

# ეტლიდან დანახული „მე“ და სამყარო: სოციალური ადაპტაცია ფიზიკური ტრავმის შემდეგ და ფსიქოლოგიური კარგად ყოფნის განხილვა

ლილი ხეჩუაშვილი, ქეთევან ქიმოსტელი,  
მაია მესტვირიშვილი, ხათუნა მარწყვიშვილი<sup>1</sup>

## აბსტრაქტი

კვლევა მიზნად ისახავდა ეტლით მოსარგებლე, სოციალურად აქტიური 15 ადამიანის ცხოვრების ისტორიაში უკიდურესად სტრესული ცხოვრებისეული მოვლენის – ზურგის ტვინის დაზიანების – შემდეგ პოზიტიური ფსიქოლოგიური ცვლილებების პროცესებისა და საფუძვლად მდებარე ფაქტორების შესწავლას. მონაცემები შეგროვდა ცხოვრების ისტორიის ინტერვიუს გამოყენებით. კვლევის თვისებრივი ნაწილი მოიცავდა ნარატივების თემატურ და სტრუქტურულ ანალიზს, ხოლო რაოდენობრივი ანალიზისთვის თითოეული ინტერვიუს ტრანსკრიპტში გადაკოდირდა და დამუშავდა ისეთი სამიზნე ცვლადები, როგორცაა ავტობიოგრაფიული მსჯელობა, ნარატივის სტრუქტურა, თანმიმდევრულობა და ფსიქოლოგიური კარგად ყოფნის განცდა. შედეგების ანალიზმა ცხადყო, რომ რაც უფრო თანმიმდევრულად და ავტობიოგრაფიული მსჯელობით/რეფლექსიით მდიდარ ცხოვრების ისტორიას ჰყვებიან ადამიანები, მით მეტად იკვეთება მათ მონათხრობებში ფსიქოლოგიური კარგად ყოფნის განცდის ინდიკატორები, ხოლო ტრავმის შემდგომ რეაბილიტაცია/რესოციალიზაციისა და ხელახალი ადაპტაციის პროცესში მათ საკუთარი იდენტობის რეკონსტრუირება, საკუთარი თავის, სხეულის ხატის, ღირებულებებისა და სხვა ადამიანებთან და, უფრო ფართოდ, გარემოსთან მიმართებების გადაფასება და ახლებურად დანახვა უწევდათ. მათი პერსონალური ნარატივები გაჯერებული იყო ისეთი თემებით, როგორცაა განწყვეტილი ცხოვრება, სხეულის ხატი და ეტლისადმი დამოკიდებულება, სელფის რეკონსტრუირება და ადაპტაცია, მოტივატორები და რესურსები, ცხოვრებაში ადგილის პოვნა და საზოგადოებაში სრულფასოვან წევრად დაბრუნება.

**საკვანძო სიტყვები:** ფსიქოლოგიური კარგად ყოფნის განცდა; იდენტობა; ფიზიკური ტრავმა; სოციალური ადაპტაცია; ეტლის მომხმარებელი

## 1. შესავალი

მოგატყუებთ თუ გეტყვით, რომ საინტერესო ცხოვრება მქონდა მანამდე. მხოლოდ ავტო საგზაო შემთხვევის შემდეგ დავინწყე ახალი ცხოვრება, რაც ბევრად უფრო მნიშვნელოვანია, ვიდრე ის, რაც მანამდე იყო... არასოდეს ვაქცევ ყურადღებას ჩემს შეზღუდულ შესაძლებლობას და მხოლოდ მაშინ მახსენდება, როდესაც სხვა ეტლით მოსარგებლეს ვხვდავ. არ მახსოვს, რადგან ისევ შესაბამისობაში ვარ ცხოვრების რიტმთან.

ეს ციტატა 42 წლის ქალს ეკუთვნის, რომელიც ფიზიკური ტრავმის შემდეგ ეტლის მომხმარებელი გახდა. იგი ეტლში ჩაჯდომის შემდეგ ხელახალ სოციალურ ადაპტაციაზე საუბრობს და აღწერს, თუ როგორ მოახერხა საკუთარი იდენტობის ხელახლა

<sup>1</sup> ლილი ხეჩუაშვილი – ფსიქოლოგიის დოქტორი, თსუ.  
ქეთევან ქიმოსტელი – ფსიქოლოგიის მაგისტრი, თსუ.  
მაია მესტვირიშვილი – ფსიქოლოგიის დოქტორი, თსუ.  
ხათუნა მარწყვიშვილი – ფსიქოლოგიის დოქტორი, თსუ.

კონსტრუირება, საზოგადოებრივ ცხოვრებაში დაბრუნება და ფსიქოლოგიური კარგად ყოფნის განცდის შენარჩუნება. მსგავსი ისტორიები ხშირია ეტლით მოსარგებლე ადამიანების ცხოვრების ისტორიებში. ისინი საუბრობენ ფიზიკური ტრავმისა და მასთან გამკლავების სირთულეზე, საკვანძო მოგონებებზე, საკუთარ თავთან და საზოგადოებასთან კავშირების აღდგენაზე.

ზურგის ტვინის ტრავმა ერთ-ერთ ყველაზე დამანგრეველ დაზიანებად მიიჩნევა, რომელიც შეიძლება განიცადოს ადამიანმა. მიუხედავად იმისა, რომ თანამედროვე საქართველოში შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე პირებთან დაკავშირებული თემები ძალზე აქტიურად განიხილება საზოგადოების სხვადასხვა წრესა თუ მასმედიაში, მათი იდენტობის ფორმირების თავისებურებები და კულტურასთან მიმართება, პიროვნული თუ მოტივაციური თავისებურებები სისტემატურად არავის უკვლევია. შესაბამისად, მწირია ისეთი კვლევებიც, რომელთა ფოკუსშიც საქართველოში მცხოვრები ის შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე პირები ხვდებიან, ვინც ფიზიკური ტრავმის შემდეგ ეტლის მომხმარებლები გახდნენ.

წინამდებარე კვლევა სწორედ ფიზიკური ტრავმის შედეგად ეტლის მომხმარებელი ადამიანების შესახებ ემპირიული ცოდნის გაღრმავებას ემსახურება. კერძოდ, მიზნად ისახავს პერსონალურ ნარატივებში უაღრესად სტრესული ცხოვრებისეული მოვლენის – ზურგის ტვინის დაზიანების – შემდეგ პოზიტიური ფსიქოლოგიური ცვლილებებისა და საფუძვლად მდებარე ფაქტორების შესწავლას საქართველოში მცხოვრებ ეტლით მოსარგებლე ადამიანების მაგალითზე.

ზურგის ტვინის დაზიანებისას ადამიანები სხვადასხვა სახის ფიზიკური (სენსორული, ვისცერალური), ფსიქოლოგიური და სოციალური პრობლემის წინაშე დგებიან, რაც მათ საკუთარ თავზე ზრუნვისა და ისეთი აქტივობების განხორციელების უნარს უკარგავს, რომლებიც ინდივიდუალური და პროფესიული პასუხისმგებლობის საკუთარ თავზე აღებას მოითხოვს. ზურგის ტვინის დაზიანების მქონე ადამიანებზე, ფიზიკური შეზღუდვების გარდა, ემოციური, ფსიქოლოგიური, ეკონომიკური და სოციალური სტრესორებიც მოქმედებენ. მათი კომპლექსური ურთიერთქმედება უარყოფით გავლენას ახდენს როგორც ტრავმის მქონე ინდივიდზე, ისე მისი ოჯახის წევრებზე. ფაქტობრივად, ტრავმის მიღების შემდეგ, რეაბილიტაციის პერიოდში, ადამიანები დამოუკიდებელი ცხოვრების სტილიდან სრულიად დამოკიდებული ცხოვრებით იწყებენ ცხოვრებას, ეს კი თავისთავად გულისხმობს ცხოვრების სხვადასხვა ასპექტის (მაგალითად, ფიზიკური სივრცის, საკუთარი სხეულის ხატის, მანძილებისა და ა. შ.) ხელახლა გააზრებასა და გადაფასებას როგორც ინდივიდუალურ, ისე სოციალურ და პროფესიულ დონეზე, სწორედ ამიტომ არის ზურგის ტვინის დაზიანებით ცხოვრება რთული – ის ინდივიდისგან მოითხოვს როგორც ხელახალ ადაპტაციას ფიზიკურ და ფსიქოლოგიურ გარემოსთან და სოციუმთან, ისე ფიზიკური, ფსიქიკური და სოციალური ფუნქციონირების წესის საფუძვლიანად შეცვლას (Babamohamadi et al., 2011).

ზურგის ტვინის დაზიანების შემდგომ, ეტლით სარგებლობასთან ადაპტაცია ფიზიკურ თუ სოციალურ გარემოში და ფსიქოლოგიური კარგად ყოფნის განცდის შენარჩუნება მთელ რიგ გამოწვევებთან არის დაკავშირებული. ტრავმის დაძლევა და საკუთარ თავთან და საზოგადოებასთან კავშირების აღდგენის პროცესი კარგად იკვეთება

ეტლიდან დანახული „მე“ და სამყარო: სოციალური ადაპტაცია ფიზიკური ტრავმის შემდეგ და...

ადამიანების ავტობიოგრაფიულ მონათხრობებში, სადაც ისინი ტრავმაზე, როგორც დანაკარგზე ან/და გარდამტეხ მოვლენაზე საუბრობენ. თუმცა, აღსანიშნავია, რომ ეს გარდატეხა ხშირად ცალსახად ნეგატიური არ არის. ტკივილსა და ცხოვრების ხელახლა დაწყებას პოზიტიური ტრანსფორმაციაც სდევს თან. ზოგიერთი მათგანი, სხვადასხვა გზითა და მექანიზმების გამოყენებით ახერხებს, რომ კვლავ გახდეს საზოგადოების აქტიური და მნიშვნელოვანი წევრი. ამ ადამიანების ცხოვრების ისტორიებში იკვეთება იმ ახალი „მე“-ს ფორმირების პროცესი და ბევრად პოზიტიური შეფასება, რომელსაც ეტლით მოსარგებლე ჰქვია, ვიდრე იმ „მე“-სი, რომელთაც რესპონდენტების უმეტესობამ უბრალოდ „ეტლით მომხმარებლობამდე“, „ტრავმამდე მე“ (Chun & Lee, 2008) უწოდა.

### 1.1. ნარატიული იდენტობა

ნარატიული იდენტობის ცნება მაკადამსს (1993) ეკუთვნის და უკვე სამი ათწლეულია პერსონალური ნარატივებისა და ცხოვრების ისტორიების კვლევების უმრავლესობის ცენტრალურ კონსტრუქტს წარმოადგენს (ხეჩუაშვილი, 2016c).

მაკადამსი თვლის (2001), რომ იდენტობის ერიკსონისეული (Erikson, 1963) კონფიგურაციის ფორმირება ცხოვრების ინტეგრაციული ისტორიის<sup>1</sup> სახით უნდა წარმოვიდგინოთ, რომლის კონსტრუირებასაც პიროვნება გვიან მოზარდობასა და ადრეულ მოზრდილობაში იწყებს. სინგერისა და სხვების (2004) მსგავსად, მაკადამსი ტერმინით ნარატიული იდენტობა აღნიშნავს ინტერნალიზებულ და განვითარებად ისტორიას მე-ს შესახებ, რომელსაც პიროვნება მე-ს მრავალი განსხვავებული ასპექტის გასაერთიანებლად ცნობიერად და არაცნობიერად აგებს. ნარატიული იდენტობა პიროვნების ცხოვრებას გარკვეული ხარისხის ერთიანობას, მიზანსა და შინაარსს სძენს. ეს არის ინდივიდის შესახებ მის მიერვე მოთხრობილი ინტერნალიზებული და განვითარებადი კოგნიტური სტრუქტურა ანუ სკრიპტი, რომელიც, ინდივიდუალური ცხოვრების ისტორიის გარდა, დომინანტურ და/ან ძირითად კულტურულ ნარატივებსაც მოიცავს (ხეჩუაშვილი, 2020; McAdams, 2006).

ადამიანები ცხოვრებისთვის აზრის მისაცემად ქმნიან ნარატივებს, რათა განსაზღვრონ, თუ ვინ იყვნენ წარსულში, ვინ არიან ახლა და ვინ შეიძლება იყვნენ მომავალში ოჯახის, თემის, სამსახურის, ეთნიკურობის, რელიგიის, გენდერის, სოციალური კლასისა და კულტურის სოციალურ კონტექსტში. მკვლევრების თქმით, „მე“ საზოგადოების პირობებთან შეგუებას ნარატიული იდენტობის მეშვეობით ახერხებს (McAdams & McLean, 2013; McLean & Syed, 2015). ნარატივები ადამიანებს რთულ სოციალურ ეკოლოგიაში მათი ადგილის პოვნაში ეხმარებათ. სწორედ ამიტომ ნარატიული იდენტობის რეალიებში ჩანს პიროვნების ყველაზე მნიშვნელოვანი და კომპლექსური ურთიერთობები კულტურასა და საზოგადოებასთან (McAdams, 2009).

ნარატიული იდენტობის შესწავლა განსაკუთრებით საინტერესო ხდება უაღრესად სტრესული ცხოვრებისეული მოვლენის შემდეგ ადამიანებში მიმდინარე პოზიტიური ფსიქოლოგიური პროცესებისა და საფუძვლად მდებარე ფაქტორების კვლევისას,

<sup>1</sup> Story.

რადგან სწორედ სტრესული მოვლენა აიძულებს ადამიანებს, დაფიქრდნენ საკუთარ თავზე, მომხდარ მოვლენებზე და ამის შემდეგ დაიწყონ საკუთარი თავის რეკონსტრუირება. საკუთარი თავის რეკონსტრუირების გარდა, ადამიანები მომხდარის აზრდებას და მასში პოზიტიური ასპექტების დანახვასა და გააზრებასაც ახერხებენ. სტრესული გამოცდილების პოზიტიური შეფასებები დროთა განმავლობაში მე-ს განახლებულ ხატში ინტეგრირდება, რაც განიცდება, როგორც პოსტტრავმული ზრდა. ამ უკანასკნელს კი, თავის მხრივ, ფსიქოლოგიური კარგად ყოფნის გაუმჯობესებამდე მივყავართ (ხეჩუაშვილი, 2020).

ნარატივის შესწავლისას კარგად ჩანს საკუთარი თავის ხელახალი გააზრებისა და რეკონსტრუირების პროცესი, თავად ნარატივის შექმნა კი მომხდარ მოვლენებში საზრისის პოვნის პროცესია, რომელიც ავტობიოგრაფიული მსჯელობის მეშვეობით მიმდინარეობს. სწორედ ამიტომ არის მიზანშეწონილი ამ დინამიკისთვის ადამიანების ცხოვრების ნარატივების მეშვეობით თვალის მიდევნება.

## **1.2. ნარატივის სტრუქტურა და შინაარსი**

### **1.2.1. ნარატივის სტრუქტურა**

#### **1.2.1.1. მაკომპენსირებელი და კონტამინაციის თანმიმდევრობა**

ნარატივის მკვლევრები (მიმოხილვისთვის იხ. ხეჩუაშვილი, 2020) ამბის თხრობის ორგვარ სტრუქტურას აღწერენ. ეს არის მაკომპენსირებელი და კონტამინაციის თანმიმდევრობა.

მაკომპენსირებელი თანმიმდევრობით არის წარმოდგენილი ნარატივი, როდესაც უარყოფით მოვლენას რაიმე სახის დადებითი შედეგი მოჰყვება, თუნდაც ეს დადებითი შედეგი გაცილებით ნაკლებად ინტენსიური იყოს, ვიდრე საწყისი ნეგატიური მოვლენა. ამ დროს მთხრობელი ექსპლიციტურად აღწერს მდგომარეობას, რომელიც მოიცავს დადებითი ემოციური ან კოგნიტიური გამოსავლისკენ მოძრაობას, ან თავად ეს მოვლენა იმდენად დადებითი, რომ ადამიანთა უმრავლესობაში ამგვარ რეაქციას აღძრავს. მოვლენის დადებითი ბუნების შესახებ მკითხველი/მსმენელი კი არ ასკვნის, არამედ თავად მთხრობელი აღწერს უარყოფითი მდგომარეობიდან თუ მოვლენიდან დადებით მდგომარეობასა თუ მოვლენაზე გადასვლას (McAdams, 2011).

კონტამინაციის თანამიმდევრობის შემთხვევაში, პირიქით, ემოციურად პოზიტიური სცენიდან უარყოფითი შედეგისკენ ხდება გადასვლა. ეს თანამიმდევრობა გულისხმობს, რომ პოზიტიური მოვლენები მოკლევადიანია და მათ აუცილებლად ცუდი შედეგი მოჰყვება (ხეჩუაშვილი, 2020).

#### **1.2.1.2. თანამიმდევრულობა: დრო, კონტექსტი, თემა**

ნარატივის ეს მახასიათებელი მონათხრობის ლოგიკურ თანამიმდევრულობაზე მიუთითებს (ხეჩუაშვილი, 2020). რამდენად ადეკვატურია პერსონაჟების ქცევები მოცემული ნარატივის კონტექსტში? რამდენად ეწინააღმდეგებიან ერთმანეთს ისტორიის ნაწილები? გასაგებია მათი ქცევის მოტივაცია ხელთ არსებული ცოდნის და, ზოგადად, ადამიანების მოქმედების შესახებ ცოდნის კონტექსტში? მონათხრობი არათანმიმდევ-

ეტლიდან დანახული „მე“ და სამყარო: სოციალური ადაპტაცია ფიზიკური ტრავმის შემდეგ და...

რულად მიიჩნევა, თუ მკითხველისთვის/მსმენელისთვის გაუგებარი რჩება ამბის ამ კონკრეტული მიმართულებით განვითარების ლოგიკა. თუმცა, ზოგიერთი ნარატივი ზედმეტად თანმიმდევრულიც კი შეიძლება იყოს და იმდენად კარგად ერგებოდეს მისი ნაწილები ერთმანეთს, რომ ძნელი დასაჯერებელი გახდეს მისი უტყუარობა. აქვე უნდა ითქვას, რომ ცხოვრებაში მთლიანობისა და მიზნობრიობის მისაღწევად ადამიანებს არ სჭირდებათ იდეალურად თანმიმდევრული ისტორიები. არ არის აუცილებელი, რომ ცხოვრების ისტორია ინდივიდის ცხოვრების ზუსტ რეპლიკაციას წარმოადგენდეს.

### 1.3. ავტობიოგრაფიული მსჯელობა

შერჩევითი ავტობიოგრაფიის შექმნით ადამიანები იდენტობის პრობლემას წყვეტენ (McAdams, 2013). თეორიული თვალსაზრისით, ცხოვრების ისტორია იდენტობის ფუნქციას მხოლოდ მაშინ იძენს, როდესაც ავტობიოგრაფიულ მსჯელობას წარმოადგენს (Habermas & Kober, 2016; Dunlop & Walker, 2013). ეს ის პროცესია, როდესაც ადამიანი იმის დანახვას იწყებს, თუ, ერთი მხრივ, როგორ ჩამოაყალიბა ცხოვრებაში მომხდარმა მოვლენებმა ისეთად, როგორც არის ამჟამად და, მეორე მხრივ, ის, თუ როგორც არის ამჟამად, რამდენად განაპირობებს ამ მოვლენების მისეულ უნიკალურ აღქმას (Habermas & Bluck, 2000). ავტობიოგრაფიული მსჯელობა შეიძლება სამყაროს ან ცხოვრების შესახებ ექსპლიციტურ დასკვნებსაც შეიცავდეს, რომლებიც ინდივიდის ცნობიერების ცალკეული ელემენტებია და მისი ცხოვრების შესახებ ნარატივში გაერთიანებით უწყვეტობის განცდას უქმნის საფუძველს. ასე რომ, ავტობიოგრაფიული მსჯელობა აქცევს ცხოვრების ისტორიას იდენტობად (Habermas & Bluck, 2000; McAdams, 1996) და არა ცალკეული მოვლენების უბრალოდ თანმიმდევრულად დალაგება.

ჰაბერმასისა და ბლაკის (2000) მიხედვით, ავტობიოგრაფიული მსჯელობა მოიცავს ორ ელემენტს – პიროვნების ცხოვრებასა და სელფს (Self) შორის კავშირს. ამ კავშირის კონტექსტში ავტობიოგრაფიულ მსჯელობას ორი ძირითადი მიმართულება აქვს. პირველი სელფის (Self) სტაბილურობას (ამის შედეგად მიიღება სტაბილურობის ამსახველი ამბები) აძლიერებს, მეორე კი მის ცვლილებას ემსახურება (ამ დროს ინდივიდი ცვლილების ამსახველ ამბავს ჰყვება) (Pasupathi, et al., 2007). პირველი ტიპის კავშირები ადამიანს სელფის (Self) უწყვეტობის განცდის შენარჩუნებასა და მოვლენების სელფის (Self) რომელიმე მახასიათებლის მიხედვით ახსნაში ეხმარება, ხოლო სელფ-ცვლილების კავშირები, პირიქით, მიგვითითებს იმაზე, თუ როგორ აღიქვამს მთხრობელი მის ცხოვრებაზე ამა თუ იმ მოვლენის გავლენას (Pasupathi, et al., 2007). მოზრდილ ცხოვრებაში სტაბილურობისა და ცვლილების კავშირები ფუნდამენტურია უწყვეტობისა და კოჰერენტულობის მისაღწევად.

ავტობიოგრაფიულ მსჯელობაში მოვლენათაშორისი კავშირებიც შეინიშნება. ეს არის მოვლენებს შორის არსებული ცხადი კავშირები, რომლებიც გვიჩვენებენ, თუ როგორ მივყავართ ერთ მოვლენას მეორემდე, ან როგორ ერთიანდებიან ისინი საერთო თემაში (McLean, 2008).

მკვლევრები თვლიან, რომ საკუთარი თავის შესახებ თხრობისას კონსტრუირებული ნარატივები გაჯერებული უნდა იყოს ექსპლიციტური ახსნით – რას ნიშნავს ეს მოვ-

ლენები მთხრობელისთვის, ანუ მან წარსულში მომხდარი მოვლენის დეტალების მიღმა უნდა გაიხედოს და ახსნას, რა შეიტყო ახალი საკუთარი თავის შესახებ (Lilgendahl & McAdams, 2011; McLean & Thorne, 2003; Pasupathi et al., 2007). ცხადია, ავტობიოგრაფიული მსჯელობის ეს რეფლექსიური პროცესი დროს მოითხოვს: სელფისა (Self) და წარსული მოვლენების ურთიერთკავშირის დანახვა და გაგება შეუძლებელია მომხდარისგან დისტანცირებისა და პერსპექტივაში დასახვის გარეშე (McLean, 2008).

კვლევა აჩვენებს, რომ ცხოვრების ისტორია და თხრობაში ავტობიოგრაფიული მსჯელობის გამოყენება ცხოვრებაში ცვლილებების ხანაში პიროვნული უწყვეტობის შენარჩუნების უმთავრესი საშუალებაა (Habermas & Kober, 2016). ემპირიულ ნარატიულ ლიტერატურაში იკვეთება დაშვება, რომ კარგად ყოფნის განცდა მჭიდროდ უკავშირდება ცხოვრების კარგად ინტეგრირებულ და თანამიმდევრულ ისტორიას და, შესაძლოა, მის შედეგსაც წარმოადგენდეს (მაგალითად, იხ. Bauer & Bonanno, 2001; Lilgendahl & McAdams, 2011).<sup>1</sup>

#### 1.4. ფსიქოლოგიური კარგად ყოფნის განცდა

წინამდებარე კვლევა რიფის (1989, 1995, 2014) ფსიქოლოგიური კარგად ყოფნის განცდის ექვსკომპონენტის მოდელს ეყრდნობა, რომელიც კარგად ყოფნის განცდის ფართო დიაპაზონს მოიცავს და ისეთი მდგენელებისგან შედგება, როგორებიცაა: საკუთარი თავისა და წარსულის პოზიტიური შეფასებები (თვითაღქმა), პიროვნული ზრდისა და განვითარების განცდა (პიროვნული ზრდა), რწმენა იმისა, რომ ადამიანის ცხოვრება მიზანმიმართული და მნიშვნელოვანია (ცხოვრებისეული მიზნები), სხვებთან ხარისხიანი ურთიერთობები (პოზიტიური ურთიერთობები სხვებთან), საკუთარი ცხოვრებისა და გარესამყაროს ეფექტურად მართვის უნარი (გარემოს მართვის უნარი) და თვითგამორკვევის განცდა (ავტონომია).

## 2. კვლევის მიზნები

წინამდებარე კვლევა არის ადამიანებზე, რომლებიც ფიზიკური ტრავმის შემდეგ გახდნენ ეტლით მოსარგებლები, ისინი სისტემატურად ცდილობდნენ, კვლავ ეპოვათ საკუთარი როლი და ფუნქციები საზოგადოებაში, ოჯახსა თუ თემში და ცხოვრება მეტ-ნაკლებად ჩვეული რიტმით გაეგრძელებინათ იმ სოციალურ გარემოში, სადაც უბრალოდ არ იცნობდნენ მათ და სხვა ეტლით მოსარგებლე ადამიანებს.

შესაბამისად, კვლევა მიზნად ისახავდა იმის გარკვევას, თუ როგორ ახერხებენ ზურგის ტვინის დაზიანების მქონე ადამიანები ფიზიკური ტრავმით „განყვეტილი“ ცხოვრების ეტლთან, როგორც გადაადგილების ერთადერთ საშუალებასთან, ერთად გაგრძელებას. შეცვლილი უნარების პირობებში რამდენად ახერხებენ საკუთარი სხე-

<sup>1</sup> თუმცა, ბოლო პერიოდში, ეს დაშვება საეჭვო გახდა (McLean & Mansfield, 2011). მაგალითად, ერთ-ერთ კვლევაში ავტორებმა (Sales, Merrill, & Fivush, 2013) მნიშვნელოვანი დადებითი კავშირი გამოავლინეს 16 და 21 წლის კვლევის მონაწილეების ყველაზე ცუდი გამოცდილების ნარატივებში, ერთი მხრივ, გაკვეთილსა და ინსაიტს და, მეორე მხრივ, დეპრესიულობას შორის. აქ დაისმის საკითხი: რომელი ცხოვრებისეული სიტუაციები რომელ ასაკობრივ პერიოდში და ავტობიოგრაფიული მსჯელობის რომელი ფორმები განაპირობებენ პიროვნული უწყვეტობისა და კარგად ყოფნის განცდას.

ეტლიდან დანახული „მე“ და სამყარო: სოციალური ადაპტაცია ფიზიკური ტრავმის შემდეგ და...

ულისა და „მე“-ს ხატის/იდენტობის განახლებული ვერსიის შექმნას და, აქედან გამომდინარე, ტრავმამდე და ტრავმის შემდგომი ცხოვრების გამოთვლიანებას; ასევე, კვლევის მიზანს წარმოადგენდა იმის გარკვევა, ამ მიზნის მისაღწევად რა გზას გადიან ეტლით მოსარგებლები – რა რესურსების გამოყენებით და როგორ ქმნიან ამ ახალ „მე“-ს, რომელმაც ახლებურად უნდა იფუნქციონიროს ჩვეულ ფიზიკურ და სოციალურ გარემოში. სხვა სიტყვებით რომ ვთქვათ, როგორ ახერხებენ იძულებით იდენტობა-შეცვლილი ადამიანები რესოციალიზაციას, საკუთარი თავის რეალიზაციას ახალ რეალობაში და საზოგადოების აქტიურ წევრად ყოფნას.

ამრიგად, ზურგის ტვინის დაზიანების შემდგომ ეტლით მოსარგებლე ადამიანების კვლევის მიზანს წარმოადგენს ინდივიდების ფსიქოლოგიური კარგად ყოფნის განცდის ფენომენოლოგიის წარმოჩენა მათ ნარატივებში.

ყოველივე ზემოთქმულიდან გამომდინარე ვვარაუდობდით, რომ (1) იმ ადამიანების მიერ მოყოლილი ამბები უფრო მეტად იქნებოდა გაჯერებული ფსიქოლოგიური კარგად ყოფნის განცდის ინდიკატორებით, ვინც მეტად თანმიმდევრულ ან/და ავტობიოგრაფიული მსჯელობით მდიდარ ნარატივს აგებდა, ხოლო თხრობას მაკომპენსირებელი თანმიმდევრობის პრინციპზე აფუძნებდა. (2) შესაბამისად, მოველოდით, რომ ნარატივის ისეთი მახასიათებლები, როგორებიცაა თანმიმდევრულობა ან/და ავტობიოგრაფიული მსჯელობა სანდოდ იწინასწარმეტყველებდა ფსიქოლოგიური კარგად ყოფნის განცდას.

### 3. მეთოდი

#### 3.1. კვლევის მონაწილეები

კვლევაში მონაწილეობდა მიზნობრივი და ხელმისაწვდომი შერჩევის პროცედურით რეკრუტირებული 15 ეტლით მოსარგებლე (ცხრილი 1).

ცხრილი 1. კვლევის მონაწილეთა დემოგრაფიული მონაცემები

ცვლადი	მნიშვნელობა
<b>ასაკი</b>	22-42 (M=30(9))
<b>სქესი</b>	
კაცი	5, 39%
ქალი	10, 70%
<b>ოჯახური მდგომარეობა</b>	
დაუოჯახებელი	9, 60%
დაოჯახებული	4, 16%
განქორწინებული	2, 14%
<b>განათლება</b>	
საშუალო	8, 54%
ბაკალავრი	7, 46%
<b>დასაქმება</b>	3, 20%
მოსამსახურე სახელმწიფო დაწესებულებაში/საწარმოში	
მოსამსახურე კერძო საწარმოში	8, 54%
თვითდასაქმებული	1, 6,6%
დიასახლისი	1, 6,6%
უმუშევარი	2, 12,8%

### 3.2. ინსტრუმენტი

ცხოვრების ისტორიის ინტერვიუ (McAdams, 1993; ხეჩუაშვილი, 2020) ნახევრად სტრუქტურირებული ინტერვიუა, რომელიც ექვს ნაწილად წარმოდგენილი ღია კითხვებისგან შედგება. თავდაპირველად, კვლევის მონაწილემ უნდა წარმოიდგინოს, რომ მისი ცხოვრება წიგნია, გამოყოს თავები, დაასათაუროს და მოკლედ აღწეროს თითოეული მათგანი. მეორე ნაწილში გაერთიანებულია რვა კითხვა, რომელიც რესპონდენტის ცხოვრების ძირითად მომენტებს (დადებითი და უარყოფითი მოგონება, გარდამტეხი მომენტი, ბავშვობის მოგონებები და ა. შ.) შეეხება; ცხოვრების ისტორიის ინტერვიუ მოიცავს, ასევე, ცხოვრებისეული გამოწვევების, ჯანმრთელობის, დანაკარგის, პიროვნული იდენტობის და მომავლის შესახებ კითხვებს. ინტერვიუს ხანგრძლივობა დაახლოებით 2 საათია, კეთდება აუდიო ჩანაწერი და შემდეგ ინერება ტრანსკრიპტი (ხეჩუაშვილი, 2020).

დემოგრაფიული მონაცემების კითხვარი მოიცავდა კითხვებს კვლევის მონაწილეთა ასაკის, სქესის, განათლების, ოჯახური მდგომარეობის, სოციალური და დასაქმების სტატუსის შესახებ.

### 3.3. პროცედურა

კვლევის ეთიკური მხარე. ინტერვიუს ჩაწერამდე მონაწილეებს ზეპირი სახით მიენოვებოდათ დეტალური ინფორმაცია კვლევის ანონიმურობისა და კონფიდენციალობის შესახებ, ასევე, კვლევის მიზნის, ინტერვიუს შინაარსის, სავარაუდო ხანგრძლივობის და აუდიოჩანაწერის გაკეთების შესახებ და მხოლოდ ამის შემდეგ ინერებოდა თავად ინტერვიუ.

ადგილი და ხანგრძლივობა. ინტერვიუთა ნაწილი ჩაიწერა რესპონდენტების საცხოვრებელ ადგილას, ნაწილი — სამუშაო სივრცეში. კვლევის მონაწილეთა ნაწილთან დაკავშირება თბილისის პარასპორტის განვითარების ცენტრის ერთ-ერთი წარმომადგენლის მეშვეობით მოხდა, რის შემდეგაც, თანხმობის შემთხვევაში, მისთვის სასურველ დროსა და ადგილზე შედგა შეხვედრა. თითოეული შეხვედრა საშუალოდ 1.5-2 საათი გაგრძელდა.

### 3.4. მონაცემთა ანალიზისადმი მიდგომა

მონაცემები დამუშავდა როგორც რაოდენობრივად, ისე თვისებრივად. რაოდენობრივი დამუშავება მოიცავდა სამიზნე ცვლადების გამოყოფას, კოდირებას<sup>1</sup> და სტატისტიკურ ანალიზს; თვისებრივი ანალიზი კი, კვლევის მიზნებიდან გამომდინარე, თემატური ანალიზით შემოიფარგლა. რაოდენობრივი ანალიზისთვის გამოყენებულ იქნა IBM. SPSS.23.

#### 3.4.1. კოდირება

ტრანსკრიპტები გადაკოდირდა შემდეგი ცვლადების მიხედვით: მაკომპენსირებელი და კონტამინაციური თანმიმდევრობა, ავტობიოგრაფიული მსჯელობა და ნარატი-

<sup>1</sup> კოდირებისთვის გამოყენებულ იქნა უკვე არსებული კოდირების სახელმძღვანელო (ხეჩუაშვილი, 2020).



ეტლიდან დანახული „მე“ და სამყარო: სოციალური ადაპტაცია ფიზიკური ტრავმის შემდეგ და...

ვის თანმიმდევრულობა, მოტივაციური ასპექტი, ფსიქოლოგიური კარგად ყოფნის განცდა (ხეჩუაშვილი, 2020). კოდირების სანდოობის შესამოწმებლად მესამე და მეოთხე ავტორებმა, რომლებსაც წინასწარ არ ჰქონდათ ინფორმაცია კვლევის ჰიპოთეზებისა და მონაწილეთა დემოგრაფიული მონაცემების შესახებ, ხუთივე ცვლადის მიხედვით გადააკოდირა ტრანსკრიპტები.

გადაკოდირებული მოგონებები. თითოეული ცვლადისთვის ანალიზის ერთეულს წარმოადგენდა კონკრეტული მოგონება, ანუ ეპიზოდი ცხოვრების ისტორიიდან. თითოეული ინტერვიუდან გადასაკოდირებლად შეირჩა 12 მოგონება: პიკური გამოცდილება, ყველაზე უარყოფითი გამოცდილება, გარდამტეხი მოვლენა, ბავშვობის დადებითი მოგონება, ბავშვობის უარყოფითი მოგონება, მოზრდილობის მკაფიო მოგონება, სიბრძნის შემცველი მოვლენა, რელიგიური/სპირიტუალური გამოცდილება, მნიშვნელოვანი ცხოვრებისეული გამონგევა, ჯანმრთელობის, დანაკარგის და სინანულის ეპიზოდები. სულ დამუშავდა (12x15)180 მოგონება.

ავტობიოგრაფიული მსჯელობა გადაკოდირდა რამდენიმე კომპონენტის მიხედვით (McLean, 2008; Pasupathi & Mansour, 2006): რეფლექსიული გადამუშავება (საზრისი) და სელფ-მოვლენა კავშირები.

ნარატივში ფიქსირდებოდა რეფლექსიური გადამუშავება, ანუ საზრისი, კერძოდ: (1) საზრისის არარსებობა – თუ ნარატივში საერთოდ არ იყო ნახსენები აღწერილი მოვლენის საზრისი, ანუ მთხრობელი არ გვიხსნიდა, რა მნიშვნელობა ჰქონდა ამ ამბავს მისთვის, ეპიზოდს ენიჭებოდა კოდი „0“ ( $k = .92$ ); (2) გაკვეთილი – თუ ნარატივში ნათქვამი იყო, რომ მთხრობელმა მომხდარი ამბიდან რაიმე ისწავლა და ეს გაკვეთილი იყო მისთვის, ეპიზოდს ენიჭებოდა კოდი „1“. (3) ბუნდოვანი საზრისი – თუ ნარატივში აღწერილი იყო გარკვეული ზრდა ან ცვლილება სელფში, მაგრამ არ იყო დაკონკრეტებული, რა ცვლილებაზე იყო საუბარი, ეპიზოდს ენიჭებოდა კოდი „2“. (4) ინსაიტი – თუ ნარატივში აღწერილ მოვლენას ექსპლიციტურად სცილდებოდა ინდივიდის მიერ საკუთარი თავის, სამყაროს ან ურთიერთობების გაგება, ეპიზოდს ენიჭებოდა კოდი „3“.

ნარატივში, ასევე, ფიქსირდებოდა სელფ-მოვლენა კავშირის არსებობა, როდესაც მთხრობელი ექსპლიციტურად აღნიშნავდა რაიმე სახის კავშირის არსებობას მოთხრობილ მოგონებასა და სელფს შორის. ამრიგად, ჯერ ფიქსირდებოდა, იყო თუ არა (ქვემოთ ჩამოთვლილთაგან) რომელიმე სახის კავშირი ნარატივში და შემდეგ ენიჭებოდა შესაბამისი კოდი: „0“ – არ არის რაიმე სახის კავშირი, „1“ – არის რაიმე სახის კავშირი. თუ არ არის კავშირი, სრულდებოდა მოცემული სცენის/ეპიზოდის კოდირება. იმ შემთხვევაში, თუ იყო კავშირი, მაშინ ეპიზოდი ფასდებოდა ქვემოთ ჩამოთვლილი მახასიათებლების მიხედვით: (1) ნარატივში ფიქსირდებოდა სტაბილობის მაჩვენებელი, ანუ ახსნითი კავშირი, თუ ის სელფის სტაბილური ასპექტის ახსნას გვთავაზობდა („რას ამბობს ეს ეპიზოდი ჩემს ცხოვრებაზე [...] ალბათ, უფრო იმას ამბობს, რომ რაღაც პასუხისმგებლობის აღება შემიძლია, ანუ ჩემს გადარჩევტილებზე პასუხი ვაგო.“) ( $k = .85$ ); (2) ნარატივში ფიქსირდებოდა ცვლილების შემცველი კავშირი, როდესაც მოთხრობილი მოვლენა რაიმე სახის ცვლილებას იწვევდა მთხრობელში („უფრო მეტი სიფრთხილისკენ მიბიძგა, რომ ან იქნებ მანამდე მომეფიქრებინა, რომ ის ადამიანი არ გადამიხდოდა, მანამდე შემეფასებინა და რაღაცნაირად, ასე ვთქვათ, თავი დამეცვა,

სანამ ის ფაქტი უკვე მოხდებოდა. აქედან გამომდინარე, ალბათ, უფრო მეტი ყურადღება, უფრო მეტი დაკვირვება, უფრო მეტი სიფრთხილე გამოიმჩნევა.”)( $k=.85$ ).

*ნარატივის თანამიმდევრულობა, ანუ კოჰერენტულობა* შეფასდა სამგანზომილებიან სკალაზე (Reese, et al., 2011; McLean, et al., 2016): კონტექსტი, ქრონოლოგია და თემა. თითოეული მათგანი 0-3-ქულიან სკალაზე გაიზომა, სადაც „0“ ნიშნავდა განზომილების სრულიად არარსებობას, ხოლო „3“ – სრულად წარმოდგენილ განზომილებას. მოვლენას კონკრეტულ დროსა და ადგილზე კონტექსტის განზომილება ათავსებდა ( $k=.92$ ); ნარატივის დროში ორგანიზებულობას (ტემპორალური გამართულობა) ქრონოლოგია გვიჩვენებდა ( $k=.83$ ), ხოლო თემა აფასებდა, რამდენად ნათლად იყო წარმოდგენილი ნარატივის თემა ( $k=.82$ ).

### **ნარატივის სტრუქტურა**

*მაკომპენსირებელი თანამიმდევრობა.* ნარატივი მაკომპენსირებელი თანამიმდევრობის მქონედ ითვლებოდა თუ მასში ექსპლიციტურად იყო გადმოცემული უარყოფითი ამბიდან/მოვლენიდან დადებითზე გადასვლა და ენიჭებოდა კოდი „1“ ( $k=.95$ ): კვლევის მონაწილის აზრით, (ა) უარყოფითი მოვლენა ან ეპიზოდი იწვევდა დადებით მოვლენას ან ეპიზოდს („ვიქრობ, ესლა ვარ ბედნიერ პერიოდში, როდესაც ძალიან ბევრი სირთულე დავძლიე, დამეხმარა პიროვნულ განვითარებაში ძალიან“) ან (ბ) უარყოფითი მოვლენა უშუალოდ დროში უსწრებდა დადებით მოვლენას („ინტერნეტში ჩემ ფოტოს არ ვდებდი, კომპლექსები მქონდა ეტლის გამო, ერთმა მომწერა“ „რა არის შენს ფოტოს რომ არ დებ, ინვალიდი ხომ არ ხარო. ამის შემდეგ 3 დღე ეტლში არ ჩავჯექი, ცუდად ვიყავი, ვინეჩი და აი, ის „ინვალიდი ხომ არ ხარ“ თავში მიტრიალებდა და უცბად წამოვნიე თავი და „ვინ არის ინვალიდი“, ყველაფერზე გავბრაზდი, ჩავჯექი ეტლში და როგორც მომწონდა, ისე გადავალეხინე მამაჩემს კარგი, პოზიტიური, გალიმებული ფოტო. დავდე და ვუთხარი ჩემს თავს „მერე რა, რომ ეტლში ზიხარ...“). თუ ნარატივში ასეთი თანამიმდევრობა არ იყო, ნარატივს ენიჭებოდა კოდი „0“.

*კონტამინაციის თანამიმდევრობა.* კონკრეტული მოგონება კონტამინაციის თანამიმდევრობის მქონედ ითვლებოდა, როდესაც ნარატივში ექსპლიციტურად იყო გამოხატული დადებითი ან დამაკმაყოფილებელი მდგომარეობიდან უარყოფითზე გადასვლა და ენიჭებოდა კოდი „1“. კონტამინაციის თანამიმდევრობა კოდირდებოდა, თუ ნარატივში მოთხრობილი კარგიდან/დამაკმაყოფილებელიდან ცუდ მდგომარეობაზე გადასვლა ქრონოლოგიური დროის შესაბამისი იყო („ვიყავი ლალი და დამოუკიდებელი, ვემზადებოდი მისაღები გამოცდებისთვის, სტუდენტური ცხოვრებისთვის, ტრავმის მიღების შემდეგ კი დამოუკიდებლად კვებაც კი არ შემეძლო, თავის მობრუნებაზეც კი ჟანგბადის უკმარისობა მენწყებოდა და გონება მეთიშებოდა“). იმ შემთხვევაში თუ, მაგალითად, კვლევის მონაწილე საუბრობდა ჯერ მოზრდილობის დადებით ეპიზოდზე, ხოლო შემდეგ ბავშვობის უარყოფით მოგონებაზე, ეს ნარატივი არ კოდირდებოდა კონტამინაციის თანამიმდევრობის მქონედ.

*ფსიქოლოგიური კარგად ყოფნის განცდა* გაიზომა ექვსგანზომილებიანი მოდელის ფარგლებში (Ryff, 1995, 2014, 2018), თუმცა თვითანგარიშის კითხვარის<sup>1</sup> ნაცვლად,

<sup>1</sup> ქართული ვერსიისთვის იხ. ხეჩუაშვილი, 2017.

ეტლიდან დანახული „მე“ და სამყარო: სოციალური ადაპტაცია ფიზიკური ტრავმის შემდეგ და...

ფსიქოლოგიური კარგად ყოფნის სხვადასხვა ასპექტი გადაკოდირდა ნარატივებში. ამისათვის გამოყენებულ იქნა კითხვარში გაერთიანებული ექვსი სკალის აღწერილობა. მიიჩნეოდა, რომ ნარატივში წარმოდგენილი იყო მოცემული ასპექტი (= კოდი 1), თუ ამბავი შეესაბამებოდა სკალის ოპერაციონალიზაციაში მოცემულ აღწერილობას. ნარატივს ენიჭებოდა კოდი „0“, თუ მოყოლილი ამბავი არ შეიცავდა მოცემული ასპექტის შესატყვის ვითარებას.

გადაკოდირებული განზომილებებია: (1) *ავტონომია*, რომელიც გულისხმობს თვითდეტერმინაციასა და დამოუკიდებლობას, სოციალური ზენოლებისადმი წინააღმდეგობის განევას, ქცევის რეგულაციას და საკუთარი თავის პირადი სტანდარტებით შეფასებას; (2) *გარემოს ფლობაში* მოიაზრება გარემოს მართვის კომპეტენციების ქონა, გარეგანი აქტივობების ფართო სპექტრის კონტროლის უნარი, არსებული შესაძლებლობების ეფექტურად გამოყენება და ისეთი კონტექსტების შერჩევისა და შექმნის უნარ-ჩვევები, რომლებიც ინდივიდის პიროვნულ მოთხოვნილებებსა და ღირებულებებს შეესაბამება; (3) *პიროვნული ზრდა* მოიაზრებს უწყვეტ განვითარებას, როდესაც ინდივიდი საკუთარ თავს მზარდ და ახალი გამოცდილებისადმი ღია პიროვნებად აღიქვამს. დარწმუნებულია, რომ შეუძლია საკუთარი პოტენციალის რეალიზება, ხედავს საკუთარ თავსა და ქცევაში უკეთესობისკენ სვლას; (4) *დადებითი ურთიერთობები* სხვებთან მოიცავს სხვა ადამიანებთან დამაკმაყოფილებელი, მიმნდობი ურთიერთობების ქონას, სხვათა კეთილდღეობაზე ზრუნვას და ძლიერი ემპათიის, ემოციური მიჯაჭვულობისა და ინტიმურობის განცდის უნარს, კარგად ესმის ადამიანური ურთიერთობების ორმხრივი ბუნება; (5) *მიზანი ცხოვრებაში* არის განზომილება, რომელიც აერთიანებს მიმართულობისა და მიზნის არსებობის განცდას, წარსული და აწმყო ცხოვრების საზრისის ხედვას; რწმენას, რომ ცხოვრებას აქვს აზრი; (6) *საკუთარი თავის მიღება* გულისხმობს საკუთარი თავისადმი დადებით დამოკიდებულებას, საკუთარი მე-ს სხვადასხვა ასპექტის არსებობასა და მიღებას, კარგი და ცუდი თვისებების ჩათვლით; ზოგადად, საკუთარი წარსულისადმი დადებით დამოკიდებულებას.

### 3.4.2. თემატური ანალიზი

თემატური ანალიზის მეშვეობით ნარატივებში გამოვლინდა ის საკითხები, რომლებიც თხუთმეტივე ინტერვიუში ან მათ უმრავლესობაში იყო აღწერილი. შემდეგ მოხდა თითოეული თემის სახელდება. თითოეული მათგანი ილუსტრირებულია ინტერვიუებიდან ამონარიდებით. რესპონდენტთა სახელები შეცვლილია.

## 4. შედეგები

კვლევის შედეგები ორ ნაწილად არის წარმოდგენილი: ჯერ რაოდენობრივი ანალიზის შედეგებია მიმოხილული, ხოლო შემდეგ თემატური ანალიზი და ინტერპეტაცია წარმოდგენილი, რომელიც რესპონდენტების მიერ მოთხრობილი ისტორიებიდან ამონარიდებით არის ილუსტრირებული.

#### 4.1. რაოდენობრივი ანალიზი

კვლევის რაოდენობრივი ნაწილის შედეგები შემდეგნაირად არის წარმოდგენილი: ცალ-ცალკე ბლოკებად არის მოცემული აღწერითი სტატისტიკა სამიზნე ცვლადებისთვის (ავტობიოგრაფიული მსჯელობა, ნარატივის სტრუქტურა, ნარატივის თანმიმდევრულობა, ფსიქოლოგიური კარგად ყოფნა). შემდეგ ნაჩვენებია და გაანალიზებულია ამ ცვლადებს შორის ურთიერთმიმართება. ყველა მონაცემი სანდოა სტატისტიკურად სანდოობის 0.05 დონეზე.

##### 4.1.1. აღწერითი სტატისტიკა

გაანალიზებული ნარატივების ნახევარი არ შეიცავდა ავტობიოგრაფიულ მსჯელობას, თუმცა, დანარჩენი ამბები, რომლებიც ცხოვრებაში საზრისის ძიებასა და პოვნას შეეხებოდა, სტაბილურობისა (2/3) და ცვლილებების (1/3) შესახებ მოგვითხრობდნენ და ეს, უმეტესწილად, იყო ამბები დანაკარგის, გარდამტეხი მომენტებისა და ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული გამოწვევების შესახებ.

*ნარატივის სტრუქტურა:* ნარატივების 1/3-ს (28.3%) მაკომპენსირებელი თანმიმდევრობა ჰქონდა, ხოლო 1/5-ს – (19.4%) კონტრამინაციის. აქვე უნდა აღინიშნოს, რომ ამბების თხრობის სტრუქტურა არ უკავშირდებოდა მოგონების ტიპს. სხვა სიტყვებით, განურჩევლად იმისა, ბავშვობის მოგონებას ყვებოდა რესპონდენტი, გარდამტეხ გამოცდილებას თუ დანაკარგის შესახებ ამბავს, ნარატივის სტრუქტურა და მასში წარმოდგენილი ავტობიოგრაფიული მსჯელობის თავისებურებები არ იცვლებოდა ერთი რესპონდენტის შემთხვევაში, რაც თხრობის სტილის მეტ-ნაკლებად სტაბილურობასა და ინდივიდუალურ თავისებურებაზე მიუთითებს.

მონათხრობების ნახევარი არათანმიმდევრული აღმოჩნდა დროის, კონტექსტისა და თემის თვალსაზრისით. დანარჩენი ნარატივების ორი-მესამედი მიჰყვება თემატურ თანმიმდევრობას. ამასთან, ყველაზე თანმიმდევრული ბავშვობის უარყოფითი მოგონება, დანაკარგისა და ჯანმრთელობის პრობლემებთან დაკავშირებული მოგონებები აღმოჩნდა ( $F = 3.048, p = .001$ ).

რაც შეეხება ფსიქოლოგიური კარგად ყოფნის ინდიკატორებს, ფაქტობრივად, ყველა გაანალიზებულ ნარატივში ერთი ასპექტი მაინც იყო წარმოდგენილი. ასე მაგალითად, ისტორიების მეხუთედში გამოიკვეთა პიროვნული ზრდისა და ცხოვრებაში მიზნის ასპექტები (18.4% და 20.1%, შესაბამისად), ისტორიების მეოთხედში – გარემოზე კონტროლის შემცირების ტენდენცია (25.9%), ხოლო სხვებთან დადებითი ურთიერთობებისა და ავტონომიის განზომილებები გაანალიზებული ამბების მესამედში (32.2% და 28.2%, შესაბამისად) შეინიშნებოდა.

კორელაციურმა და რეგრესიულმა ანალიზმა აჩვენა, რომ ავტობიოგრაფიული მსჯელობა სანდოდ კორელირებს ( $r = .4, p = .000$ ) ფსიქოლოგიური კარგად ყოფნის განცდის ინდიკატორებთან და, ასევე, სანდოდ წინასწარმეტყველებს მას (ცხრილი 2), რაც კარგად ეთანადება ჩვენს მოლოდინს: ავტობიოგრაფიული მსჯელობით მეტად მდიდარ ნარატივებში ფსიქოლოგიური კარგად ყოფნის განცდის მეტად გამოკვეთილ ინდიკატორებს უნდა ველოდოთ

**ცხრილი 2. ავტობიოგრაფიული მსჯელობა, როგორც ფსიქოლოგიური კარგად ყოფნის პრედიქტორი**

	$\beta$	SD	Beta	T	Sig.
<b>(Constant)</b>	.745	.212		3.507	<b>.001</b>
<b>ავტობიოგრაფიული მსჯელობა</b>	.471	.097	.348	4.859	<b>.000</b>

**4.2. თვისებრივი ანალიზი**

გარდა იმისა, რომ ტრანსკრიპტები გადაკოდირდა და გაანალიზდა კონკრეტული სამიზნე ცვლადების მიხედვით, მასალა თემატურად დამუშავდა და გამოიყო ის ძირითადი თემატური ხაზები, რომლითაც რესპონდენტები აგებენ საკუთარი თავისა და ცხოვრების შესახებ თხრობას. მონათხრობებში კარგად იკვეთება ის პროცესები და ეტაპები, რომელთა გავლაც მოუწიათ კვლევის მონაწილეებს ტრავმის მიღებიდან დღემდე. ისინი საუბრობენ თავად ტრავმაზე, თუმცა მათ მონათხრობებში გაცილებით დიდი ადგილი უკავია ტრავმის შემდგომ გამოცდილებებს, რომლებიც რამდენიმე ძირითადი თემატური ხაზის გასწვრივ ლაგდება. ესენია: განყვეტილი ცხოვრება (ტრავმამდე და ტრავმის შემდეგ), სხეულის ხატი და ეტლისადმი დამოკიდებულება, სელფის რეკონსტრუირება და ადაპტაცია, მოტივატორები და რესურსები, ცხოვრებაში ადგილის პოვნა და საზოგადოებაში სრულფასოვან წევრად დაბრუნება.

**4.2.1. განყვეტილი ცხოვრება**

კვლევის ყველა მონაწილის ცხოვრების ისტორია ორ ნაწილად იყოფა: „-მდე და შემდეგ“: „ჩემი ცხოვრება ორ ნაწილად შეიძლება გაიყოს: ეტლით მოსარგებლებამდე და მას შემდეგ“ (ქალი, 34). ეს ნყვეტა უფროა, ვიდრე დაყოფა. თითოეულმა მათგანმა მოულოდნელი, ტრაგიკული შემთხვევის შემდეგ ახალ რეალობაში გაიღვიძა და ულმობელი ფაქტის წინაშე დადგა: „ცხოვრება ვეღარ იქნებოდა ისეთი, როგორც იყო და წარმომედგინა მომავალში“ (ქალი, 44).

**4.2.2. ახალი სხეული და ეტლი**

ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი ცვლილება, რაც ახალმა რეალობამ მოუტანა ამ ადამიანებს, ახალი სხეული იყო; სხეული, რომელსაც უნარებიც შეცვლოდა და სივრცეში მდებარეობა და გადაადგილების შესაძლებლობაც. კვლევის მონაწილეებს, პირდაპირი მნიშვნელობით, ხელახლა მოუწიათ საკუთარი სხეულის გაცნობა, შესწავლა და მასთან ერთად ახალი ცხოვრების აწყობა. როგორც ერთ-ერთი რესპონდენტი ამბობს, რომელსაც ტრავმის მიღების მომენტისთვის ქმარ-შვილიც ჰყავდა და პროფესიაც, „უნდა მომერგო ჩემი ახალი სხეული და ამასთან ერთად მეცხოვრა ამიერიდან“ (ქალი, 44).

ერთია იმის გაცნობიერება, რომ ტრავმამ სამუდამოდ შეცვალა არა მხოლოდ სხეულის (და არა მარტო სხეულის) შესაძლებლობები, არამედ მთლიანად ცხოვრება და მეორე, ამ შეცვლილი ცხოვრების მიღება და ახალ რეალობაში მაქსიმალურად ადაპტირებულად ყოფნა. ასე რომ, კვლევის მონაწილეებს მოუწიათ საარსებო ფიზიკური

სივრცის ხელახლა გააზრება და მორგება ყოველდღიურ ცხოვრებაში. ერთ-ერთი საშუალება, რაც მათ ფასდაუდებელ შესაძლებლობად მიეცათ, ეტლი იყო. ეტლისადმი დამოკიდებულება და ნაბიჯი ეტლისკენ კიდევ ერთი ნყალგამყოფია, რომელსაც კვლევის მონაწილეები „შემდეგ ეტაპს“, „დაბრუნებისკენ“ გადადგმულ ნაბიჯს უწოდებენ. ცხოვრებაში ეტლის შემოტანა ამ ადამიანებისთვის სხეულის ახალი ხატის ფორმირების მანიფესტაციაა; იმ ახალი სელფის აღიარება და მიღებაა, რომელსაც ისინი თავადვე უწოდებენ „ეტლით მოსარგებლებას“.

ერთ დღესაც მივხვდი, რომ თუ ეტლში არ ჩავჯდებოდი უბრალოდ ცხოვრების გაგრძელებას დამოუკიდებლად ვერ შევძლებდი, ვერ ვიმუშავებდი, ვერ ვივლიდი მეგობრებთან. ამიტომ ახლა ეტლი, როგორც ფეხსაცმელი ისე მაქვს (ქალი, 36).

მებრძოლი ვარ და ვერაფერი შემაჩერებს. მადლიერი ვარ, რომ ეტლით მოსარგებლე ვარ და არ მაქვს სხვა შეზღუდვა. ხელები და ფეხები არ მაქვს პარალიზებული, შემიძლია საუბარი, ამიტომაც დამოუკიდებელი ვარ (ქალი, 42).

თუმცა ეს პროცესი ყველასთვის ერთნაირად იოლი არ ყოფილა და ეტლი იმთავითვე რესურსად არ ესახებოდათ. ზოგიერთ მათგანს საკუთარ თავთან ჭიდილისა და წინააღმდეგობების დაძლევის ფასად მოუწია ახალი სხეულის ხატისა და, შესაბამისად, ახალი სელფის მიღება: „უკვე რამდენიმე დღე იდგა ეტლი ჩემს ოთახში და არ ვჯდებოდი, ვერ წარმომედგინა, რომ ეტლით უნდა მევლო იქ, სადაც მანამდე მივლია“ (კაცი, 35).

### 4.2.3. სელფის რეკონსტრუირება და ადაპტაცია

სხეულის ახალი ხატის მიღება, რაც, როგორც ვთქვით, ცხოვრებაში ეტლის არსებობის დაშვებითა და მასთან ადაპტაციით მანიფესტირდა, ფაქტობრივად, ახალი სელფის რეკონსტრუირების მიმდინარე პროცესისა და ახალ რეალობასთან ადაპტაციის კარგი ინდიკატორია. ეს მნიშვნელოვანი გარდამტეხი მოვლენა იყო კვლევის მონაწილეების ცხოვრებაში, ვინაიდან ეტლში ჩაჯდომით გაიზარდა მათი მოტილურობა, გადაადგილებისა და ყოველდღიურ სოციალურ ცხოვრებაში აქტიურად მონაწილეობის შესაძლებლობა. ამან, თავის მხრივ, შესაბამისი ცვლილებები მოიტანა მათ პირად ცხოვრებასა და კარიერული განვითარების თვალსაზრისით. მათ „ყველაფერი თავიდან დაიწყეს“: „ეტლთან ერთად ყველაფერს თავიდან იწყებ. ყველაფერი ახალია, შენს საკუთარ სახლშიც კი. შენ გინევს მოერგო შენს (ფიზიკურ) გარემოს შენ თვითონ“ (ქალი, 28). ამ ციტატის ავტორი ცვლილებაზე საუბრისას ერთ ძალიან მნიშვნელოვან რამეს ამბობს. მის ფრაზაში ხაზგასმით არის ნათქვამი, რომ ადამიანს (მას) თავად უწევს ამ ცვლილებების განხორციელება. ის არის ერთადერთი, ვისაც შესწევს ძალა და მოტივაცია, რომ „ყველაფერი თავიდან დაიწყოს“ ეტლთან ერთად.

ცხადია, ეს გზა არცერთი რესპონდენტისთვის ყოფილა იოლი და ერთ-ერთი დამბრკოლებელი საზოგადოებაში რეინტეგრაციის პროცესში თავად ამ საზოგადოების, ადამიანების დამოკიდებულებები იყო. როგორც ერთ-ერთი რესპონდენტი იხსენებს: „ყველაზე მტკივნეულად მახსენდება, როდესაც ტაქსის მძღოლმა მითხრა, რომ მცოდნოდა ეტლით მოსარგებლე იყავი არ მოვიდოდი შეკვეთაზეო. ეს თქვა, გადამსვა მანქანის სავარძელზე და კარი მაგრად მომიჯახუნა“ (ქალი, 42).

ეტლიდან დანახული „მე“ და სამყარო: სოციალური ადაპტაცია ფიზიკური ტრავმის შემდეგ და...

#### 4.2.4. რესოციალიზაცია: მოტივატორები და რესურსები

ნებისმიერ ადამიანს მოეპოვება ერთი რესურსი მაინც, რომელიც მძიმე სიტუაციაში საყრდენად და ჩასაჭიდებელ ხავსად შეუძლია გამოიყენოს. სწორედ ასეთ საყრდენზე საუბრობდნენ კვლევის მონაწილეები, როდესაც ტრავმის შემდგომ სიცოცხლის გაგრძელებისა და ახალი ცხოვრების დაწყების ამბავს მოგვითხრობდნენ. ასეთი საყრდენი ზოგიერთისთვის ოჯახი და შვილები აღმოჩნდა: „ჩემი შვილებისთვის უნდა ვყოფილიყავი კარგად. მათ ჯერ კიდევ სჭირდებოდათ დედა... მერე რა, რომ ეტლში ვიჯექი, მე მათთვის სრულფასოვანი დედა ვიყავი, სიყვარულის უნარი სიარულის უნართან არ არის კავშირში“ (ქალი 44). ზოგისთვის საყვარელი პროფესია იქცა საზოგადოებაში ჩართულობისა და სარგებლიანობის განცდის დაბრუნების წყაროდ: „ჟურნალისტი ვარ და ინტერნეტის გამოჩენასთან ერთად, მივხვდი, რომ ბევრი სარგებლის მოტანა შემძლო ჩემი ცოდნითა და გამოცდილებით. მერე რა, რომ რეპორტაჟებზე ველარ ვივლიდი აქტიურად. ამიტომ ბევრი წელი სახლიდან ვმუშაობ ნარმატებით“ (ქალი, 44). ზოგიერთი რესპონდენტისთვის კი ასეთი რესურსი ის ახალი შესაძლებლობები და საქმიანობებია, რომლებიც მხოლოდ ეტლით მოსარგებლედ გახდომის შემდეგ აღმოაჩინეს: „პარასპორტით დავკავდი. ტრავმამდე არასოდეს მიფიქრია სპორტში ყოფნა და სერიოზული მიზნების დასახვა. ახლა ნარმატებულ ვარ და ეს მძლევს იმის განცდას, რომ რაღაცას სასარგებლოს ვაკეთებ“ (კაცი, 35). სწორედ ამ რესურსების მოძიებისა და მაქსიმალურად გამოყენების მეშვეობით შეძლეს კვლევაში მონაწილე ადამიანებმა ცხოვრებაში ადგილის პოვნა და საზოგადოებაში სრულფასოვან წევრად დაბრუნება.

თუმცა, როგორც რესპონდენტები ამბობენ, ყველაზე მნიშვნელოვანი რესურსი თავად ადამიანი და საკუთარი თავისადმი მისი დამოკიდებულებაა:

არასდროს ვაქცევ ყურადღებას ჩემს შეზღუდულ შესაძლებლობას, მახსენდება მხოლოდ მაშინ, როდესაც სხვა ეტლით მოსარგებლეს ვხედავ. მე ეს არ მახსოვს, რადგან ისევ შესაბამისობაში ვარ ცხოვრების რიტმთან (ქალი, 42).

ბავშვობიდანვე დამოუკიდებელი ვიყავი. მიყვარდა თავისუფლება, ბუნება და სკოლის ასაკშიც კი შემძლო თავის მოვლა, როცა სახლში მარტო ვრჩებოდი... ამიტომ ზუსტად ვიცოდი, რომ ეტლში ჩაჯდომას როგორც კი შევძლებდი, მაშინვე დავიბრუნებდი დამოუკიდებლობას და ეტლი ჩემთვის განაჩენი ვერ იქნებოდა (ქალი, 28).

#### 4.3. მთლიანობითი ინტერპრეტაცია

ამრიგად, წინამდებარე კვლევის ფარგლებში ზურგის ტვინის ტრავმის მქონე ეტლით მოსარგებლე 15 ადამიანის ცხოვრების ისტორიიდან 12 ძირითადი მოგონება ამოვკრიფეთ და ვნახეთ, ერთი მხრივ, როგორ არის მათში წარმოდგენილი ძირითადი სამიზნე ცვლადები (რაოდენობრივი ანალიზი) და, მეორე მხრივ, რომელი ძირითადი თემატური ხაზების გასწვრივ აგებენ ისინი თავიანთი ცხოვრების ახალ ისტორიას (თვისებრივი ანალიზი) და, შესაბამისად, საკუთარ განახლებულ ნარატიულ იდენტობას.

ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი თემატური ხაზი, რომელიც, ფაქტობრივად, ყველა რესპონდენტთან გვხვდება, ტრავმის გამო განწყვეტილი ცხოვრებაა, როდესაც ადამიანები

ტრავმამდე და ტრავმის შემდგომ სელფსა და ცხოვრებაზე ისე საუბრობენ, როგორც ორი განსხვავებული პიროვნების ორ განსხვავებულ ცხოვრებაზე. მეტიც, ზოგიერთი მათგანი აღნიშნავს, რომ ცხოვრებამ აზრი მხოლოდ ტრავმის შემდგომ შეიძინა და რაც მანამდე მოხდა, უმნიშვნელო და უინტერესო იყო. კვლევის მონაწილეები ტრავმის შემდეგ, ფაქტობრივად, ახალ სელფს ქმნიან, რომელსაც ახალი სხეული, სივრცე და ურთიერთობები აქვს, რაც ბუნებრივად ბადებს ტრავმის შემდგომ ცხოვრების თავიდან, ნულიდან დაწყების განცდას. არსებული კვლევები აჩვენებს (Pasupathi, 2016; ხეჩუაშვილი, 2020), რომ მეტ-ნაკლებად სტაბილურ პერიოდებში, როდესაც ადამიანის ცხოვრებაში ბევრი არაფერი ხდება ფსიქოლოგიური ცვლილებების თვალსაზრისით, პიროვნული უწყვეტობის განცდის შენარჩუნებაც არ წარმოადგენს განსაკუთრებულად რთულად შესასრულებელ ამოცანას. მეტიც, მყარი სოციალური როლები და იდენტობები, მატერიალური გარემოს, ფინანსური საყრდენისა და სხეულის სტაბილურობის განცდის მეშვეობით, ხელს უწყობენ ამ უწყვეტობის განცდის შენარჩუნებას (Haslam et al., 2008). თუმცა, როგორც კი ცხოვრება ან/და პიროვნება მკვეთრად იცვლება და ეს, უპირატესად, უარყოფითი ცხოვრებისეული მოვლენების მიზეზით ხდება, მაგალითად, სხეულის იძულებითი მოდიფიკაციის – კიდურის დაკარგვის ან ფიზიკური ტრავმის შედეგად ეტლში ჩაჯდომით, ჩნდება პიროვნული წყვეტის განცდა, რაც ინდივიდის მიერ იდენტობისთვის შექმნილ საფრთხედ აღიქმება.

სწორედ ამ დროს ხდება მნიშვნელოვანი და საჭირო პერსონალური ისტორიის თხრობაში ავტობიოგრაფიული მსჯელობის შემოტანა (Habermas & Kober, 2016), რომელიც ადამიანს მომხდარის გააზრების, მასში მნიშვნელობის პოვნისა და საკუთარ ნარატივში ჩართვის საშუალებას აძლევს. შესაბამისად, იგი ახერხებს საკუთარი თავის უწყვეტობის განცდის აღდგენას ან/და შენარჩუნებასა და ახალ რეალობასთან ადაპტაციას. ამაზე მიუთითებს ჩვენს კვლევაში რაოდენობრივი ანალიზით მიღებული შედეგებიც. ავტობიოგრაფიული მსჯელობის ინდიკატორები მნიშვნელოვანი გარდამტეხი მოვლენების, განცდილი დანაკარგისა თუ ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული გამონეგების, ერთი სიტყვით, უარყოფითი ცხოვრებისეული გამოცდილებების შესახებ თხრობისას იკვეთება და ასეთი ამბები გაანალიზებული ნარატივების დაახლოებით ნახევარს შეადგენს. ეს შედეგიც კარგად ესადაგება არსებული კვლევების შედეგებს: ვინაიდან უარყოფითი გამოცდილებები უფრო მეტად უქმნის ინდივიდის იდენტობას საფრთხეს, ვიდრე დადებითი; მათი კოგნიტური გადამუშავება, ავტობიოგრაფიული რეფლექსია და მონათხრობის სახით წარმოდგენა მეტ ძალისხმევას საჭიროებს. აღსანიშნავია, რომ რესპონდენტთა მიერ მოთხრობილი დადებითი მოვლენები მოკლებულია ავტობიოგრაფიული მსჯელობის ელემენტებს, რაც, ასევე, ლოგიკურია. როგორც კვლევა აჩვენებს (Lyubomirsky, Sousa, & Dickerhoof, 2006), დადებითი ემოციური ელფერის მქონე მოვლენების შესახებ მსჯელობამ და რეფლექსიამ შეიძლება შეამციროს კიდევ ინდივიდის ფსიქოლოგიური კარგად ყოფნის განცდა. აქედან გამომდინარე, ავტობიოგრაფიული მსჯელობა მხოლოდ მაშინ უკავშირდება დადებითად ფსიქოლოგიური კარგად ყოფნის განცდას, თუ ის უარყოფითი მოვლენების კონტექსტში ხორციელდება და არა – დადებითის (Lilgendahl & McAdams, 2011). როგორც ჩვენი კვლევის შედეგები აჩვენებს, სწორედ უარყოფითი ემოციური ელფერის მქონე მოვლენების შე-



ეტლიდან დანახული „მე“ და სამყარო: სოციალური ადაპტაცია ფიზიკური ტრავმის შემდეგ და...

სახებ თხრობაში გამოვლენილი ავტობიოგრაფიული მსჯელობა წინასწარმეტყველებს სანდოდ ფსიქოლოგიური კარგად ყოფნის განცდას.

კიდევ ერთი მნიშვნელოვანი შედეგი, რომელიც რაოდენობრივმა ანალიზმა მოგვცა, რესპონდენტების მიერ თავიანთი ცხოვრების ისტორიის თხრობის სტრუქტურას შეეხება. გაანალიზებული ნარატივების მესამედი მაკომპენსირებელი თანმიმდევრობით იყო წარმოდგენილი და ეს, უპირატესად, ისევ და ისევ უარყოფითი ცხოვრებისეული მოვლენების შესახებ თხრობისას შეინიშნებოდა, რაც თანხვედრა სხვადასხვა შერჩევაზე საქართველოში ჩატარებულ ანალოგიურ კვლევებში მიღებულ შედეგებს (ხეჩუაშვილი, 2020; Khechuashvili, 2018; ჯანანაშვილი, ხეჩუაშვილი & გოგიჩაიშვილი, 2018; გოგიჩაიშვილი, ხეჩუაშვილი & მესტიერიშვილი, 2016). აქვე უნდა აღინიშნოს, რომ მაკომპენსირებელი თანმიმდევრობა, ზოგადად, ტრავმის შემდგომ პიროვნულ ზრდაზე მიუთითებს, რაც, არსებული კვლევების მიხედვით, გაშუალებულია ავტობიოგრაფიული მსჯელობით და, თავის მხრივ, ფსიქოლოგიური კარგად ყოფნის განცდის კარგ პრედიქტორს წარმოადგენს (McAdams & Pals, 2008სყ, Khechuashvili 2019; ხეჩუაშვილი, 2016ა; 2020).

არსებულ სურათს ავსებს ნარატივების თანმიმდევრულობის ცვლადის მიხედვით რაოდენობრივი ანალიზი: მონათხრობების დაახლოებით ნახევარი არათანმიმდევრულია დროის, კონტექსტისა და თემის თვალსაზრისით და ეს, ძირითადად, დადებითი მოგონებების თხრობისას შეინიშნება. დანარჩენი ნარატივების ორი მესამედი თემატურად თანმიმდევრულია. ეს განსაკუთრებით მართებულია ბავშვობის უარყოფითი გამოცდილების, დანაკარგისა და ჯანმრთელობის პრობლემებთან დაკავშირებული მოგონებების შემთხვევაში, რაც ლოგიკურად ეხმიანება ნეგატიური გამოცდილებების პერსონალურ ნარატივში ინტეგრაციისთვის ავტობიოგრაფიული გადამუშავების საჭიროებას. თემატური თანმიმდევრულობა რეფლექსიური გადამუშავების პროცესში მიიღწევა. სხვა სიტყვებით, შეუძლებელია მომხდარში საზრისის დანახვა, თუ თხრობა თემატურად თანმიმდევრული არ არის და უარყოფით მოვლენაში დადებითის დანახვას ვერ ახერხებს მთხრობელი. მძიმე გამოცდილებებში, კერძოდ, ზურგის ტვინის ტრავმის გამო ეტლში ჩაჯდომასა და ყველა თანმდევ იძულებით ცვლილებაში საზრისის დანახვა კი მთხრობელს ახალ რეალობასთან ადაპტაციისა და ახალი სელების, ახალი იდენტობის ფორმირებისკენ მიმართავს, რასაც, თავის მხრივ, იგი ფსიქოლოგიური კარგად ყოფნის განცდისკენ მიჰყავს.

## 5. კვლევის შეზღუდვები და სამომავლო მიმართულებები

წარმოდგენილ კვლევას რამდენიმე შეზღუდვა აქვს. (ა) პირველ რიგში, ეს არის შერჩევის მოცულობა. როგორც უკვე აღინიშნა, კვლევაში 15 ადამიანი მონაწილეობდა, რაც საკმარისია თვისებრივი კვლევისთვის, მაგრამ არა – რაოდენობრივი ანალიზისა და თეორიული მოდელის გადასამოწმებლად, თუმცა, მიღებული შედეგები შემდგომი, უფრო მასშტაბური კვლევის კარგ საფუძველს ქმნის. (ბ) მეორე შეზღუდვა თავად შერჩევის კომპოზიციას შეეხება. კვლევაში მხოლოდ ის ადამიანები მონაწილეობდნენ, რომლებმაც წარმატებით გაიარეს ტრავმის შემდგომი რეაბილიტაციისა და რესოცი-

ალიზაციის პროცესი და კვლევის მომენტისთვის საზოგადოებრივ ცხოვრებაში აქტიურად იყვნენ ჩართულნი. ამიტომ შეუძლებელია იმ ადამიანების გამოცდილებასა და მათთან მიმდინარე პროცესებზე, მათ ცხოვრებაში მოქმედ ფაქტორებზე მსჯელობა, რომელთაც ვერ შეძლეს წარმატებით „დაბრუნება“ საკუთარ თავთან და საზოგადოებრივ ცხოვრებაში, თუმცა წინამდებარე კვლევა არც ისახავდა მიზნად აღნიშნული გამოცდილებების კვლევას. (გ) კიდევ ერთი შეზღუდვა კვლევის დიზაინს უკავშირდება: სტატიაში კროსსექციური კვლევის შედეგებია წარმოდგენილი, რომელიც დროის ერთ კონკრეტულ მომენტში ჩატარდა და არ იძლევა კვლევის მონაწილეთა ცხოვრების დინამიკისა და დროთა განმავლობაში განვითარებისთვის თვალის გადევნების საშუალებას, თუმცა აღწერს დროის კონკრეტულ მომენტში არსებულ სურათს. უნდა აღინიშნოს, რომ წინამდებარე კვლევა განმეორებითი კვლევის ნაწილია, რომლის მეორე სერია ხუთწლიანი შუალედით განხორციელდა (ქიმოსტელი & ხეჩუაშვილი, მომზადების პროცესში). (დ) კვლევა ფოკუსირდება მხოლოდ რამდენიმე კონკრეტული ცვლადისა და ცხოვრების ისტორიაში ამ ცვლადების ადგილის დანახვაზე და არ ითვალისწინებს კვლევის მონაწილეთა პიროვნული მახასიათებლებისა და დაძლევის სტრატეგიების თავისებურებებს, რაც შემდგომი კვლევის საგანს წარმოადგენს.

### გამოყენებული ლიტერატურა

- გოგიჩაიშვილი, მ., ხეჩუაშვილი, ლ. და მესტვირიშვილი, მ. (2016). *მაკომპენსირებელი თანმიმდევრობისა და სტიგმის დაძლევის სტრატეგიების ურთიერთმიმართება გვი ინდივიდების პერსონალურ ნარატივებში*. GESJ: Education Sciences and Psychology, No.4(41), 93-121.
- ხეჩუაშვილი, ლ. (2020). *ცხოვრების ისტორია და ტრანსფორმაციული გამოცდილებები დროში განფენილი ჩემი ამბავი: მე, შენ და სხვები*. თსუ, თბილისი.
- ხეჩუაშვილი, ლ. (2016a). *პერსონალური ნარატივების მაკომპენსირებელი სტრუქტურისა და პოსტტრავმული ზრდის ურთიერთმიმართება (2008 წლის ომის შემდეგ იძულებით ადგილნაცვალ პირთა მაგალითზე)*. GESJ: Education sciences and psychology. No 3(40), pp.69-97 (მოძიებულია 10.07.2016, <http://gesj.internetacademy.org.ge/download.php?i d=2768.pdf>).
- ხეჩუაშვილი, ლ. (2017). *რაოდენობრივი ნარატიული კვლევის მეთოდები: ძირითადი პრინციპები და ასპექტები*. GESJ: Education Science and Psychology, 1(43), 72-94.
- ჯანანაშვილი, თ., ხეჩუაშვილი, ლ. და გოგიჩაიშვილი, მ. (2018). *თავისუფლების აღკვეთის გამოცდილება, ავტობიოგრაფიული მსჯელობა, მნიშვნელობის შექმნა და გენერაციულობა*. GESJ: Education Science and Psychology, 1(47), 3-36.
- Babamohamadi, H., Negarandeh, R. & Nayeri, N.D. (2011). *Coping Strategies used by people with spinal cord injury: A qualitative study*. Research Gate, DOI:10.1038/sc.2011.10. pp. 1-6.
- Bauer, J., & Bonanno, G. A. (2001). *Doing and being well (for the most part): Adaptive patterns of narrative self-evaluation during bereavement*. *Journal of Personality*, 69(3), 451–482. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.00152> Chun, S., & Lee Y., (2008). *The Experience of Posttraumatic Growth for People with Spinal Cord Injury*. *Qualitative Health Research*, 10.1177/1049732308318028. pp. 1-2.

ეტლიდან დანახული „მე“ და სამყარო: სოციალური ადაპტაცია ფიზიკური ტრავმის შემდეგ და...

- Dunlop, W. L., & Walker, L. J. (2013). *The life story: Its development and relation to narration and personal identity*. *International Journal of Behavioral Development*, 37, 235-247.
- Erikson, E. (1963). *Childhood and Society*. New York: Norton.
- Habermas, T., & Bluck, S. (2000). *Getting a Life: The Emergence of the Life Story in Adolescence*. *Psychological Bulletin*, Vol. 126 (5), 748-769.
- Habermas, T., & Kober, C. (2016). *Autobiographical reasoning is constitutive for narrative identity: The rope of the life story for personal continuity*. In & M. K. C. McLean, *The Oxford handbook of identity development* (pp. 149-165). New York, NY: Oxford University Press.
- Haslam, C., Holme, A., Haslam, S. A., Iyer, A., Jetten, J., and Williams, W. H. (2008). *Maintaining group memberships: Social identity continuity predicts well-being after stroke*. *Neuropsychological Rehabilitation*, 18(5/6), 671-691.
- Khechushvili, L. (2018). *Psychometric Properties of the Georgian Expanded Version of the Posttraumatic Growth Inventory*. *Journal of Loss and Trauma*, 23:8, 659-671, <https://doi.org/10.1080/15325024.2018.1498202>.
- Khechushvili, L. (2019). *From Rumination to Generativity: The Mediation Effect of Post-traumatic Growth*. *Journal of Loss and Trauma*, <https://doi.org/10.1080/15325024.2018.1560903>.
- Lilienthal, J.P. and McAdams, D. P. (2011). *Constructing Stories of Self-Growth: How Individual Differences in Patterns of Autobiographical Reasoning Relate to Well-Being in Midlife*. *Journal of Personality*, 79:2, DOI: 10.1111/j.1467-6494.2010.00688.x
- McAdams, D. P. (1993). *The Stories we live by: Personal Myths and the Making of the Self*. New York: Morrow.
- McAdams, D. P. (1996). *Personality, modernity, and the storied self: A contemporary framework for studying persons*. *Psychological Inquiry*, 7(4), 295-321.
- McAdams, D. P. (2001). *The psychology of life stories*. *Review of general psychology*, Vol.5. No.2. pp.100-122.
- McAdams, D. P. (2006). *The redemptive self: generativity and the stories Americans live by*. *Research in human development*, 3(2&3). pp. 81-100.
- McAdams, D. P. (2009). *The Person: An Introduction to the Science of Personality Psychology, 5th ed. USA: John Wiley & Sons, Inc.*
- McAdams, D. P. (2011). *What is a "level" of personality?* . *Psychological Inquiry*, 22, 40-44.
- McAdams, D. P. (2013). *The redemptive self: Stories Americans live by*. Revised and expanded edition. Oxford University Press.
- McAdams, D. P., & McLean, K. C. (2013) *Narrative identity*. *Association for psychological science*, Vol.22. No.3. pp. 233-238
- McLean, K. C., & Pals, J. L. (2008). *Reminiscence functions: Emotional valence, age and well-being*. *Memory*, 751-672.
- McLean, K. C. (2008). *Stories of the young and the old: Personal continuity and narrative identity*. *Developmental Psychology*, 44, 254-264.
- McLean, K. C., & Mansfield, C. D. (2011). *To reason or not to reason: Is autobiographical reasoning always beneficial?* In T. H. (Ed.), *The development of AR in adolescence and beyond*. *New Direction for Child and Adolescent Development* (pp. 131, 85-97).

- McLean, K. C., & Syed, M. (2015). *The Oxford handbook of identity development*. New York: Oxford university press.
- McLean, K. C., & Thorne, A. (2003). *Late adolescents' self-defining memories about relationships*. *Developmental Psychology*, 39(4), 635–645. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.39.4.635>
- McLean, K. C., Pasupathi, M., Greenhoot, A. F., and Fivush, R. (2016). *Does intra-individual variability in narration matter and for what?* *Journal of Research in Personality*, 69, 55-66.
- Pals, J. L., (2000). *Self-narrative of difficult life experiences in adulthood*. Unpublished doctoral dissertation. University of California, Berkeley.
- Pals, J. L., & McAdams, D. P. (2004). *The transformed Self: A narrative understanding of Posttraumatic growth*. *Psychological Inquiry*, 65-69.
- Pasupathi, M. (2016). *Autobiographical reasoning and my discontent: Alternative paths from narrative to identity*. In K. C. McLean, *The Oxford handbook to identity development* (pp. 166-181). New York: Oxford University Press.
- Pasupathi, M., Mansour, E., & Brubaker, J. R. . (2007). *Developing as life story: Constructing relations between self and experience in autobiographical narrativs*. *Human Development*, 50, 85-110.
- Pasupathi, M., & Mansour, E. (2006). *Adult age differences in autobiographical reasoning in narratives*. *Developmental Psychology*, 42(5), 798–808. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.5.798>
- Reese, E., Haden, C. A., Baker-Ward, L., Bauer, P., Fivush, R., & Ornstein, P. A. (2011). *Coherence of personal narratives across the lifespan: A multidimensional model and coding method*. *Journal of Cognitive Development*, 12(4), 424-462. Doi: 10.1080/1524.
- Ryff, C. D. (1989). *Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being*. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 37, No. 6, 1069-1081.
- Ryff, C.D. (1995). *Psychological Well-Being in Adult Life*. APA Publications, Cambridge University Press, 99-103.
- Ryff, C. D. (2014). *Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia*. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83, 10-28.
- Ryff, C. D. (2018). "Eudaimonic Well-being," in *Diversity in Harmony – Insights from Psychology: Proceedings of the 31st International Congress of Psychology*, (New York, NY: John Wiley and Sons), 375. doi: 10.1002/9781119362081.ch20Sales, J. M., Merrill, N. A., & Fivush, R. (2013). Does making meaning make it better? Narrative meaning making and well-being in at-risk African-American adolescent females. *Memory*, 21, 97-110.