

Секция «Психология»

Изменение метафоры судьбы как средство снижения предстартовой тревожности

Курбатова Элина Игоревна

Соискатель

Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Факультет психологии, Москва, Россия

E-mail: stolov@bk.ru

Согласно предложенной В.В.Нурковой уровневой модели организации автобиографической памяти, ее высшим уровнем является уровень целостного образа прошлого. Показано, что наиболее адекватным способом выражения этого образа является метафора. Метафора применительно к автобиографической памяти, с одной стороны, представляет собой обобщение эмпирики жизненного опыта, а с другой стороны, – это знак, который потенциально может быть использован как средство регуляции личностью своего отношения к прошлому. В предшествующих исследованиях нами было установлено, что параметры метафоры личного прошлого и параметры целостной осознаваемой субъективной картины жизненного пути закономерно взаимосвязаны таким образом, что их количественные и содержательные аспекты взаимно соответствуют друг другу. **Целью** данного исследования стало эмпирическое изучение вопроса о том, в какой степени метафора принимает на себя функцию регуляции отношения человека к своей личности и, следовательно, оказывает влияние на прогнозирование будущего.

Задачей исследования стало изменение параметров метафорического образа прошлого в направлении повышения потенциала преодоления преград с помощью актуализации воспоминаний о событиях достижения и успеха из личного прошлого испытуемого.

Согласно **гипотезе** исследования, актуализация воспоминаний определенного типа (в нашем исследовании – воспоминаний о событиях достижений и успеха), ведёт к закономерной трансформации метафорического образа прошлого в направлении большей выраженности параметра соответствующего содержанию актуализированных воспоминаний.

Функциональный потенциал изменённого метафорического образа в результате экспериментального воздействия окажет влияние на самооценку личностного потенциала преодоления негативных предстартовых состояний – тревожности и волнения, а также вызовет повышение уровня проявления мотивации достижения.

Участниками исследования стали 20 спортсменов: 10 мужчин и 10 женщин 17 - 21 лет. Контрольную группу составили 11 спортсменов (5 мужчин и 6 женщин).

Процедура исследования: Вначале испытуемых просили продолжить фразу: «моё прошлое похоже на...», а также заполнить методику «Линия жизни». Последовательность выполнения методик чередовалась. Анализ результатов применения методик осуществлялся на основе ранее выделенных параметров (21). Далее респонденты оценивали уровень предстартового волнения и степень уверенности в удачном выступлении/победе по шкале от -3 до 3. Затем испытуемые заполняли опросник А. Мехрабиана для измерения мотивации достижения (ТМД), также им предъявлялись две картинки из стимульного материала проективной методики Г. Роршаха. Экспериментальное

воздействие заключалось в просьбе вспомнить и описать максимальное количество событий прошлого, содержанием которых были успехи и достижения. В контрольной группе воздействие не проводилось. Через три дня проводилась ретестовая серия.

В результате проведённого экспериментального исследования было показано, что актуализация воспоминаний о событиях достижения из личного прошлого испытуемых, во-первых, привела, к отсроченному включению их в графическое изображение событийного образа прошлого по методике «Линия жизни» и, соответственно, возрастанию количества воспоминаний о событиях достижения ($t=-8,46$; $p=0$ ($SD=11,54$) от $ср.=12,1$ ($SD=4,27$) к $ср.=15,6$ ($SD=5,16$)). Во-вторых, привела к значимому повышению выраженности таких параметров метафорического образа прошлого как «уровень активности» ($t=-2,03$; $p=0,056$ ($SD=0,55$) от $ср.=0,6$ ($SD=0,5$) к $ср.=0,85$ ($SD=0,37$)), «размер» ($t=-2,38$; $p=0,03$ ($SD=1,19$); от $ср.=0,17$ ($SD=0,99$) к $ср.=0,83$ ($SD=0,86$)), «количество преград» ($t=-2,18$; $p=0,42$ ($SD=1,19$); от $ср.=0,5$ ($SD=0,51$) к $ср.=0,7$ ($SD=0,47$)), «потенциал преодоления преград» ($t=-2,51$; $p=0,21$ ($SD=0,44$) от $ср.=0,4$ ($SD=0,5$) к $ср.=0,65$ ($SD=0,49$)), «контроль» ($t=-2,67$; $p=0,15$ ($SD=0,59$); от $ср.=0,35$ ($SD=0,49$) к $ср.=0,7$ ($SD=0,47$)), «успех (достижение)» ($t=-2,63$; $p=0,017$ ($SD=0,68$); от $ср.=0,35$ ($SD=0,59$) к $ср.=0,75$ ($SD=0,44$)), «динамика» ($t=-2,85$; $p=0,010$ ($SD=0,47$); от $ср.=0,7$ ($SD=0,47$) к $ср.=1$ ($SD=0$)), «свобода» ($t=-2,99$; $p=0,008$ ($SD=0,6$)). При этом данный параметр после воздействия заметно вырос (от $ср.=0,25$ ($SD=0,44$) к $ср.=0,65$ ($SD=0,49$)), «сила» ($t=-7,099$; $p=0$ ($SD=0,45$); от $ср.=0,21$ ($SD=0,42$) к $ср.=0,65$ ($SD=0,49$)) и значимому понижению выраженности такого параметра как «возвышенность» ($t=5,34$; $p=0$ ($SD=0,5$) от $ср.=0,6$ ($SD=0,5$) к $ср.=0$ ($SD=0$)).

Важно отметить, что изменение метафоры в указанном направлении обнаружило связь с изменением самооценочных показателей тревожности и волнения. Уровень волнения значимо снизился: ($t=-6,25$; $p=0$ ($SD=1,47$); от $ср.=-5,00E-02$ ($SD=1,79$) к $ср.=2$ ($SD=0,86$)), а уровень уверенности в своём успехе повысился ($t=-5,25$; $p=0$; ($SD=1,62$); от $ср.=0,1$ ($SD=1,74$) к $ср.=2$ ($SD=0,65$)).

Было выявлено также значимое повышение уровня мотивации достижения ($t=-7,96$; $p=0$ ($SD=11,54$); от $ср.=155,5$ ($SD=35,6$) к $ср.=176,1$ ($SD=30,8$)).

В контрольной группе статистическая обработка результатов эмпирического исследования показала отсутствие значимых различий в выделенных параметрах метафорического образа прошлого при первом и повторном измерении.

В результате проведённого исследования можно утверждать, что вновь созданная субъектом метафора стала использоваться им для реализации саморегуляционной функции автобиографической памяти при планировании будущей деятельности.

С теоретической точки зрения, результаты проведённого исследования поддерживают представления о единой многоуровневой структуре автобиографической памяти, где феноменология нижележащего уровня (отдельные воспоминания о событиях прошлого) закономерно связаны с феноменологией вышележащего уровня (метафорический образ прошлого).

Полученные данные могут быть применены при практической работе в области психологии спорта.

Литература

1. Алексеев К.И. , Метафора в научном дискурсе. Психологическое исследование дискурса/ Отв. Ред Павлова. М.: ПЕРСЭ, 2002, С. 40 – 50.
2. Бочавер А.А. Метафора как способ внутренней репрезентации жизненного пути личности // диссертация кандидата психологических наук. - М. - 2010.
3. Выготский Л.С. Развитие высших психических функций // Собр. соч.: в 6 т. Т. 4. М., 1984.
4. Лакофф Дж., Джонсон М. Метафоры, которыми мы живем: Пер. с англ. / Под. ред. и с предисл. А.Н. Баранова. М., 2004.
5. Нуркова В.В., Дисс. ... доктора. психол. наук «Культурно-исторический подход к автобиографической памяти». М.: МГУ, 2009.
6. Столова (Курбатова) Э.И. «Исследование уровневой организации автобиографической памяти». М., 2011.
7. Улыбина Е.В. Культурно-исторический подход Л.С. Выготского и развитие теории когнитивной метафоры, Психологический журнал.-2008.- Т. 29. N 1. - С. 119-125.
8. Clark H., Lucy P. Understanding what is mean from what is said: study in conversationally conveyed request// Journal of verbal learning and verbal behavior, 1975. Vol 14. N 1. P 56-72.
9. Cohen Ted “Identifying with Metaphor: metaphors of personal identification”, JSTOR, 1999.