман Дж., Комбс Дж. Конструирование иных реальностей: Истории и рассказы как терапия. М.: Независимая фирма «Класс». 2001.
17. Фуко М. История сексуальности. М.: Рефл-бук. 1998. 282 с.
18. Ходырева Н.В. Гендер и здоровье // Психология здоровья. Под ред. Г.С. Никифорова. СПб. 2003.
19. Ходырева Н.В. Гендер в психологии: история, подходы, проблемы // Вестник Санкт-Петербургского университета. 1998. Сер. 6. Вып. 2. С. 73-84.
20. Эриксон Э. Детство и общество. СПб.: ИТД «Летний сад» 2000. 416 с.
21. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. М.: Прогресс. 1996. 344 с.
22. Ядов В.А. Социальная идентификация личности. М.: Институт социологии РАН. 1993. 167 с.
23. Ядов В.А. Социальная идентификация в кризисном обществе// Социологический журнал. 1994. Т. 0. № 1. С. 35-52.
24. Araujo N. Engendering cosmopolitanism: Gendered narratives of instability and agency // Women's Studies International Forum. 2018. Vol. 67. P. 102-109.
25. Auerbach C.,Silverstein LB. Qualitative data: an introduction to coding and analysis. NYU press, 2003
26. Bartky, S. L. (1997). Foucault, femininity, and the modernization of patriarchal power (pp. pp-61).

27. Bateson G. Steps to an Ecology of Mind: Collected Essays in Anthropology, Psychiatry, Evolution, and Epistemology. University of Chicago Press. 2000
28. Billig M. Ideologies and opinions. London: Sage. 1991.
29. Butler J. Trouble G. Feminism and the Subversion of Identity. N.Y.: Roudledge. 1990.
30. Chen E. Schreier H.M. Socioeconomic status and the health of youth: a multilevel, multidomain approach to conceptualizing pathways // Psychological bulletin. 2012. № 139(3). P. 606-54.
31. Cohen D, Crabtree B. "Qualitative Research Guidelines Project." July 2006. [<http://www.qualres.org/HomeSamp-3702.html>]
32. Combs G.,Freedman J. Narrative, Poststructuralism, and Social Justice Current Practices in Narrative Therapy // The Counseling Psychologist. 2012. № 26. P. 1033-1060.
33. Crossley M.L. Formulating Narrative Psychology: The Limitations of Contemporary Social Constructionism // Narrative Inquiry. 2003. № 13(2). P. 287-300.
34. Crossley M.L. Narrative Psychology, Trauma and the Study of Self/Identity // Theory & Psychology. 2000. Vol. 10. I. 4. P. 527 - 546.
35. DeLamater J.D. Hyde J.S. Essentialism vs. social constructionism in the study of human sexuality // The Journal of Sex Research. 2010. № 35 (1). P. 10-18.
36. Edwards D. Potter J. Discursive psychology. London: SAGE Publ. 1992.
37. Gergen K.J. The saturated self. Dilemmas of identity in contemporary life. N.Y.: Basic books. 1991.
38. Giddens A. Modernity and self-identity. Self and society in the late modern age. Polity Press. 1991.
39. Gordon L.E. Abbott S.A. 2002 A Social Constructionist Essential Guide to Sex // Sexual Lives: Theories and Realities of Human Sexualities. N.Y.: McGraw-Hill. 2002.

40. Habermas T. de Silveira C. The development of global coherence in life narratives across adolescence: Temporal, causal and thematic aspects // *Developmental Psychology*. 2008. № 44. P. 707-721.
41. Henriques J. Hollway W. Urwin C. Venn C. Walkerdine V. *Changing the subject: Psychology, social regulation and subjectivity*. London: Routledge. 1998.
42. Holstein J.A. Gubrium J.F. *The self we live by: Narrative identity in a postmodern world*. N.Y.:Oxford University Press. 2000.
43. Hunter S.V. Analysing and representing narrative data: The long and winding road // *Current Narratives*. 2010. №. 2. P. 44-54.
44. Jaggar A.M. Bordo S. *Gender/body/knowledge: Feminist reconstructions of being and knowing*. Rutgers University Press. 1989.
45. Kang M. Lessard D. Heston L. Nordmarken S. *Introduction to Women, Gender, Sexuality Studies*. N.Y.: Amherst Libraries. 2017.
46. Leaper C. Friedman C.K. The Socialization of Gender. In J. E. Grusec & P. D. Hastings (Eds.), *Handbook of socialization: Theory and research*. 2007. P. 561-587.
47. Marcia J.E. Waterman A.S. Matteson D.R. Archer S.L. Orlofsky J.L. *Ego Identity. A Handbook for Psychosocial Research*. 1993. NY: Springer.
48. Markova L. Kapalkova S. Fenton J. Narrative abilities in early successive bilingual Slovak–English children: A cross-language comparison // *Applied Psycholinguistics*. 2006. Vol. 37. I. 1. P. 145-164
49. Martin C.L. Ruble D.N. Szkrybalo J. Cognitive theories of early gender development // *Psychological bulletin*. 2002. № 128(6). P. 903-933.
50. McAdams D.P. Kate C. McLean K.C. Narrative Identity // *Current Directions in Psychological Science*. 2013. Vol 22. I. 3. P. 233-238.
51. McLean K.C. Breen A.V. Processes and content of narrative identity development in adolescence: gender and well-being // *Developmental Psychology*. 2009. № 45(3). P. 702-710.

52. McLean K.C. Breen A.V. Fournier M.A. Constructing the self in early, middle, and late adolescent boys: Narrative identity, individuation, and well-being // *Journal of Research on Adolescence*. 2010. № 20(1). P. 166-187.
53. McLean K. Pasupathi M. Narrative development in adolescence. *Creating the stories self*. N.Y.: Springer. 2010.
54. McLean K.C. Pasupathi M. L. Pals J.L. Selves Creating Stories Creating Selves: A Process Model of Self-Development // *Personality and Social Psychology Review*. 2007. Vol. 11. I. 3. P. 262-278.
55. McLean K. Pasupathi M. Pratt M.W. Life's little (and big) lessons: Identity statuses and meaning-making in the turning point narratives of emerging adults // *Developmental Psychology*. № 42. P. 714-722.
56. McLean K.C. Shucard H. Syed M. Applying the Master Narrative Framework to Gender Identity Development in Emerging Adulthood // *Emerging Adulthood*. 2016. Vol. 5. I. 2. P. 93-105.
57. Minh-Ha, T. T. Not you/like you: Postcolonial women and the interlocking questions of identity and difference // *Cultural Politics*. 1997. №11. P.415-419.
58. Neimeyer, R. A.. Searching for the meaning of meaning: Grief therapy and the process of reconstruction// *Death studies*. 2000. 24(6), 541-558.
59. Nossel M. *Powered by Storytelling: Excavate, Craft, and Present Stories to Transform Business Communication*. McGraw Hill, 2018
60. *Oxford Dictionary of English* (3 ed.) Oxford University Press. 2010.
61. Pasupathi M. Wainryb C. Developing moral agency through Narrative // *Human Development*. 2010. №53. P. 55-80.
62. Polkinghorne D.E. Narrative Knowing and the Human Sciences // *American Journal of Sociology*. 1988. Vol. 95. №. 1. P. 258-260.
63. Reese E. Jack F. White N. Origins of adolescents' autobiographical memories // *Cognitive Development*. 2010. № 16(4). P. 352-367.

64. Salgado J.Hermans H.J.M. The Return of Subjectivity: From a Multiplicity of Selves to the Dialogical Self // Journal of Applied Psychology: Clinical section. 2005. № 1(1). P. 3-13.
65. Smith J.A. Osborn M. Interpretative phenomenological analysis // Doing social psychology research. 2004. P. 229-254.
66. Shotter J. Conversational Realities: The construction of life through language. Newbury Park: Sage. 1993.
67. Shotter J. The social construction of our inner selves // Journal of Constructivist Psychology. 1997. № 10. P. 7-24.
68. Subramaniam M. Social Movements: Local, National, and Transnational Contexts. N.Y.: Cambridge University Press. 2010.
69. Tajfel Henry. Human Groups and Social Categories: Studies in Social Psychology. 1981. Cambridge University Press. 384 p.
70. White M. Epston D. Narrative means to therapeutic end N.Y.: Norton. 1990.
71. White M. Narratives of therapists' lives. Adelaide, Australia: Dulwich Centre Publications. 1997.
72. Wilkinson. Feminist psychology. Critical psychology. Buckingham: Open University. 1997.
73. Wood W. Eagly A.H. Biosocial construction of sex differences and similarities in behavior // Advances in Experimental Social Psychology. 2012. № 46. P. 55-123.
74. Yekenkural. S. Broken Narratives in the Immigrant Folktale // Current Narratives. 2011. Vol. 1 (3). P. 54-63.

Приложение №1

Структура тренинга рассказывания и слушания персональных историй «Narativ».

1. Приветствие. Смысл тренинга для участников: новый способ рассказывать истории, в Narativ мы верим в «мир», который лучше соединен через повествование и слушания и с помощью тренингов мы создаем этот мир. Кратко рассказываю, про историю работы с этим методом.

2. Установление правил. Необходимые для работы правила: конфиденциальность (не рассказывать об услышанном за пределами данной комнаты) и «здесь и сейчас». Право остановить рассказ: если кто-то начинает рассказывать, то 5 минут спустя может отказаться это делать и сказать: «Нет, не хочу говорить». Человек имеет на это право. Эти правила способствуют созданию «сакрального пространства рассказывания и слушания».

3. Ведущий рассказывает историю о том, почему для него самого повествование и слушание — сакрально и благодарит за слушание участников.

4. Представление метафоры «Narativ»: «Слушание — это сосуд, а повествование — это жидкость. Наша цель здесь, создать хороший сосуд, который сможет удержать истории, которые будут рассказаны сегодня». Цель создать оптимальную среду слушания.

5. Упражнение на устранение преград слушания:

«Закройте глаза. Теперь перенесите внимание на комнату, в которой находимся. Заметьте воздух, звуки, свет, температуру, запах. Заметьте то, чего, может быть, не заметили раньше. Пауза. Перенеситесь на улицу, представьте, что происходит там. Что вы слышите там? Что замечаете? Расширьте слух до того, что происходит снаружи. Пауза. Переместите слух в небо, что вы замечаете там? Пауза. Возвращайтесь в комнату. Пауза. Прислушайтесь к телу. Что первое слышите? Переместите на определенную часть тела. Что если вы слушаете из головы? Из сердца? Из живота? Если есть напряжение, можете ли снять? Пауза. Опять верните слух в комнату, и опять наблюдайте, что обнаруживаете здесь».

Запишите, что было сложно сделать, что легко? Что вы услышали/заметили в этом упражнении?

6. Обсуждение разных преград слушания: средовые, физиологические, внутренние процессы (мысли/эмоции), особенности социального взаимодействия.

7. Упражнение на слушание. Прошу участников представиться группе от первого лица бабушки или дедушки. У вас на это есть 3 минуты. После каждой истории: вопросы. «Каково было слушание? Каково было слушать историю?» В этом упражнении участники учатся рассказывать не подготовленную историю и «доверяться слушателям», из слушания рождается рассказ. Еще важный аспект то, что входе составление своей истории мы можем опираться на наше прошлое, на то «наследие», которое оставили нам наши предки. Это один из аспектов хорошей истории: знать, откуда мы, наши корни.

8. Перерыв.

9. Презентация метода. Главный тезис этого метода — рассказывать только то, что случилось. Для этого есть техника использование камеры «что случилось», которая работает не как обычная камера, а улавливает 5 видов чувств (тактильное ощущение, вкус, запах, слух, зрение). В методе не используются слова описывающие эмоции, мысли, желание, так как это камера не может «увидеть». Практика переделывать подготовленные предложения-примеры используя камеру.

10. Упражнение на составление карты истории. Это упражнение нужно для того, чтобы:

-участники почувствовали, что такое 4 минуты.

-понимали отношение к началу, середине, концу

-начали понимания как структурировать историю

Инструкция: «Прошу всех встать и отодвинуть стулья, мы будем использовать все пространство для этого упражнения. Почувствуете свое тело, тело в этом пространстве. Выберите точку, которое будет ваше начало. Перейдите туда, пожалуйста. Пауза. Найдите себе место в комнате. Посмотрите, где вы сейчас. Это ваше начало. Пауза. Посмотрите по комнате и где-нибудь выберете конец. Просто остановите на этом месте свой взгляд и скажите себе «это конец». У всех есть конец? Пауза.

Теперь у вас есть 4 минуты для того, чтобы дойти от начала до конца. У вас целых 4 минуты, чтобы пройти любой путь, который хотите. Пожалуйста, начните свой путь туда. Пауза. (После 1 минуты) Пожалуйста, все остановитесь. Что вы заметили: как быстро вы ушли от начала? Какое ваше отношение к началу теперь? Продолжайте двигаться к концу. Пауза. (1 мин. 30 секунд) Теперь какое у вас отношение к концу? Чувствуете ли вы, что вас притягивает конец, что вы целенаправленно туда идете? Пожалуйста, продолжайте двигаться. Пауза. (2 минуты) Вы сейчас находитесь на середине. Посмотрите назад и как вы чувствуете про то, где вы сейчас. Как вы чувствуете о том, как вы быстро отошли от начала? И как быстро приближаетесь к концу? Посмотрите, как относитесь к концу? Начните двигаться к концу. Пауза. (3 минуты) Не надо останавливаться, какое отношение у вас сейчас к концу? Спешите? Или спокойно идете? У вас одна минута. Пауза. (3 минуты 30 секунды) Какое отношение сейчас к концу? У вас 30 секунд. Понаблюдайте за собой, спешите? Он вас притягивает? Пауза. (4 минуты) Остановитесь там где вы есть.»

Вопрос для обратной связи: «Есть кто-то, кто не дошел до конца? Кто-нибудь поменял свой конец? Как вы относились к концу? Что это упражнение дало вам про понимание повествования? Рассказываю про важные составляющие истории: начало, середина (кульминация), конец.

Для начала структурирование истории надо найти свое начало и свой конец. Это должно быть предложение в методе «что случилось».

11. Переход к конструированию историй (в рамках данной работы, рассказ историй про женственность). Инструкция: «Расскажите вашу историю про вступление в женственность».
12. Работа индивидуальная над историями. (30 минут)
13. Рассказ историй по очереди.
14. Обратная связь участников-слушателей (без оценки): как было слушать, что зацепило. Тренер дает обратную связь по методу, что можно исправить, улучшить, что получилось.
15. Завершающий круг. Обратная связь по тренингу от участников.
16. Возвращение в пространство, в «здесь и сейчас», «снимаем сакральное пространство» повествования и слушания. Участники заполняют анкету с контактами и социально-демографическими данными.
17. Благодарность за проделанную работу. Просьба собрать схожим образом историю своей матери, про ее вхождение в женственность, чтобы на пост-тренинговом интервью рассказать.

Приложение №2

Структура пост-тренингового полуструктурированного интервью

В пост-тренинговом интервью были основными следующие вопросы:

- 1) Что Вы помните с тренинга? Ваше отношение к тренингу? Что ярче запомнилось? Что вызывало трудности?
- 2) Каково было быть в группе людей и слушать истории других?
- 3) Всплыли ли у Вас еще истории помимо той, которую Вы рассказали?
- 4) Вы узнали что-нибудь новое про себя? Про гендер? Появились ли у вас новые представления о женственности, исходя из того, что другие говорили?
- 5) Какие еще темы входят в Ваше понимание женственности?
- 6) Кто больше всего повлиял на формирование женственности? Какую роль образ мамы играет в формирование женственности? Как Вы относитесь к этому?
- 7) Будете ли Вы использовать что-то из тренинга в будущем?