УДК 159.953.34:82-94 DOI 10.31429/26190567-27-2-6-18

ЖИЗНЕННЫЕ ПЕРЕМЕНЫ В АВТОБИОГРАФИЧЕСКИХ ВОСПОМИНАНИЯХ ЛИЧНОСТИ

З. И. Рябикина, Ю. Б. Шлыкова

Рябикина Зинаида Ивановна
Эл. почта: z.ryabikina@yandex.ru. ORCID 0000-0001-7396-0115

Шлыкова Юлия Борисовна
Эл. почта: magnoly@mail.ru. ORCID 0000-0002-6386-7192

Кубанский государственный университет, Ставропольская ул., 149, Краснодар, 350040, Россия.

Аннотация. В статье представлено исследование отношения личности к жизненным переменам через анализ автобиографических воспоминаний. Личность рассматривается авторами как субъект собственного бытия, что определяет восприятие, оценку и переживание ею жизненных перемен. В статье подчеркивается активность личности в освоении ситуаций жизненных перемен. Транзитивность мира в таком ключе выступает и как возможность для расширения со-бытия личности с окружающим миром, и как условие реконструкции личностных пространств бытия и целостности самой личности. Процесс расширения Я в большей степени представлен на стадиях юношества и ранней зрелости онтогенеза, в связи с этим выборку эмпирического исследования составили респонденты юношеского возраста. В качестве инструмента, позволяющего раскрыть субъектную активность личности в ситуации жизненных перемен, использован структурно-содержательный анализ автобиографических воспоминаний. Предложены конкретные критерии анализа воспоминаний: число событий-перемен в тексте, валентность события, содержание события, возраст события, стратегии совладания с событием, широта описания события, позиция по отношению к событию, социально значимые события. По результатам анализа воспоминаний выявлены некоторые особенности переживания личностью жизненных перемен, отраженные в автобиографических воспоминаниях. Основные выводы эмпирического исследования показали, что в юношеском возрасте у личности есть готовность к жизненным переменам, ведущие стратегии совладания с жизненными переменами и потребность в социальной поддержке в ситуации жизненных перемен. В целом представленное исследование показывает активность личности как в ситуации взаимодействия с жизненными переменами, так и в процессе их переосмысления, включения в историю собственной жизни.

Ключевые слова: личность, субъект, события жизни, жизненные перемены, автобиографические воспоминания, критерии оценки воспоминаний.

Для цитирования: Рябикина З. И., Шлыкова Ю. Б. Жизненные перемены в автобиографических воспоминаниях личности. *Южно-российский журнал социальных наук*. 2026. Т. 27. № 2. С. 6–18.

Введение

Несомненным научным фактом в современной науке является усиление значимости проблем транзитивности и неопределенности современного мира в их глобальном проявлении. Данная проблема активно разрабатывается и в современной психологии личности (Битюцкая, 2025; Колантаевская, Гришина, Базаров, 2020; Леонтьев, Моспан, 2022; Марцинковская, 2015; Рябикина, 2017). Однако очевидным становится и тот факт, что большинство исследователей ориентируются на внешне задаваемые факторы нестабильности и готовности личности в них существовать, с ними совладать, их принимать (Битюцкая, 2025; Паукова, 2014; Леонтьев, Моспан, 2022; Сапогова, 2024). Такой подход, несомненно, актуален и перспективен. Но при таком взгляде на проблему теряется сама личность, личность как субъект собственной жизни,

собственного бытия. Не мы как представители научного сообщества определяем степень противоречивости и сложности окружающего мира. И не мы определяем готовность или неготовность современного человека к преодолению и совладанию с этими сложностями. Личность как субъект бытия — вот источник восприятия, переживания и трансформации мира, в котором она живет. В нашей работе мы рассматриваем личность как центральную точку переживания мира. Мы считаем, что именно личность решает, какова степень неопределенности ее жизни, а также рождает отношение к неопределенности и готовность осваивать новое в собственной жизни.

Субъективное отношение личности к изменениям, происходящим в её жизни, не является линейным и однозначным как по определению самого отношения, так и в рамках понимания осмысленности жизни. Кроме того, переживание личностью собственного бытия является сложным сочетанием объективных и субъективных компонентов (Знаков, 2025; Леонтьев, 2022; Рябикина, 2005, 2017; Шлыкова, 2006). Не сложно представить, что люди по-разному воспринимают жизненную неопределенность и перемены, к которым они не готовились. Для одних неопределенность — это тревожность, стресс, страх. Но для других — возможности, перемены, поиск себя.

Если обратиться к реальному проявлению неопределенности в жизни человека, то наиболее близким оказывается переживание жизненных перемен. Жизненные перемены мало изучены в таком виде в психологии (Битюцкая, 2025), но максимально широко представлены в проблемах жизненного пути, стратегий жизни, сложных жизненных ситуаций, совладающего поведения и многих других фундаментальных проблемах психологии (Гришина, 2020; Кроник, Ахмеров, 2022; Логинова, 1985).

Очевидно, что жизненные перемены могут быть внешними, социальными, привносимыми извне, которые личностью изначально воспринимаются. Но могут быть и внутренними, личностными, происходящими в смысловой сфере самой личности, порождаемые её мотивами и смыслами. Перемены могут быть запланированными, ожидаемыми, неожиданными; также можно представить их валентность — от приятных до трагических; перемены рассматриваются через призму их ожидания и так далее (Битюцкая, 2025; Клементьева, 2014; Колантаевская, Гришина, Базаров, 2020; Паукова, 2014). Но все эти виды сходятся в единой точке — личности как субъекте жизнедеятельности, бытия.

В широком понимании личность в ситуации перемен, изменчивости, неопределенности расширяет пространства собственного бытия. Так, Д. А. Леонтьев указывает на то, что «…возможное характеризует зону человеческой свободы и ответственности» (Леонтьев, 2022).

В. В. Знаков говорит о неопределенности как о среде, «в которой формируется возможностное мышление. …в процессе его развития познающий субъект анализирует „возможное“ не как выбор одной альтернативы из нескольких, а как некий бесконечно богатый потенциал, спектр возможностей…» (Знаков, 2025).

Такое понимание готовности личности к расширению собственного бытия направляет нас к пониманию транзитивности мира как основы для расширения Я личности. В основах психологии развития человека Л. С. Выготский указывает на полную беспомощность новорожденного человека, эволюционная функция которой — создание условий для безграничных возможностей прижизненной вариативности механизмов и условий развития (Выготский, 1984).

Таким образом, мы видим, что есть фундаментальные предпосылки стремления человека к развитию в преобразовании и освоении всё больших бытийных сфер.

Однако расширение собственных границ бытийности носит идентификационный характер, направлено на поиск собственного Я. Обретя себя, сформировав устойчивую идентичность, личность стремится к сохранению целостности, которая многими авторами, такими как Г. Олпорт, К. Роджерс, С. Л. Братченко, описывается как основная характеристика психологически зрелой личности (Братченко, Миронова, 1997; Паттурина, 2006). Потребность в сохранении целостности Я может актуализироваться в ситуациях перемен и неопределенности жизни. Психологически зрелая личность становится способной к сознательному выбору тенденции жизнедеятельности: расширению Я с включением нового опыта или ограничению воздействия новой ситуации на собственные структуры.

Способность и готовность совершать подобные выборы мы связываем с пониманием процесса адаптации в концепции Ж. Пиаже, в которой адаптация представлена как целесообразное применение процессов ассимиляции и аккомодации при познании внешнего мира (Пиаже, 1994).

Таким образом, мы можем говорить о том, что готовность личности развиваться или сохранять устойчивость в ситуации перемен имеет предпосылки в самой психической природе человека. Однако процесс функционирования человека в ситуации перемен часто носит и конфликтный, деструктивный характер. Проблема возникает тогда, когда нет согласованности развития одной личности в системе отношений с другими такими же личностями, имеющими собственные потребности, намерения, цели, ценности, смыслы.

В логике субъектно-бытийного подхода мы связываем усиление транзитивности общества с возрастающей субъектностью личности (Рябикина, 2017). Но очевидна и обратная сторона: нарушается согласованность субъектных преобразований действительности в процессе со-бытия как совместной реализации жизненных задач разных людей. Избыточная активность единичной личности в желании преобразовать мир под собственные потребности приводит к невозможности осуществления себя в социальном взаимодействии (Рябикина, 2017).

Рассмотрение личности как субъекта жизненных перемен и ситуации неопределенности предполагает в первую очередь понимание стратегий взаимодействия с ситуацией с целью ее освоения. Использование термина «освоение» в понимании Л. С. Выготского (Выготский, 1986) как механизма интериоризации позволяет рассматривать готовность и способность личности преобразовать ситуацию жизненных изменений в собственный опыт и включить её в процесс со-бытия, взаимодействия с миром.

Личность в таком ракурсе предстает не как пассивная жертва обстоятельств, что зачастую встречается в современных исследованиях, а как автор и источник преобразования ситуации изменений в жизненный опыт и ресурс самоактуализации.

Чтобы раскрыть хотя бы часть механизма субъектной активности личности в ситуации неопределенности, необходимо понять, какие ситуации личность воспринимает как неопределенность и/или жизненные перемены, как относится к возникающим переменам и какие стратегии использует для преобразования жизненных изменений в собственный опыт.

Процедура анализа автобиографических воспоминаний

Ответы на поставленные вопросы требуют длительных, глубоких и масштабных исследований. В нашей статье мы обратимся к отдельному методологическому

приему, способному частично проанализировать содержание отношения личности как субъекта собственной жизни к происходящим переменам. Таким приемом в нашей работе стал анализ автобиографических воспоминаний личности.

Автобиографические воспоминания личности давно исследуются в разных психологических подходах. Автобиография рассматривается как вид памяти (Нуркова, 2000; Conway, 2003; Bluck, 2003), как история жизни (Логинова, 1985; Сапогова, 2024; Ross, Hutchison, Cunningham, 2020), как смысловая единица жизни личности (Кроник, Ахмеров, 2022; Нуркова, 2000; Nelson, 2003). Мы рассматриваем автобиографические воспоминания как результат и процесс переживания личностью смысла своего бытия в мире (Шлыкова, 2006). Автобиографические воспоминания в нашем представлении отражают жизненный путь или его отдельные эпизоды как представленность со-бытия личности. Автобиографические воспоминания как со-бытие демонстрируют результат и процесс преобразования жизненных ситуаций в отдельные личностно значимые события и далее в образ себя и мира в самосознании личности, в со-бытие как единое существование личности в системе отношений с миром (Клементьева, 2014; Логинова, 1985; Сапогова, 2024; Шлыкова, 2006; 2010; 2026).

В автобиографическом тексте, будь то воспоминания, дискурсы, тексты, сконструированные на основе личного опыта образы себя и мира вокруг, представлен процесс освоения (Выготский, 1984) реальности и преобразование её в со-бытие. И этот процесс возможен лишь при активном участии личности с позиции субъекта. В нашем понимании со-бытие представлено как включенность в бытие, причастность к бытию, существование вместе с бытием, в связи с ним и в зависимости от него (Пигалев, 2000).

Рассмотрение нами автобиографических воспоминаний личности базируется на ряде посылов:

— личность активна в конструировании бытия и преобразовании его в со-бытие посредством автобиографических воспоминаний (Исполатова, Николаева, 1999; Сапогова, 2024; Nelson, 2003; Ross, Hutchison, Cunningham, 2020; Wilson, Ross, 2003);

— автобиографические воспоминания одновременно и ретроспективны как отражение истории жизни личности, и перспективны (как направленность мотивационно-смысловой сферы), и актуальны (как переживание образа себя и мира в момент рефлексии воспоминаний) (Клементьева, 2014; Нуркова, 2000; Сапогова, 2024; Шлыкова, 2006; Bluck, 2003; Conway, 2003);

— осмысление жизненных перемен по своей природе является ситуацией расширения со-бытийности личности (Знаков, 2025; Леонтьев, 2022; Рябикина, 2017; Сапогова, 2024; Шлыкова, 2026).

В целом мы можем говорить о том, что личностная автобиография является сложным процессом, включающим базовые осознаваемые и неосознаваемые механизмы и тесно связанным с фундаментальными психологическими явлениями: высшими психическими функциями, ценностно-смысловой системой, идентичностью, социальным взаимодействием, экстериоризацией и интериоризацией и др.

Представленное исследование направлено на изучение жизненных перемен, включённых в автобиографические воспоминания личности как субъекта бытия.

Целью исследования стало рассмотрение структурно-содержательных особенностей воспоминаний личности о ситуациях жизненных перемен. Мы не стали задавать специальные стимульные воспоминания о жизненных переменах, так как,

во-первых, мы хотели оценить частоту встречаемости данных ситуаций в общих, нетематических автобиографических текстах; во-вторых, опыт работ с автобиографическими текстами показывает, что авторы сами указывают на ситуации жизненных перемен в воспоминаниях. В связи с этим нами анализировались общие нетематические автобиографические тексты 58 респондентов. Мы ограничили выборку респондентами возраста поздней юности по классификации В. С. Мухиной (20–25 лет), так как стратегии реконструкции опыта жизненных перемен могут различаться в разных возрастных группах в связи с возрастными и поколенческими особенностями, анализ которых не входил в задачи представленного исследования.

Особенностью работы с автобиографическими текстами является многоэтапная обработка и анализ данных:

— выделение в автобиографических текстах событий, связанных с жизненными переменами (указываемые самими авторами);

— анализ воспоминаний о переменах по описанным в ранних работах критериям (активность по отношению к событию, частота встречаемости местоимений, временная форма описания, образ значимого Другого, ведущее бытийное пространство, преобладание Я или Мы ситуации и др.), направленным на определение структурных особенностей автобиографических воспоминаний (Шлыкова, 2006–2026);

— выявление особенностей воспоминаний, отличающих их от общего контекста автобиографии;

— поиск описаний стратегий преобразования ситуаций перемен в автобиографический со-бытийный опыт;

— описание стратегий или типов субъектного преобразования перемен в со-бытийный опыт личности.

Первичная обработка автобиографических текстов позволила нам выделить следующие критерии для контент-анализа:

— число событий-перемен в тексте;

— валентность события (позитивное / негативное / нейтральное);

— содержание события;

— возраст события (дошкольное детство / школьный период / настоящее);

— стратегии совладания с событием;

— широта описания события (указание на событие / краткое описание / развернутое описание);

— позиция по отношению к событию (активная / пассивная / созерцательная);

— социально значимые события (включены / не включены в описание).

Выбор данных критериев обоснован целью исследования и предполагал возможности критериев обнаружить особенности отношения личности к жизненным переменам и механизмы преобразования ситуации перемен в жизненный опыт.

Анализ результатов эмпирического исследования

Полученные результаты анализировались нами по выделенным в автобиографиях критериям.

Число событий-перемен в тексте. Всего в 58 текстах было представлено 255 событий, указанных авторами как жизненные перемены («*всё изменилось, когда мы переехали в…*», «*наконец, у меня родилась сестра и моя жизнь заиграла новыми проблемами…*», «*несмотря на все проблемы, я поступила в вуз…*», «*здесь у меня появились первые отношения…*»). Среднее число событий 4,4 на одного человека. Распределение

частоты текстов показало, что чаще всего (70,7% текстов) автобиографии представлены 3–5 жизненными событиями, рассматриваемыми респондентами как жизненные перемены. Также встречаются тексты, в которых перемены представлены более чем пятью событиями (22,4% текстов). Респондентов, у которых в текстах меньше трех событий или совсем не описаны перемены в жизни, крайне мало.

Мы можем говорить о том, что особенность жанра конструирования автобиографии ориентирована на создание устойчивой структуры Я-концепции в автобиографическом описании, которая предполагает 3–5 ключевых переломных момента в жизни. Увеличение числа перемен в автобиографии может говорить о повышении напряженности в отношении к переменам, а уменьшение числа событий-перемен — об их отрицании или вытеснении.

Валентность события. В нашей выборке указания на негативные или позитивные перемены в жизни разделились практически поровну. 44,3% событий описаны как позитивные, 51,4% представлены негативными событиями. Небольшое число респондентов указывало на наличие перемен, которые не оценивались. Мы видим, что в юношеском возрасте перемены представлены эмоционально насыщенными событиями, и автобиография заполняется как позитивно переживаемыми переменами («*перейдя в новую школу, я стала лучшей ученицей, чем и горжусь*», «*поворотным событием… стало рождение моей племянницы, которую я очень ждала*»), так и негативными ситуациями («*в семье начались серьёзные проблемы…*», «*вместе с ним из моей жизни ушел целый кусок…*», «*я до сих пор не могу пережит этого и говорить о…*»). Возможно, юношеский возраст характеризуется поиском устойчивого отношения к жизненным переменам и завершению формирования устойчивой Я-концепции.

Содержание события. Нами были выделены тематически наполненные группы событий, которые авторы указывали как жизненные перемены. Лидирующими темами жизненных перемен выступили поступление в школу (13,3% всех событий-перемен) и поступление в вуз (16,9% событий). Остальные группы тем представлены меньшим числом: переезд (9%), смерть близкого человека (7,1%), смерть родственника (7,8%), рождение родственника (4,7%), новые любовные отношения (8,6%), физические травмы (5,1%), психологические травмы (4,7%). Остальные события представлены единичными случаями. Мы видим, что в тематике воспоминаний о жизненных переменах преобладают общие для всех людей возрастные изменения. Это удобные конструкты-события, отталкиваясь от которых можно структурировать собственный жизненный путь и актуализировать переживание собственной динамики, развития. Также присутствуют вневозрастные события, связанные с обретением и потерей близких людей. Отметим и отражение актуальной задачи поздней юности — обретение глубоких любовных отношений.

Возраст события. По данному критерию события были разделены на дошкольное детство (11,4% событий), события школьного периода (49%) и события актуальные (40,8%). События дошкольного детства представлены только очевидными переменами (переезды, потеря родственника, травма), так как это период, когда воспоминания не рассматриваются в момент свершения как часть личной истории и встраиваются в контекст жизненного пути уже ретроспективно, в более сознательном возрасте. Акцент на событиях актуального жизненного периода отражает особенности возраста, когда биографическое содержание насыщается субъективным настоящим. Отметим наблюдение, что в школьный период чаще помещаются негативные перемены, а позитивные (обучение в вузе, новые отношения, новые

друзья) чаще описываются в субъективном настоящем, что тоже является особенностью конструирования автобиографического материала (Исполатова, Николаева, 1999; Кроник, Ахмеров, 2022; Нуркова, 2000; Conway, 2003; Demiray, Janssen, 2015; Niedwieska, A., Wiey, 2010; Wilson, Ross, 2003).

Стратегии совладания с событием. Данный параметр не соотносился изначально с общеизвестными копинг-стратегиями, но совпадения были обнаружены. Самые часто встречающиеся стратегии поведения в ситуации жизненных перемен — обращение к социальному окружению (29,4% всех событий: «*друзья были для меня всем…, были моей отдушиной*», «*только моя учительница поверила в меня и помогала до самого поступления*», «*папа поддержал меня и тогда, он такой человек…*») и активное преодоление сложностей (28,6%: «*туда я ходила сама, так как старалась помогать маме…*», «*я часами сидела за учебниками…*»). Далее примерно с одинаковой частотой встречаются переосмысление жизненного опыта (18,8%: «*сейчас я уже понимаю, что, придя в этот мир, я…*», «*было не легко…, но сейчас я благодарна…*», «*было очень тяжело…, но через время я поняла…*») и усиление значимости другого человека (16,9%: «*огромное влияние на становление меня как человека оказали мои…*»). Остальные стратегии единичны. Очевидно, что социальная поддержка и личная активность являются ведущими стратегиями проживания жизненных перемен как минимум в юношеском возрасте. Также отметим, что пассивных стратегий значительно меньше, чем активных. Это свидетельствует о становлении субъектности личности в ситуации жизненных перемен.

Широта описания события. Данный критерий оценивался нами как готовность респондента разделить свои переживания жизненных перемен с другим человеком, в нашем случае — с психологом-преподавателем. Для большинства респондентов характерно краткое описание ситуации жизненной перемены (50,2%). Возможно, это особенность возраста, когда событие еще не до конца встроено в систему конструкта собственного Я и своей жизни. Также причиной сжатия события может быть негативный характер самого события, что не вызывает желания подробно его описывать. Развернутое описание коснулось 27,1% воспоминаний. Чаще всего это были позитивные жизненные перемены, а также отметим подробное описание ситуации физической травмы. Акцент на физических ощущениях и опыте травматизации характерен для автобиографических воспоминаний младших школьников (Шлыкова, 2026). А вот указание на событие без его описания встречается в 23,5% воспоминаний о переменах и чаще всего относится к психологически травмирующим событиям или к событиям нейтрально окрашенным. Мы можем говорить о том, что если событие включено в автобиографию как часть личной истории человека, то есть и потребность разделить эти воспоминания с кем-то еще, пусть даже просто обозначить то, что такое событие имело место быть и я его пережил.

Позиция по отношению к событию. Далее нами анализировался традиционный для автобиографических текстов критерий активности автора в описываемом событии (Шлыкова, 2006). Для всей совокупности автобиографических событий активность автора является преобладающей позицией в силу особенностей жанра и субъектности личности в отношении собственной истории: «*я пошла в школу… и довольно быстро научилась общаться со школьниками…*», «*я многое тогда делала назло родителям…*», «*я воспитывала его и постоянно таскала его за собой…*». Пассивная позиция чаще усиливается при воспоминании событий дошкольного детства: «*родители меня постоянно оставляли у бабушки…*», «*меня любили и очень оберегали…*»

(Шлыкова, 2006) или при описании ситуации негативных событий собственной жизни: «*ЕГЭ немного убило меня…*», «*этой возможности меня лишили…*» (Шлыкова, 2010, 2026). В случае с событиями-переменами, активная (40%) и пассивная (48,6%) позиции представлены в одинаковом соотношении. Не трудно догадаться, что позитивные перемены будут чаще описываться через активность самого автора, а негативные события — через его подчинение другим людям или обстоятельствам. Это общая тенденция конструирования автобиографических воспоминаний (Исполатова, Николаева, 1999; Conway, 2003; Demiray, Janssen, 2015; Niedwieska, A., Wiey, 2010; Ross, Hutchison, Cunningham, 2020), направленная на снятие внутриличностного напряжения. Мы предполагаем, что работа по реконструкции травмирующего опыта из пассивного подчинения к субъектному проживанию опыта может привести к более эффективным способам переживания опыта травмирующих событий.

Социально значимые события. Данный критерий для наших исследований новый. Мы предположили, что при описании значимых жизненных перемен авторы могут указывать на события более широкого социального контекста, частью которого они становятся. Однако наши предположения не подтвердились. Только в 3% текстов есть указания на социально значимые события (как правило, это переезд или потеря близкого в связи с пандемией или СВО). Отсутствие упоминаний о социально важных переменах мы связываем с возрастом респондентов. В юношеском возрасте жизненный путь еще достаточно эгоцентричен, и более масштабные события включаются в общую автобиографию, только если они непосредственно касаются самого автора. Также следует отметить вид анализируемой автобиографии. Мы не задавали специальной инструкции вспоминать жизненные перемены. Нами изучались общие автобиографии и включенные в них ситуации жизненных перемен. Мы предполагаем, что конкретизация задач исследования до описания воспоминаний о жизненных переменах приведет к использованию авторами общесоциальных событий в качестве опорных событийных точек при описании своей жизни.

Выводы эмпирического исследования

Эмпирическое исследование позволило нам рассмотреть некоторые аспекты представленности ситуации жизненных перемен в автобиографических воспоминаниях личности на примере юношеского возраста. Основные выводы:

— в юношеском возрасте жизненные перемены включают в себя и позитивные события, и негативные. Это важный аспект, указывающий на то, что страх перемен и жизненной неопределенности не является базовым для личности, следовательно, можно искать причины этого страха и методы его коррекции, трансформации в индивидуальный опыт совладания;

— уже в юношеском возрасте отчетливо видны достаточно устойчивые стратегии совладания с ситуациями жизненных перемен (поиск социальной поддержки, переоценка опыта), а также механизмы психологической защиты (отдаление во времени, минимизация описания, экстернализация источника негативных событий). И если они могут развиваться спонтанно, значит могут формироваться и целенаправленно;

— очевидной является важность социальной поддержки личности в ситуации жизненных перемен. В связи с этим становится очевидной необходимость создания поддерживающей среды, которая как минимум может быть ориентирована

на перемены, затрагивающие большое число людей, а также нацелена на индивидуальное консультирование.

Заключение

Подводя итог исследованию автобиографических воспоминаний личности о жизненных переменах, мы можем ещё раз констатировать, что ситуации перемен включаются в структуру автобиографии личности как обязательный компонент переживания собственной динамики, включённости в бытие. Проведенное исследование показало оправданность и перспективность субъектно-бытийного подхода к проблеме отношения личности к жизненным переменам и транзитивности бытия. Личность не просто отражает происходящие в её жизни перемены. Уже в юношеском возрасте, а мы уверены, что и раньше, у личности актуализируются механизмы преобразования жизненных перемен в собственный опыт со-бытия. Даже использование пассивной позиции в отношении событий собственной жизни является способом активного сохранения целостности Я. Очевидной становится способность личности к выбору стратегий взаимодействия с ситуациями неопределенности и жизненных перемен. Выявленные стратегии и способы оценки перемен, характерные для юношеского возраста, могут и закономерно будут трансформироваться как в аспекте возрастных изменений, так и в соответствии с динамикой личностных смыслов.

Таким образом, мы видим, что в структуре личности заложены механизмы освоения бытия в любых его проявлениях, в том числе и в ситуациях непредвиденных и негативных перемен. Ситуация неопределенности становится тревожной или неприемлемой тогда, когда личность чувствует возможность утраты собственной целостности, когда теряется опора в виде социальной поддержки, нарушается аутентичность бытия, рассогласовываются ведущие мотивы и имеющиеся возможности. Все эти аспекты поддаются переосмыслению, реконструкции и восстановлению, что говорит о возможности возвращения личности к тем механизмам переживания перемен, которые обеспечивают ей непрерывное развитие, устойчивость и самоактуализацию на протяжении всего жизненного пути.

Библиографический список

Битюцкая, Е. В. (2025). Восприятие жизненных изменений: структура ситуации и этапы принятия перемен. *Национальный психологический журнал*, 4(20), 103–116. DOI: 10.11621/npj.2025.0408

Братченко, С. Л., Миронова, М. Р. (1997). Личностный рост и его критерии. В *Психологические проблемы самореализации личности* (сс. 38–46). Санкт-Петербург: СПбГУ.

Выготский, Л. С. (1984). *Проблема возраста*. Москва: Педагогика.

Гришина, Н. В. (2020). Жизненное событие: сила обстоятельств и авторство личности. *Вестник Московского государственного областного университета*, 4, 164–182. DOI: 10.18384/2224-0209-2020-4-1045

Знаков, В. В. (2025). *Возможностное мышление: Психология понимания прошлого и будущего*. Москва: Институт психологии, Российская академия наук.

Исполатова, Е. Н., Николаева, Т. П. (1999). Модифицированная техника анализа ранних воспоминаний личности. *Вопросы психологии*, 1, 69–76.

Клементьева, М. В. (2014). Исследование биографической рефлексии в ситуациях жизненных изменений. *Известия ТулГУ. Гуманитарные науки*, 3, 62–73.

Колантаевская, А. А., Гришина, Н. В., Базаров, Т. Ю. (2016). Стилевые особенности самодетерминации в ситуации жизненных изменений. *Вестник СПбГУ. Серия 16. Психология. Педагогика*, 4, 51–62.

Кроник, А., Ахмеров, Р. А. (2022). *Каузометрия: Методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути*. Москва: Смысл.

Леонтьев, Д. А. (2022). К психологии возможного: антропологический, детерминистский, аксиологический и экзистенциальный контексты. *Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология*, 12(2), 111–121. DOI: 10.21638/spbu16.2022.201

Логинова, Н. А. (1985). Жизненный путь человека как проблема психологии. *Вопросы психологии*, 1, 103–109.

Марцинковская, Т. Д. (2015). Современная психология — вызовы транзитивности. *Психологические исследования*, 8(42), 1–10.

Нуркова, В. В. (2000). *Свершенное продолжается: Психология автобиографической памяти личности*. Москва: УРАО.

Паттурина, Н. П. (2006). Проблема зрелости в современной психологии. *Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена*, 7(17), 113–126.

Паукова, А. Б. (2014). Психологическая поддержка в процессе жизненных изменений. *Вестник КРАУНЦ. Гуманитарные науки*, 2(24), 55–60.

Пиаже, Ж. (1994). *Избранные психологические труды*. Москва: Международная педагогическая академия.

Пигалев, А. И. (2000). Мир человека между «законом» и «событием». *Мир психологии*, 4, 8–12.

Рябикина, З. И. (2017). Личность как субъект бытия в условиях нарастающих изменений реальности. В *Фундаментальные и прикладные исследования современной психологии: Результаты и перспективы развития* (сс. 807–815). Москва: Институт психологии РАН.

Рябикина, З. И. (2005). Личность как субъект формирования бытийных пространств. В *Субъект, личность и психология человеческого бытия* (сс. 45–58). Москва: Институт психологии РАН.

Сапогова, Е. Е. (2024). Иррациональность как ресурс совладания с неопределенностью. *Научно-педагогическое обозрение*, 3(55), 90–99. DOI:10.23951/2307-6127-2024-3-90-99

Шлыкова, Ю. Б. (2010). Особенности автобиографических текстов родителей в ситуации тяжелого заболевания ребенка. *Человек. Сообщество. Управление*, 3, 32–42.

Шлыкова, Ю. Б. (2006). *Переживание личностью смысла бытия и тип автобиографического текста* (Кандидатская диссертация). Краснодар.

Шлыкова, Ю. Б. (2026). Автобиографические воспоминания в младшем школьном возрасте. *Проблемы современного педагогического образования*, 90(2), 424–427. DOI:10.24412/2304-120X-2026-12006

Bluck, S. (2003). Autobiographical Memory: Exploring Its Functions in Everyday Life. *MEMORY*, 11(2), 113–123. DOI: 10.1080/741938206

Conway, M. A. (2003). Cognitive-affective mechanisms and processes in autobiographical memory. *MEMORY*, 11(2), 217–224. DOI: 10.1080/741938205

Demiray, B., Janssen, S. M. J. (2015). The Self-enhancement Function of Autobiographical Memory. *Applied Cognitive Psychology*, 29, 49–60.

Nelson, K. (2003). Self and Social Functions: Individual Autobiographical Memory and Collective Narrative. *MEMORY*, 11(2), 125–136. DOI: 10.1080/741938203

Niedwieska, A., Wiey, M. (2010). The Self-Defining Function of Recalling Personal Memories and Identity Status. *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 10, 304–310. DOI: 10.1080/15283488.2010.523318

Ross, J., Hutchison, J., Cunningham Sh. J. (2020). The Me in Memory: The Role of the Self in Autobiographical Memory Development. *Child Development*, 91(2), e299-e314. DOI: 10.1111/cdev.13211

Wilson, A. E., Ross, M. (2003). The Identity Function of Autobiographical Memory: Time Is on Our Side. *MEMORY*, 11(2), 137–149. DOI: 10.1080/741938210

Статья поступила в редакцию 10.02.2026
Статья принята к публикации 20.03.2026

LIFE CHANGES IN PERSONAL AUTOBIOGRAPHICAL MEMORIES

Z. I. Ryabikina, Yu. B. Shlikova

Zinaida I. Ryabikina
E-mail: z.ryabikina@yandex.ru. ORCID 0000-0001-7396-0115

Yulia B. Shlikova
E-mail: magnoly@mail.ru. ORCID 0000-0002-6386-7192

Kuban State University, Stavropolskaya St., 149, Krasnodar, 350040, Russia

Abstract. The article examines individuals' attitudes toward life changes through the analysis of autobiographical memories. Personality is conceptualized as an active subject of one's own existence, which shapes the perception, evaluation, and experience of life changes. Particular emphasis is placed on the individual's agency in navigating and integrating situations of change. From this perspective, the transitivity of the contemporary world can be regarded both as an opportunity to expand the individual's modes of being in relation to the surrounding world and as a condition for the reconstruction of personal spaces of existence and the integrity of the self. Since the process of self-expansion is particularly pronounced during adolescence and early adulthood, the empirical study focused on adolescent respondents. Structural and content analysis of autobiographical memories was employed as a methodological tool for examining individual agency in situations of life change. The following criteria for analyzing autobiographical memories were identified: the number of life-change events mentioned in the narrative, event valence, event content, age at the time of the event, coping strategies, elaboration of the event description, the individual's position in relation to the event, and references to socially significant events. The analysis revealed several characteristics of how individuals experience life changes as reflected in their autobiographical memories. The findings indicate that adolescence is characterized by a readiness for life changes, the predominance of particular coping strategies, and a need for social support when confronting change. Overall, the study demonstrates individual agency both in responding to life changes and in subsequently reinterpreting these experiences and integrating them into one's personal life narrative.

Keywords: personality, subject, life events, life changes, autobiographical memories, criteria for evaluating memories

For citation: Rybikina Z. I., Shlikova Yu. B. Life Changes in Personal Autobiographical Memories. *South-Russian Journal of Social Sciences*. 2026. Vol. 27. No. 2. Pp. 6–18.

References

Bityutskaya, E. V. (2025). Vospriyatie zhiznennykh izmenenii: struktura situatsii i ehtapy prinyatiya peremen [Perception of Life Changes: The Situation Structure and Stages of Accepting Change]. *Natsional'nyi psikhologicheskii zhurnal* [National Psychological Journal], 4(20), 103–116. DOI: 10.11621/npj.2025.0408

Bratchenko, S. L., Mironova, M. R. (1997). Lichnostnyi rost i ego kriterii [Personal Growth and Its Criteria]. In *Psikhologicheskie problemy samorealizatsii lichnosti* [Psychological Problems of Personal Self-Realization] (pp. 38–46). Sankt-Peterburg: SPbGU.

Vygotskii, L. S. (1984). *Problema vozrasta* [The Problem of Age]. Moskva: Pedagogika.

Grishina, N. V. (2020). Zhiznennoe sobytie: sila obstoyatel'stv i avtorstvo lichnosti [Life Event: Force of Circumstances and Authorship of Personality]. *Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo oblastnogo universiteta* [Bulletin of Moscow Region State University], 4, 164–182. DOI: 10.18384/2224-0209-2020-4-1045

Znakov, V. V. (2025). *Vozmozhnostnoe myshlenie: Psikhologiya ponimaniya proshlogo i budushchego* [Possibility Thinking: The Psychology of Understanding the Past and the Future]. Moskva: Institut psikhologii, Rossiiskaya akademiya nauk.

Ispolatova, E. N., Nikolaeva, T. P. (1999). Modifitsirovannaya tekhnika analiza rannikh vospominanii lichnosti [Modified Technique for Analyzing a Person's Early Memories]. *Voprosy psikhologii* [Voprosy Psychologii], 1, 69–76.

Klement'eva, M. V. (2014). Issledovanie biograficheskoi refleksii v situatsiyakh zhiznennykh izmenenii [Study of Biographical Reflection at The Time of Life Changes]. *Izvestiya TulG U. Gumanitarnye nauki* [Izvestiya Tula State University], 3, 62–73.

Kolantaevskaya, A. A., Grishina, N. V., Bazarov, T. Yu. (2016). Stilevye osobennosti samodeterminatsii v situatsii zhiznennykh izmenenii [Stylistic Characteristics of Self-Determination in Life Changes Situations]. *Vestnik SPbGU. Seriya 16. Psikhologiya. Pedagogika* [Vestnik of Saint Petersburg University. Psychology], 4, 51–62.

Kronik, A., Akhmerov, R. A. (2022). *Kauzometriya: Metody samopoznaniya, psikhodiagnostiki i psikhoterapii v psikhologii zhiznennogo puti* [Causometry: Methods of Self-Knowledge, Psychodiagnostics, And Psychotherapy in The Psychology of the Life Path]. Moskva: Smysl.

Leont'ev, D. A. (2022). K psikhologii vozmozhnogo: antropologicheskii, deterministskii, aksiologicheskii i ehkzistentsial'nyi konteksty [Towards The Psychology of the Possible: The Anthropological, The Deterministic, The Axiological and The Existential Context]. *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Psikhologiya* [Vestnik of Saint Petersburg University. Psychology], 12(2), 111–121. DOI: 10.21638/spbu16.2022.201

Loginova, N. A. (1985). Zhiznennyi put' cheloveka kak problema psikhologii [Human Life Path as A Problem in Psychology]. *Voprosy psikhologii* [Voprosy Psychologii], 1, 103–109.

Martsinkovskaya, T. D. (2015). Sovremennaya psikhologiya — vyzovy tranzitivnosti [Modern Psychology — Challenges of Transitivity]. *Psikhologicheskie issledovaniya* [Psychological Studies], 8(42), 1–10.

Nurkova, V. V. (2000). *Svershennoe prodolzhaetsya: Psikhologiya avtobiograficheskoi pamyati lichnosti* [What has Been Accomplished Continues: The Psychology of Autobiographical Memory of the Person]. Moskva: URAO.

Patturina, N. P. (2006). Problema zrelosti v sovremennoi psikhologii [Maturity in Modern Psychology]. *Izvestiya Rossiiskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta im. A. I. Gertsena* [Izvestia: Herzen University Journal of Humanities & Sciences], 7(17), 113–126.

Paukova, A. B. (2014). Psikhologicheskaya podderzhka v protsesse zhiznennykh izmenenii [Psychological Support in Life Alterations]. *Vestnik KRAUNTs. Gumanitarnye nauki* [Journal Collection of Scientific Works of Krasec. The Humanities], 2(24), 55–60.

Piazhe, Zh. (1994). *Izbrannye psikhologicheskie trudy* [Selected Psychological Works]. Moskva: Mezhdunarodnaya pedagogicheskaya akademiya.

Pigalev, A. I. (2000). Mir cheloveka mezhdu "zakonom" i "sobytiem" [The Human World Between "Law" and "Event"]. *Mir psikhologii* [World of Psychology], 4, 8–12.

Ryabikina, Z. I. (2017). Lichnost' kak sub''ekt bytiya v usloviyakh narastayushchikh izmenenii real'nosti [Personality as a Subject of Being Under Conditions of Increasing Changes in Reality]. In *Fundamental'nye i prikladnye issledovaniya sovremennoi psikhologii: Rezul'taty i perspektivy razvitiya* [Fundamental and Applied Research in Contemporary Psychology: Results and Development Prospects] (pp. 807–815). Moskva: Institut psikhologii RAN.

Ryabikina, Z. I. (2005). Lichnost' kak sub''ekt formirovaniya bytiinykh prostranstv [Personality as the Subject of the Formation of Existential (Being) Spaces]. In *Sub''ekt, lichnost' i psikhologiya*

chelovecheskogo bytiya [Subject, Personality, and the Psychology of Human Being] (pp. 45–58). Moskva: Institut psikhologii RAN.

Sapogova, E. E. (2024). Irratsional'nost' kak resurs sovladaniya s neopredelennost'yu [Irrationality as A Resource for Coping with Uncertainty]. *Nauchno-pedagogicheskoe obozrenie* [Pedagogical Review], 3(55), 90–99. DOI:10.23951/2307-6127-2024-3-90-99

Shlykova, Yu. B. (2010). Osobennosti avtobiograficheskikh tekstov roditelei v situatsii tyazhelogo zabolevaniya rebenka [Features of Parents' Autobiographical Texts in The Situation of a Child's Serious Illness]. *Chelovek. Soobshchestvo. Upravlenie* [Human. Community. Management], 3, 32–42.

Shlykova, Yu. B. (2006). *Perezhivanie lichnost'yu smysla bytiya i tip avtobiograficheskogo teksta* [The Personality's Experience of the Meaning of Being and The Type of Autobiographical Text] (Candidate's Thesis). Krasnodar.

Shlykova, Yu. B. (2026). Avtobiograficheskie vospominaniya v mladshem shkol'nom vozraste [Autobiographical Memories of Primary School Children]. *Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya* [Problems of Modern Pedagogical Education], 90(2), 424–427. DOI: 10.24412/2304-120X-2026-12006

Bluck, S. (2003). Autobiographical Memory: Exploring Its Functions in Everyday Life. *MEMORY*, 11(2), 113–123. DOI: 10.1080/741938206

Conway, M. A. (2003). Cognitive-affective mechanisms and processes in autobiographical memory. *MEMORY*, 11(2), 217–224. DOI: 10.1080/741938205

Demiray, B., Janssen, S. M. J. (2015). The Self-enhancement Function of Autobiographical Memory. *Applied Cognitive Psychology*, 29, 49–60.

Nelson, K. (2003). Self and Social Functions: Individual Autobiographical Memory and Collective Narrative. *MEMORY*, 11(2), 125–136. DOI: 10.1080/741938203

Niedwieska, A., Wiey, M. (2010). The Self-Defining Function of Recalling Personal Memories and Identity Status. *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 10, 304–310. DOI: 10.1080/15283488.2010.523318

Ross, J., Hutchison, J., Cunningham Sh. J. (2020). The Me in Memory: The Role of the Self in Autobiographical Memory Development. *Child Development*, 91(2), e299-e314. DOI: 10.1111/cdev.13211

Wilson, A. E., Ross, M. (2003). The Identity Function of Autobiographical Memory: Time is on Our Side. *MEMORY*, 11(2), 137–149. DOI: 10.1080/741938210

Received 10.02.2026
Accepted 20.03.2026

© 2026 by the author(s). This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license — https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/