



18+

Арсен Аветисов

4 СПОСОБА БЫТЬ ЧЕЛОВЕКОМ

ТИПОЛОГИЯ И МЕТОД РАЗВИТИЯ
НАРРАТИВНОГО ИНТЕЛЛЕКТА

Арсен Аветисов

**4 способа быть человеком.
Типология и метод развития
нарративного интеллекта**

«Издательские решения»

Аветисов А.

4 способа быть человеком. Типология и метод развития нарративного интеллекта / А. Аветисов — «Издательские решения»,

ИИ заменяет функции. Человеку остаётся смысл. Нарративный интеллект — способность этим смыслом управлять — становится главной компетенцией эпохи. Эта книга предлагает типологию четырёх режимов нарративного мышления как инструмента понимания себя и других. Опираясь на двадцать лет практики и научные традиции, автор показывает: главное — не какой тип мышления доминирует, а насколько осознанно человек умеет им управлять.

© Аветисов А.

© Издательские решения

Содержание

Несколько слов от автора	6
Как читать эту книгу	9
Как устроена эта книга	9
Часть первая. Мир, которого нет и который будет	13
Эры и периоды	13
Особенности мира	15
ИИ и люди	17
Что остается человеку	19
Моя философия	21
Нарративный интеллект в профессиях	23
Часть вторая Нарративный интеллект: природа и устройство	25
Третий интеллект	25
Строение нарратива	27
Слои нарратива	30
Жизненный и общественный нарратив	32
Часть третья. Теория и основание	34
Трехмерная история	34
На чем строится система	36
Психологические типы Юнга	38
Два режима мышления Джерома Брунера	40
Объяснительные стили Мартина Селигмана	42
Четыре стиля, два измерения	44
Нарративная идентичность Дэна Макадамса	47
Часть четвертая. Трехмерное тестирование	49
От источников к модели	49
Конец ознакомительного фрагмента.	51

4 способа быть человеком Типология и метод развития нарративного интеллекта

Арсен Аветисов

Редактор Григорий Аттарян

© Арсен Аветисов, 2026

ISBN 978-5-0071-0846-1

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Несколько слов от автора

Мозг — это машина для создания историй о себе.
Майкл Газзанига

Эта книга о том, как не бояться жить в эпоху, которую мы еще не успели понять. Эта книга о том, что останется человеческим, когда машины возьмут на себя практически все функции людей. Эта книга о том, как это, важное и уникальное, найти в себе.

Я провожу сессии уже больше двадцати лет. С разными людьми: руководителями и художниками, предпринимателями и учителями, людьми, которые достигли многого, и теми, кто только начинает свой победный разбег. В последние несколько лет я слышу об одном и том же — это один сформулированный по-разному страх. И он всегда об одном: страх, что то, чем они занимаются, скоро окажется ненужным. Что их место займет ИИ или нечто, что они пока себе не представляют, но не они... И мир, который они знали, исчезнет. А нового мира они не понимают, не чувствуют и поэтому не могут пока принять. Я понимаю этот страх. Но я не разделяю его. И вот почему.

Еще недавно уверенно утверждали, не то с оптимизмом, не то с досадой и иронией, что после революции занятости останутся только водопроводчики и электрики. Человеческие руки, которые умеют делать то, что машина не в состоянии, будут актуальны всегда. Это казалось разумным и, вероятно, подкреплялось школьными уроками анатомии руки человека и пояснениями о том, что именно благодаря ей человек смог создавать и использовать инструменты в своей деятельности, а это также содействовало его последующему господству в мире живых существ. Но уже к концу этого десятилетия стало очевидно, что роботизация затронет и этот физический труд, требующий принятия самостоятельных решений. Роботы смогут делать все точнее, быстрее, без усталости и без требований по зарплате и медицинской страховке. Граница, которую мы проводили между «человеческим» и «машинным», продолжает смещаться, и смещается быстрее, чем мы успеваем к ней привыкнуть.

Но я хочу спросить вас кое о чем другом. Что чувствовали люди, когда появился магнитофон? Скорее всего, интерес к открывшимся перспективам звукозаписи, желание иметь такой у себя дома, восхищение от созидательных способностей изобретателей, но только не страх. А ведь магнитофону суждено было отнять у людей профессию стенографа. Сражаясь со временем и кредиторами, Достоевский диктовал свои романы стенографистке. Судебные заседания, правительственные совещания стенографировались. Курсы стенографии процветали. И вот магнитофон убил целую профессию. И мир не рухнул. Люди нашли другое занятие — более интересное, требующее большего интеллекта, творчества, а не только механических действий, следования инструкциям и внимания.

Или вспомните, как человечество пересаживалось с лошади на автомобиль. Это тоже было необычно. Железная колесница пугала и выпускала дым. Тоже казалось концом чего-то привычного и началом чего-то непонятного. Но никто, кто пересел, не пожалел. А те, кто продолжал убирать за лошадьми, в конце концов все равно пересели на автомобиль, чтобы добраться до конюшен.

Искусственный интеллект — это тот же переход. Мы здесь не ставили задачу рассматривать и рассуждать о его безопасном развитии и внедрении. Мы — о том, как он изменит занятость и жизнь каждого. Необычность ИИ не только в масштабе пророчеств о его угрозе. Человечество более полувека владеет ядерным запасом, который в состоянии уничтожить всю планету. Необычность ИИ — в двух конкретных аспектах его восприятия.

Первое: мы не можем ощутить, как он работает. Лошадь была понятна. Автомобиль можно потрогать. ИИ работает там, куда нет доступа — где-то в облаках, невидимо и без объ-

яснений. Это создает тревогу особого рода: страх перед тем, что нельзя увидеть, услышать, потрогать, почувствовать. Физически контролировать.

Второе: впервые под угрозой оказывается не физическое (мышцы и суставы), а мысль. Не то, что делают руки, а то, что делает голова. Именно это задевает нечто более глубокое, чем профессиональная идентичность. Это задевает ощущение собственной ценности и значимости в этом мире. Это задевает сам смысл жизни.

На своих сессиях я задаю один принципиально важный вопрос. Он звучит просто, но я никогда не видел человека, который ответил бы на него прямо и без паузы. Вот этот вопрос: «Если у вас будет все, что вы считаете необходимым, и вам для этого не придется работать, то чем вы займетесь?»

Еще недавно этот вопрос звучал как гипотетический. Из области ненаучной фантастики, лотерейных мечтаний, философских упражнений. Но мы входим в зону, где он перестает быть гипотетическим и где ответ на него становится не мечтой, а необходимостью. И даже обязанностью. Потому что если ИИ действительно возьмет на себя большую часть того, что сейчас называется работой, то у людей появится то, чего у них никогда не было в таком масштабе — время. И вопрос «Чем вы займетесь?» из риторического превратится в самый практический вопрос жизни.

Большинство людей, которым я задаю этот вопрос, замолкают. Не потому, что не знают ответа, а потому, что вдруг чувствуют что-то неожиданное: что если под занятостью, которая обеспечивает им не только сэндвич с ветчиной и маслом или бургер с колой и подтверждает их значимость и социальное положение, ничего нет? Вдруг окажется, что они не знают, кто они без своей должности, без своей функции, без своей роли в системе производства. Это и есть настоящий страх перед ИИ. Не страх безработицы. Страх пустоты.

Но я смотрю на это иначе. Я думаю, что ИИ подарит человечеству то, к чему оно давно стремилось и никак не могло позволить себе в полной мере: не просто что-то понять, а творить. Не просто выживать, а быть человеком в полном смысле этого слова. Освободить руки — это нормально. Это всегда было нормально. Каждый раз, когда машина брала на себя очередную функцию, у человека появлялось пространство для чего-то более важного. Просто сейчас это пространство будет больше, чем когда-либо.

С приходом ИИ впервые в истории может стать возможным то, о чем мечтали утописты всех эпох: материальные блага перестанут играть ту роль, которую играли раньше, а планирование и реализация программы общего благосостояния станут не политическим лозунгом, а инженерной задачей. И тогда вопрос смещается: не «Как заработать на жизнь?», а «Как прожить жизнь?». Не «Чем я занимаюсь?», а «Кем я являюсь?».

Суть нашего бытия в том, чтобы делать то, что можем только мы, люди. Творить то, что не имеет функциональной цены, но бесценно по-другому. Писать стихи. Общаться по-настоящему. Строить ментальные модели и дворцы духовности. Создавать смыслы. Порождать то, что только человек в состоянии назвать человеческим, а не просто полезным. Выстраивать новую историю цивилизации — цивилизацию смысла.

Так же как изменения являются формой существования материи, так и нарративы являются динамичной формой нашего ментального присутствия в этом мире. И, возможно, вся наша жизнь, вся история цивилизации, как мы ее представляем, и есть один большой нарратив, который рассказал Автор-Создатель своим ангелам... Может быть...

Нарративный интеллект — это именно та способность, которая существует в нас для торжества этой эры смысла. Он не поможет конкурировать с машиной, в этом нет необходимости. Он поможет оставаться собой в мире, где машина делает все остальное. Понимать свою историю и строить ее чувственно и осознанно. Меняться не под давлением обстоятельств, а в направлении смысла. Это и есть то, что ни один алгоритм не сделает вместо вас. Не потому, что не сможет технически, а потому, что все это и есть вы.

Не бойтесь эпохи, которая освобождает ваши руки или что-то еще. Бойтесь прожить жизнь, не зная, для чего они были освобождены.

Как читать эту книгу

Карта — не территория.
Альфред Коржибски

Как устроена эта книга

Эта книга написана для человека, который хочет развить свой нарративный интеллект. Для того чтобы понять, какая история управляет вашей жизнью прямо сейчас и, возможно, впервые занять позицию ее автора, а не персонажа. Если вы специалист — коуч, лидер, психолог, HR, — книга станет приглашением к более глубокой практике. Программа по развитию нарративного интеллекта, изложенная в книге, позволит перейти от понимания системы к ее профессиональному применению. Но все, что здесь представлено, может работать и без специальной подготовки. И, что самое главное, вам не нужна никакая лицензия, чтобы начать видеть собственную историю.

Книга состоит из двенадцати частей. Они выстроены как путь от контекста к практике, от понимания к действию.

Первая часть — еще один взгляд на мир, в котором мы живем. О том, почему именно сейчас, в эпоху искусственного интеллекта, нарративный интеллект стал одной из самых важных человеческих способностей и почему его развитие будет актуально всегда, пока существует человечество.

Части со второй по шестую — теория о самой системе. Что такое нарративный интеллект, обоснования и первоисточники, как устроена трехмерная модель, четыре типа нарративного мышления. Как их распознать в себе и других, где они проявляются наиболее ярко, как они теряют гибкость и как переходят друг в друга?

Части с седьмой по одиннадцатую — это практический маршрут. Профили и дисфункции, четыре этапа работы с нарративом: инвентаризация, интерпретация, трансформация и интеграция. Каждый этап — это метод, инструменты и вопросы, с которыми можно работать прямо сейчас.

Двенадцатая, заключительная часть, возвращает читателя к началу пути, к вопросу о будущем. О том, как развитие нарративного интеллекта влияет на устойчивость личности и конкурентоспособность человека в мире, который продолжает меняться.

Три способа читать эту книгу

Люди разные. И книги они читают по-разному. Если вам важно понять систему целиком — читайте последовательно. Части выстроены так, что каждая следующая опирается на предыдущую. Возвращайтесь к рефлексивным вопросам через несколько дней, и вы увидите, как эволюционируют ваши ответы.

Если у вас есть конкретный вопрос или ситуация, которые требуют внимания непосредственно сейчас, то начните с седьмой части, чтобы сразу получить базовое понимание системы. А затем переходите к той части, которая отвечает на ваш запрос. Части с восьмой по одиннадцатую самодостаточны, и с каждой можно работать отдельно.

Если вам важны изменения, а не только знания, то примите книгу как практическое руководство. Прочитайте с третьей по пятую части, определите свой тип, а затем проходите этапы по одному. Один этап — одна неделя. Дневник микроисторий станет вашим главным инструментом.

О честности

Двадцать лет практики и опора на верифицированные научные традиции — это не то же самое, что систематическая верификация самой системы. А эта работа ведется прямо сейчас. Типология режимов нарративного мышления и профили компетенций — теоретически обоснованные и практически применимые гипотезы. И если сегодня они хорошо работают на практике, но все еще требуют дальнейшей масштабной верификации в исследовательской среде, это не делает их менее полезными. Это делает их честными.

Вы не найдете здесь обещаний изменить жизнь за семь шагов. Нарративный интеллект развивается медленно и внезапно. Медленно — потому что готовят его сотни маленьких решений и привычек. Внезапно — потому что изменения замечаешь только тогда, когда новая идентичность неожиданно становится привычной. Это и есть природа любого настоящего развития.

Специальности будущего

«Я рассказываю, следовательно, я существую»

Каждая технологическая революция порождает один и тот же страх: машина заберет работу у человека. И каждый раз этот страх оказывался одновременно оправданным и преувеличенным. Паровой двигатель упразднил ручной труд на фабриках. Электричество изменило сами фабрики. Компьютер вытеснил целый ряд профессий: стенографов, машинисток, телеграфистов и картографов. Интернет перестроил торговлю, медиа, финансы. Каждый раз исчезали профессии, и каждый раз появлялись новые, которые никто не мог предсказать заранее.

Сегодня происходит нечто другое по масштабу. Искусственный интеллект заменяет не только физический труд — он заменяет когнитивный. Он пишет тексты, составляет отчеты, анализирует данные, ставит диагнозы, принимает юридические решения. И делает это быстрее, дешевле и без усталости. Вопрос, который стоит перед каждым человеком сегодня, звучит просто: что остается мне?

Что ИИ умеет и чего не умеет

ИИ превосходит человека в решении задач, которые можно описать как алгоритм. Если существует правило — явное или скрытое в данных, — ИИ его найдет и применит лучше любого специалиста. Он не устает, не обижается, не требует повышения зарплаты и не уходит в отпуск в неподходящий момент.

Но есть класс задач, где алгоритма нет. Где результат зависит не от скорости обработки информации, а от чего-то другого: от способности чувствовать то, что не сказано; от умения придать событию смысл, который побудит людей двигаться; от готовности взять на себя ответственность за выбор, у которого нет правильного ответа.

ИИ может сгенерировать тысячу историй, но не может прожить ни одну. Может описать боль, но не может ее почувствовать. Может предложить смысл, но...

Human Skills — то, что не автоматизируется

Все, что остается человеку в мире, где функции выполняет ИИ, можно назвать Human Skills. Это не «мягкие навыки» в старом понимании. Не вежливость, не пунктуальность, не умение работать в команде. Это способности более глубокого порядка — те, что рождаются из внутренней жизни человека и не поддаются автоматизации именно потому, что не сводятся к функции.

Смыслообразование — способность придавать событиям значение, которое мотивирует, объединяет и направляет. Эмпатическое присутствие — способность быть с другим человеком так, чтобы он почувствовал себя услышанным. Это не техника активного слушания, а состояние. Этическое суждение — способность принимать решения там, где нет правильного ответа, а только ответственность за выбор. Творческая неопределенность — способность действовать продуктивно там, где условие задачи неизвестно. Лидерство через смысл — способность вести людей не через власть или стимулы, а через историю, в которой они узнают себя.

Среди всех этих способностей нарративный интеллект занимает особое место. Не потому, что он важнее других, а потому, что он является основой для развития многих из них.

Смысл нельзя создать без понимания нарратива, который уже управляет вашей жизнью. Эмпатическое присутствие невозможно без способности слышать историю другого человека за его словами. Этическое суждение требует умения видеть, чьи нарративы формируют ситуацию. Лидерство через смысл — это в чистом виде работа с коллективным нарративом.

Нарративный интеллект — это способность, лежащая в основе многих других способностей. И именно поэтому его развитие не устаревает.

Где это особенно важно

Конец света не наступит из-за исчезновения определенных профессий, но их содержание изменится. Там, где раньше ценилась скорость, теперь ценится точность, а там, где торжествовало знание, теперь господствует смысл.

Лидер будущего — не тот, кто принимает решения быстрее ИИ, а тот, кто создает пространство смысла, в котором люди хотят работать. Управление нарративом команды становится такой же профессиональной компетенцией, как стратегическое мышление или финансовая грамотность.

Коуч работает с историями клиента. Понимание того, как нарратив управляет поведением, — это не дополнение к методу, а сам метод.

Учитель, который умеет строить нарратив урока так, чтобы изменилось отношение к миру, — незаменим. Передачу информации ИИ давно делает лучше и дешевле, но создать у человека новый смысл, через который он начнет по-другому видеть реальность, — это все еще исключительно человеческая задача.

В политике и общественной жизни общество управляется нарративами. Всегда управлялось. Но сегодня это стало очевидным и потому особенно важным. Гражданин, понимающий, как работают нарративы влияния, перестает быть объектом чужого сценария. Политик, умеющий управлять коллективной историей, имеет преимущество, которое не купить и не делегировать.

В предпринимательстве продукт, у которого нет истории, не продается. Компания, у которой нет нарратива, не привлекает людей потому что за ней нет живого смысла, а есть только функция. Нарративный интеллект — это конкурентное преимущество, которое трудно скопировать именно потому, что оно возвращается изнутри, а не строится снаружи.

Специальности, у которых еще нет названия

Есть и другое. Ребенок, который рождается сегодня, вырастет и займется профессией, у которой пока нет названия. Эту профессию еще не изобрели. Это реальность последних технологических революций.

Но есть вещи, которые не изменятся ни через двадцать лет, ни через сто. Человеку всегда нужно будет придавать смысл происходящему, строить доверие к другим людям, принимать решения в условиях неопределенности, понимать, какая история им управляет, и менять ее,

если она перестала ему служить. Это и есть нарративный интеллект — основа любой специальности, которая останется человеческой.

Декарт считал мышление доказательством существования. Может быть, точнее было бы сказать иначе. Мы существуем не потому, что мыслим, а потому, что рассказываем и себе, и другим о том, кто мы, откуда, куда идем и зачем. Пока человек рассказывает истории и умеет их слышать, он развивается. Это единственное, что остается после него. И единственное, что ни один алгоритм не сможет сделать вместо него.

Часть первая. Мир, которого нет и который будет

Эры и периоды *Как меняется мир — и какие способности помогают в нем выжить*

Мы всегда переоцениваем изменения, которые произойдут за два года, и недооцениваем изменения, которые произойдут за десять лет.
Билл Гейтс

Мы всегда представляли себе, что процесс развития человечества — это изменения. Это не совсем так и не для самого человека как личности. По сути, мы остаемся такими же, а само человечество, переходя из одного состояния в другое, из одной невозможности в другую, каждый раз убеждает себя, что вот теперь наконец найдено желаемое устойчивое равновесие — баланс необходимого, возможного и желаемого. Однако это «равновесие» так никогда не наступало, и, тем не менее, каждый такой переход делал жизнь иной. Иногда лучше, иногда намного хуже, но всегда по-другому сложной.

Представьте: еще 40—50 лет назад человек мог выбрать профессию один раз и следовать ей всю жизнь. Сегодня навыки устаревают быстрее, чем мы успеваем их освоить. Почему так происходит?

Потому что изменился сам тип этого мира. Чтобы описать эти изменения, исследователи и практики используют разные модели: SPOD, VUCA, BANI и SHIVA. Каждая из них отражает состояние среды и требования к человеку — его мышлению, поведению и навыкам.

Разделение труда было первой революцией, о которой никто не знал, что это революция. Простая арифметика специализации, которая работала тысячелетиями и сформировала саму идею профессии: у каждого человека есть свое место, своя функция, своя роль в конструкции общества. Не уверен, звучало ли тогда слово «предназначение», но в любом случае такая специализация давала не только хлеб — она давала смысл. Профессия стала одной из форм идентичности.

Потом пришел пар. Потом электричество. Потом конвейер. Каждый раз человеческие руки освобождались от одной задачи и немедленно находили другую. Ткач терял работу на фабрике, но новые производства нуждались в рабочих с другой специализацией. Пишущая машинка уступила место персональному компьютеру, но компьютер нуждался в программисте. Мир производил новые задачи быстрее, чем успевал упразднить старые. Это успокаивало.

Мир, в котором выросло большинство из нас и который существовал большую часть XX века, принято описывать аббревиатурой SPOD — Steady, Predictable, Ordinary, Definite. Устойчивый, предсказуемый, обычный, определенный. Такой мир требовал от человека прилежания и специализации. Выучись, устройся, работай хорошо, получи пенсию — формула была несовершенной, но понятной. Эта формула работала достаточно долго, чтобы стать культурной нормой, почти религией.

Затем что-то сломалось. Не в одночасье — постепенно, почти незаметно, как трещина в фундаменте, о которой узнаешь, только когда уже рухнет потолок. Мир стал непредсказуемым. Для его описания появилась аббревиатура VUCA — Volatile, Uncertain, Complex, Ambiguous. Изменчивый, неопределенный, сложный, неоднозначный. Консультанты приносили эти четыре буквы в переговорные комнаты как диагноз, как объяснение того, почему ста-

рые методы перестали давать прежние результаты. VUCA стало модным словом и, как всякое модное слово, довольно быстро перестало пугать. Люди привыкли и к нему.

Но мир не ждал, пока люди привыкнут. Он пошел дальше — туда, где VUCA выглядел уютно: BANI — Brittle, Anxious, Non-linear, Incomprehensible. Хрупкий, тревожный, нелинейный, непостижимый. Уже не просто сложный, а непостижимый. Не просто изменчивый, а хрупкий, как конструкция, которую даже не нужно ломать. Достаточно ее не трогать — она рассыплется сама. Тревога стала фоновым состоянием целых поколений. Не конкретным страхом перед конкретной угрозой, а диффузным ощущением, что земля под ногами слишком зыбкая даже для того, чтобы просто выпрямиться.

И вот теперь SHIVA — Speedy, Hyperconnected, Intangible, Volatile, Asymmetric. Стремительный, гиперсвязанный, нематериальный, изменчивый, асимметричный. Имя индийского бога разрушения и обновления выбрано не случайно. Это прямое указание на природу происходящего. Разрушение и созидание больше не следуют друг за другом: они происходят одновременно, в одном пространстве, с одними и теми же людьми. Компания создается и умирает за один экономический цикл. Профессия появляется и устаревает быстрее, чем человек успевает в ней стать мастером. Исчезают профессии — возникают новые индустрии, новые модели работы, новые формы идентичности. Будущее невозможно экстраполировать из прошлого, а мир становится полярным.

Однако, настоящий перелом — не в скорости этого изменения. Настоящий перелом в том, что впервые в истории под угрозой оказался не физический труд человека, а умственный. Искусственный интеллект делает все без усталости, без эмоций, без претензий. И он делает это лучше большинства людей в большинстве задач, которые раньше назывались интеллектуальным трудом.

А мы уже больше не живем в одном типе мира — все модели сосуществуют одновременно. В одних сферах (например, госструктуры) все еще SPOD, в бизнесе — чаще VUCA, в глобальных кризисах — BANI, в технологиях и будущем — SHIVA. Поэтому сегодня метанавык — это переключаемость режимов мышления и поведения.

Так все же — что остается человеку? Именно этот вопрос является отправной точкой этой книги. Без честного ответа на него любой разговор о развитии, о карьере, о смысле работы повисает в воздухе, как красивая идея без фундамента.

Человеку остается то, что ИИ умеет имитировать, но не умеет делать по-настоящему. То, что рождается не из данных, а из опыта — из проживания самой жизни. Это то, что называется Human Skills. Но среди всех этих Human Skills одна способность занимает особое место. Та, без которой все остальные теряют направление. Нарративный интеллект — это способность понимать свои и чужие истории и влиять на них.

Мир перестал быть понятным. Но он никогда не переставал быть нарративным.

Особенности мира

Четыре черты эпохи, которые меняют правила игры

Тот, кто контролирует настоящее, контролирует прошлое. Тот, кто контролирует прошлое, контролирует будущее.

Джордж Оруэлл

Любая эпоха имеет свой характер в смысле набора условий, которые делают одни способности критически важными, а другие — бесполезными.

Рыцарская доблесть не помогла против пороха. Скорость машинописи не спасла от компьютера. Умение ориентироваться по звездам не компенсировало отсутствие GPS. Каждое время требует своих инструментов, и тот, кто продолжает точить меч в эпоху огнестрельного оружия, не заслуживает осуждения. Он просто опоздал заметить, что изменились правила.

Сегодняшний мир имеет четыре черты, которые прямо влияют на то, какие человеческие способности становятся дефицитными и потому особенно ценными. Понять эти черты — значит понять, почему нарративный интеллект оказался в центре разговора о будущем.

Первая черта — дефицит внимания. Не в клиническом смысле, хотя и в нем тоже. В смысле тотальном: внимание стало самым дефицитным ресурсом на планете, и борьба за него стала главной и непрекращающейся войной современности. По ряду исследований, средняя продолжительность концентрации внимания у людей, пользующихся несколькими электронными устройствами, сократилась и стала меньше, чем у аквариумной золотой рыбки. Золотая рыбка, разумеется, не пользуется смартфоном, и в этом ее преимущество.

Но за иронией стоит кое-что серьезное. Человек, чье внимание постоянно дробится, перестает видеть связи между событиями. Он получает бесконечный поток фрагментов: без контекста, без причинности, без смысла. Мир превращается в серию вспышек. И в этом мире вспышек побеждает не тот, кто говорит правду, а тот, кто говорит ярче. Не тот, чья история глубже, а тот, чья история короче. Повествование становится дискретным, и это меняет саму способность человека понимать, что с ним происходит.

Вторая черта — несовершенство существующих институтов. Семья, школа, государство, религия, наука — все это системы, которые традиционно производили смыслы. Они объясняли человеку, кто он, что правильно, чего ожидать от жизни и чем оправдать страдание. Они давали нарративы — не всегда честные, не всегда справедливые, но устойчивые настолько, что человек мог на них опираться.

Сегодня эти институты переживают кризис доверия, который не имеет исторических прецедентов по масштабу и скорости. Политика превратилась в шоу, наука — в поле для конспирологии, религия — в личный выбор из широкого ассортимента, образование — в фабрику устаревших знаний. Институты не исчезли, они продолжают работать, но они перестали быть очевидными источниками смысла. И человек, оставшийся без надежных смысловых ориентиров, вынужден производить их самостоятельно, не имея для этого ни времени, ни инструментов, ни подготовки.

Третья черта более тонкая, но не менее разрушительная. В мире видение интерпретируется под ожидания, а ожидания — под созданные убеждения. Это не новость для нейробиологии: мозг давно известен как машина предсказания, которая достраивает реальность под уже существующую модель. Новость в другом — в масштабе, в котором эта человеческая слабость стала намеренно использоваться окружением.

Алгоритмы социальных сетей работают по одному принципу: показывай человеку то, что подтверждает его уже существующие убеждения. У их создателей нет дьявольской злонамеренности, просто это повышает вовлеченность, а вовлеченность монетизируется. Побочный

эффект: человек все глубже погружается в пространство, где его картина мира постоянно подтверждается и никогда не оспаривается. Он не видит реальность — он видит свои ожидания, отраженные бесконечным числом зеркал. И чем дольше он находится в этом пространстве, тем труднее ему отличить собственные мысли от внушенных.

Четвертая черта — монополизация нарративов влияния. Доминирующие в обществе истории никогда не исходили от самого общества, хотя умело казались таковыми. Они всегда в той или иной степени представляли интересы тех, у кого есть доступ к средствам их распространения. Но раньше это распространение было ограничено газетами, телевидением, государственными институтами. Сейчас барьер входа исчез. Нарративы распространяются мгновенно, без границ, без верификации.

Парадокс в том, что видимое многообразие голосов привело не к освобождению мышления, а к его большей управляемости. Когда информации слишком много, мозг прекращает ее анализировать и начинает выбирать по эмоциональному резонансу. Кто громче, кто ближе к уже существующим страхам и желаниям, тот и формирует картину реальности. Монополии стали невидимыми именно потому, что их стало много.

Четыре черты, четыре вызова — и все они указывают в одном направлении. Человек, который не умеет работать с нарративами, видеть их, понимать, создавать, трансформировать, становится объектом чужих историй. Он проживает жизнь как цитату и действует по навязанному сценарию, который давно управляет его выборами, страхами и ожиданиями.

Развитие нарративного интеллекта — это не способность «впечатляюще рассказывать». Это способность не быть рассказанным.

ИИ и люди

Что меняет искусственный интеллект, а что остается неизменным

*Инструмент — это то, чем пользуются. Человек — это тот, кто
решает, зачем.*

Разговор об искусственном интеллекте почти всегда начинается не с того конца. Люди спрашивают: «Что он умеет?» Правильнее было бы спрашивать: «Что это меняет в том, что значит быть человеком?» Первый вопрос технический, второй — экзистенциальный. Именно второй вопрос определяет, как мы будем жить в мире, который ИИ уже необратимо изменил.

История отношений человека с инструментами — это история постепенной передачи функций. Колесо взяло на себя часть усилий ног, письменность взяла на себя часть работы памяти, а калькулятор — часть работы ума. Каждый раз человек сперва сопротивлялся и каждый раз в итоге выигрывал, потому что освобожденная способность направлялась на что-то более сложное. Рука, которая больше не носит воду, учится рисовать. Память, которую не нужно тратить на даты, учится строить связи. Передача функции — это освобождение.

Но в случае с искусственным интеллектом происходит кое-что принципиально иное. Он берет на себя уже не отдельные функции — он берет на себя целые классы деятельности, которые прежде считались исключительно человеческими. Писать — пожалуйста, анализировать — легко, ставить диагноз, составлять договор, переводить с любого языка на любой, создавать музыку, генерировать изображения, проводить собеседование, писать код — и все это ИИ делает уже сегодня. Делает достаточно хорошо и стоит намного дешевле среднего специалиста.

Здесь важно остановиться, чтобы не поддаться двум симметричным соблазнам. Первый — паника, второй — отрицание. Паника твердит: все кончено, машина победила, людям нет места в этом мире. Отрицание: ИИ — просто инструмент, он никогда не заменит живого человека. Обе эти позиции защищают человека от необходимости подумать и порассуждать о роли ИИ, ведь реальность, как всегда, сложнее и интереснее.

ИИ заменяет функции — он не заменяет человека. И если это звучит как утешение, то это на самом деле точное описание того, что происходит. Функция — это то, что можно описать как алгоритм, как последовательность шагов, ведущих к предсказуемому результату. Там, где существует правило, явное или скрытое в данных, ИИ найдет его и применит лучше любого человека: быстрее, дешевле, без усталости, без перепадов настроения, без отпуска в августе.

Но человек — не набор функций. Он существо, которое задает вопросы, на которые нет правильных ответов. Существо, которое испытывает ответственность за последствия своих решений, которое способно находиться в настоящих, а не симулированных отношениях, которое умеет придавать смысл страданию и которое однажды утром встает и решает, что жить надо иначе — и не потому, что это рекомендовал алгоритм, а потому, что внутри что-то изменилось.

Ни одна из этих вещей не поддается автоматизации, поскольку не является результатом сухой обработки данных. Все они рождаются из опыта проживания жизни.

Есть один эксперимент, о котором стоит знать. Исследователи попросили людей оценить качество эссе. Одни эссе были написаны людьми, другие — ИИ. Когда оценивающие не знали, кто автор, разницы почти не замечали. Когда знали — неизменно предпочитали человеческие тексты. Этот результат можно понять по-разному.

Скептик скажет: ну, значит, и разницы нет. Но правильное суждение другое: разница есть, просто она не в тексте. Она в факте, что за словами стоит человек, который что-то пере-

жил, что-то выбрал, что-то поставил на кон. И смысл рождается не из синтаксиса и пунктуации — он рождается из присутствия.

Именно здесь проходит граница, которую ИИ не может пересечь, потому что это принципиально другая территория. Он может имитировать эмпатию и уже делает это достаточно убедительно. Он может генерировать нарративы и делает это потрясающе продуктивно. Но имитация эмпатии — не эмпатия, сгенерированный поток нарративов — не пережитые истории. Разница не в качестве и количестве продукта — разница в природе источника.

И это понимание недвусмысленно указывает на то, чем должен стать человек в мире с ИИ. Не умнее машины (она умнее по определению в своей области), не быстрее (это бессмысленное соревнование), а глубже. Человечнее, способнее к тому, что принципиально не автоматизируется: к смыслу, к отношениям, к ответственности, к своей и чужой истории. Те, кто поймет это сейчас, получают преимущество: они оставят идею конкурировать или бороться с ИИ, а по праву займут пространство, куда ИИ просто не в состоянии проникнуть.

Нарративный интеллект — это одна из ключевых способностей в этом пространстве, потому что он именно про то, как человек объясняет себе реальность, формирует смысл, строит доверие, меняет поведение. ИИ может обработать миллион историй за секунду, но он не может прожить ни одну из них. А именно прожитая история — та, за которой стоит реальный опыт, реальный выбор, реальные последствия — меняет людей. Всегда меняла. И будет менять, сколько бы алгоритмов ни появилось вокруг.

ИИ заменяет функции, но человека — никогда. Но правда и в том, что это будет до того момента, пока человек остается человеком, а не становится сам функцией.

Что остается человеку

Human Skills — способности, которые не автоматизируются

Дай человеку рыбу — и он будет сыт один день. Научи его рыбачить — и он будет сыт всю жизнь. Помоги ему понять, зачем он хочет есть — и он изменит мир.

Есть неудобный вопрос, который стараются не задавать вслух, потому что он звучит слишком тревожно. Но именно его задают себе миллионы людей, глядя на то, как ИИ все увереннее занимает рабочие места, которые прежде казались надежными: «Что останется мне?» Не человечеству в абстракции, а мне, конкретному человеку, с конкретными навыками, конкретной карьерой и конкретными счетами, которые нужно оплачивать.

Этот вопрос заслуживает честного и точного ответа, что намного важнее комфортной отговорки.

Ответ, а он частично был дан выше, кроется в различии, которое кажется очевидным, но на практике почти никогда не делается. Есть то, что человек делает, и есть то, чем человек является. Первое — его функции: писать отчеты, анализировать данные, проводить встречи, составлять стратегии.

Второе — способности иного порядка: понимать, что происходит, нести ответственность за последствия решений, придавать смысл опыту, строить доверие. ИИ забирает первое, а второе ему принципиально недоступно.

Human Skills — это именно второе. Термин Human Skills уже стал настолько модным, что рискует скоро стать пустым. Важно понять, что он включает в себя не как маркетинговое словосочетание, а как реальное описание человеческой природы.

Первая из этих способностей — смыслообразование. Не в смысле «объяснить зачем», а в смысле «придать событию значение, которое побудит людей двигаться». ИИ может предложить тысячу объяснений — убедительных, логичных, хорошо структурированных. Но объяснение становится смыслом, когда за ним стоит человек, для которого этот смысл тоже что-то значит.

Вторая способность — эмпатическое присутствие. Это не техника активного слушания из учебника по коммуникации, а состояние, в котором другой человек чувствует себя не «услышанным» в смысле «ваши слова зафиксированы и они важны для нас», а услышанным в смысле «вы не одни с этим». Разница огромная. Первое умеет делать любой хороший чат-бот. Второе требует от человека готовности по-настоящему встретиться с чужой болью без профессионального буфера и без алгоритма реагирования.

Третья — этическое суждение в условиях кризиса. Когда нет правильного ответа, а есть только ответственность за выбор. Когда любое решение кому-то причиняет вред, когда нужно действовать, не зная всех последствий, и при этом быть готовым нести за них ответственность. ИИ может рассчитать вероятности, взвесить варианты, указать на прецеденты. Но взять на себя моральную ответственность за решение требует совести, а не интеллекта.

Четвертая — действие в неопределенности. Способность продуктивно действовать там, где условия задачи неизвестны. Создавать новое, видеть возможности там, где другие видят только ограничения. ИИ блестяще работает с паттернами — он обобщает, комбинирует, экстраполирует из того, что уже было. Но по-настоящему новое рождается из разрыва с тем, что было. Из готовности не знать и при этом не останавливаться. Это особое состояние духа, кураж, который невозможно симулировать.

Пятая — лидерство через смысл. Способность вести людей через историю, в которой они узнают себя и свое место в чем-то большем. Великие лидеры во все эпохи делали именно это: они давали людям нарратив, который превращал усилие в призвание, а усталость — в осмыс-

ленное испытание. ИИ может написать вдохновляющую речь, но вдохновение, рожденное из алгоритма, чувствуется именно как алгоритм. Люди чувствуют разницу не всегда осознанно, но всегда точно.

Все пять способностей объединяет одна черта: они развиваются через глубину опыта. Их нельзя загуглить, скачать, пройти за выходные на онлайн-курсе. Они требуют встречи с настоящей реальностью. С реальным человеком, реальным конфликтом, реальным решением, за которым стоят реальные последствия. Их источник — не данные, а сама жизнь.

Среди этих пяти способностей нарративный интеллект занимает особое место, потому что он является основой для развития остальных. Невозможно развить смыслообразование, не понимая, как работает нарратив. Невозможно по-настоящему быть с другим человеком, не умея слышать историю за его словами. Невозможно принимать этические решения, не понимая, чьи нарративы формируют ситуацию и чьи интересы за ними стоят. Невозможно вести людей через смысл, не умея строить историю, в которой им найдется роль.

Нарративный интеллект — это способность, которая пронизывает все остальные. Развивая его, человек одновременно развивает основание для всего, что делает его незаменимым в мире, где функции давно отданы машинам. Это действительно не утешение, а указание на то, в каком направлении стоит двигаться тем, кто хочет оставаться нужным в мире, который продолжает меняться быстрее, чем любой план успевает устареть.

Остаться человеком в эпоху ИИ — это выбор. Выбор развивать то, что машина не может имитировать без потери сути. Выбор — быть не быстрее и не умнее ИИ, а глубже. Живее и человечнее.

Моя философия

Шесть убеждений, которые лежат в основе этой книги

Единственное конкурентное преимущество, которое нельзя скопировать, — это ваша история.

У каждой системы есть скрытые аксиомы — убеждения, которые не доказываются внутри системы, а принимаются до ее начала. Честная книга называет их явно для того, чтобы читатель понимал, с какой позиции смотрит автор, и мог с этой позицией не согласиться. Несогласие, в конце концов, тоже форма мышления. Иногда — лучшая.

Вот шесть убеждений, которые лежат в основе всего, что написано в этой книге. Я не претендую на их абсолютную истинность. Я претендую на то, что они выстраданы двадцатью годами практики, тысячами часов работы с людьми и организациями, множеством ошибок, которые я совершал именно тогда, когда забывал об этих убеждениях.

Смысл важнее техник. Это убеждение стоит первым потому, что оно определяет все остальное. Мы живем в эпоху, которая влюблена в методологии. «Дайте мне инструмент, дайте алгоритм, дайте пошаговый план — и я справлюсь». Эта логика работает там, где задача известна и повторяема.

Но человеческая жизнь — не задача с известным решением. Она ближе к вопросу, у которого нет единственно правильного ответа, только более или менее осознанные. И техника, примененная без понимания смысла, который она должна обслуживать, превращается в ритуал — красивый, правильный по форме и совершенно пустой по содержанию. Я видел организации с идеальными процессами и полным отсутствием смысла. Люди в них делали все правильно и не понимали, зачем. Это невыносимо, когда смысл — не цель работы.

Мышление важнее мотивации. Мотивация — это состояние. Мышление — это способность. Состояния приходят и уходят: сегодня вдохновлен, завтра опустошен, послезавтра снова в ресурсе. Полагаться на мотивацию как на основу действия — значит строить дом на том, что меняется с погодой. Я не против мотивации — я против иллюзии, что ее достаточно. Человек, который умеет думать, видеть связи там, где другие видят хаос; задавать вопросы там, где другие принимают ответы на веру; удерживать сложность там, где проще упростить, — такой человек действует и в периоды подъема, и в периоды упадка. Потому что его действие опирается на понимание.

Истории важнее фактов. Это звучит как провокация — особенно в эпоху, когда слово «факт» превратилось в оружие. Но я имею в виду другое. Факты не говорят сами за себя и никогда не говорили. Один и тот же факт — безработица выросла на три процента — становится совершенно разной реальностью в зависимости от того, в какую историю он помещается. Катастрофа, требующая принятия немедленных мер. Временная коррекция на пути к росту. Закономерный результат неверной политики. Три истории, один факт. Тот, кто понимает это, видит мир иначе — он спрашивает не только «Что произошло?», но и «Чья это история?» и «Кому она выгодна?». Это может показаться цинизмом, но это грамотность.

Авторство жизни важнее обстоятельств. Из всех убеждений в этом списке оно самое оспариваемое и самое важное. Обстоятельства реальны, несправедливость реальна, ограничения реальны. Я не предлагаю делать вид, что их нет, или что позитивное мышление их отменяет. Я говорю о другом: внутри любых обстоятельств у человека есть то, чего нельзя отнять — способность интерпретировать происходящее. Придавать ему смысл. Выбирать, чем эта история является для него. Человек, отказывающийся от этой способности, даже в самых мягких

обстоятельствах, теряет нечто принципиальное. Он перестает быть автором и становится персонажем. Разница не в том, что происходит, а в том, кто рассказывает историю.

Культура важнее процессов. В организациях это звучит как очередная менеджерская банальность. Но за банальностью скрывается реальность, которую я наблюдал снова и снова: любой процесс, помещенный в культуру, которая его не поддерживает, деградирует. Любая техника, внедренная в среду, где смысл этой техники не разделяется, превращается в формальность. Культура — это совокупность историй, которые организация рассказывает о себе, и эти истории мощнее любого регламента.

Трансформация важнее оптимизации. Оптимизация — это делать то же самое лучше. Трансформация — это начать делать другое. В мире SPOD оптимизация была достаточной стратегией: процессы отлажены, правила понятны, улучшай то, что есть. В мире SHIVA оптимизация — это ловушка, которая дает иллюзию прогресса при отсутствии движения. Человек, который становится все более эффективным в решении задачи, которая уже не нужна, движется назад с нарастающей скоростью. Трансформация требует другого: готовности отпустить то, что работало, прежде чем оно перестанет работать.

Шесть убеждений. Некоторые из них вы разделяете уже сейчас. Некоторые, возможно, вызывают сопротивление. Оба варианта хороши. Сопротивление — это начало разговора о том, как вы понимаете себя, свою жизнь, свои выборы, — то, ради чего написана эта книга.

Философия — это способ смотреть на мир, который делает одни вещи видимыми, а другие — невозможными. Выбирайте философию осознанно, или она выберет вас сама — и тогда вы будете жить по ее законам, даже не замечая их.

Нарративный интеллект в профессиях *Где это в особенности важно?*

Мы не можем подготовить детей к миру, который еще не существует, но можем подготовить их к тому, что в этом мире останется неизменным.

Дэвид Перкинс

Когда говорят о профессиях будущего, обычно имеют в виду профессии, которых еще не существует. Специалист по этике искусственного интеллекта, архитектор виртуальной реальности, куратор данных о человеческой идентичности — список выглядит одновременно вдохновляющим и тревожным. Особенно если вы уже вложили десять лет в профессию, которой в этом списке не нашлось места. Но любой разговор о профессиях будущего, который начинается с их названий, однозначно начинается не с того, что действительно важно.

Названия — это поверхность, под которой всегда одно и то же: набор способностей, которые делают человека ценным в конкретных условиях конкретной эпохи. А что можно сказать о мире стремительном, нелинейном, перенасыщенном информацией и дефицитном по смыслу? О мире, в котором функции все дешевле, а присутствие все ценнее? Именно в таком мире способность понять, что все это значит, и передать это понимание другим людям так, чтобы они начали действовать иначе, и определяет ту специальность, которая будет востребована, независимо от того, как она называется.

Есть несколько областей, в которых нарративный интеллект уже сегодня становится не дополнительным преимуществом, а обязательным условием. Природа задач в этих областях такова, что без него просто не справиться.

Управление и лидерство. Кризис вовлеченности, который переживают организации по всему миру, — это в значительной мере кризис нарратива. Люди не знают, зачем они здесь. Им никто не рассказал историю, в которую стоит верить.

Образование. Учитель как транслятор информации — это профессия, которая умирает. Но учитель как человек, который умеет выстроить нарратив обучения так, чтобы знание встроилось в идентичность ученика, — это совершенно другая профессия. Нарративный интеллект — это и есть то, что отличает первых учителей от вторых.

Психология, коучинг, консультирование. Здесь нарративный интеллект не дополнение к методу — он и есть метод. Человек приходит к психологу с историей о себе, которая его ограничивает, причиняет боль или просто перестала работать. Задача специалиста — помочь человеку увидеть эту историю, понять ее механизм и найти возможность ее изменить. Это невозможно сделать, не понимая, как работают нарративы.

Коммуникации, медиа, публичная жизнь. Умение создавать истории, которым доверяют, — это про понимание того, какой нарратив уже живет в аудитории, и как в него войти, не разрушая его, а обогащая. Журналист, PR-специалист, автор, публичный человек — все они работают с нарративами, осознают они это или нет. Разница в том, что те, кто осознает, делают это намного качественнее и эффективнее. Осознанность в работе с историями — это именно то, что отличает влияние от шума.

Политика и гражданское общество. Общество всегда управлялось нарративами. Но сегодня это стало настолько очевидным, что игнорировать уже невозможно. Гражданин, понимающий механику политических историй, перестает быть объектом манипуляции и становится субъектом выбора. Политик, умеющий работать с коллективным нарративом честно, не создавая врагов и не эксплуатируя страхи, а предлагая историю, в которой люди узнают себя и

свое достоинство, обладает преимуществом иного порядка, и не на один выборный цикл, а на несколько поколений своих избирателей.

Предпринимательство и создание продуктов. Продукт без истории — это просто функция. А функции, как мы уже выяснили, дешевают. История продукта — это ответ на экзистенциальный вопрос самого продукта: зачем он существует, кому он доставляет что-то важное, какую роль он играет в жизни человека, который его использует. Компании, которые умеют отвечать на этот вопрос убедительно, строят лояльность, которую невозможно купить рекламой.

Все эти области объединяет одно: в каждой из них ценность специалиста определяется не тем, что он знает, а тем, что он умеет делать со смыслом. Находить его там, где другие видят хаос, передавать его так, чтобы он был услышан, менять его тогда, когда он перестал служить людям. Это и есть нарративный интеллект в своем прикладном измерении.

Развитие нарративного интеллекта — это развитие способности, которая делает человека ценным в любой профессии, где присутствует другой человек. А таких профессий, несмотря на все технологические революции, по-прежнему большинство. И чем дальше, тем больше именно они будут определять, что значит работать и что значит жить осмысленно.

Специальности будущего еще не названы. Но способности, которые за ними стоят, уже известны. Они были нужны всегда. Просто теперь стало невозможным делать вид, что это необязательно.

Часть вторая Нарративный интеллект: природа и устройство

Третий интеллект *Место среди других форм интеллекта*

*Мы — единственные животные, которые рассказывают истории
о том, почему мы делаем то, что делаем.*

Джонатан Готтшалл

Когда люди слышат слово «интеллект», они думают об IQ. О числе, которое когда-то измерили в школе или на собеседовании и которое с тех пор живет в голове как приговор или как гордость. IQ — это способность решать логические задачи, работать с абстракциями, удерживать в уме несколько переменных одновременно. Он измеряется, он относительно стабилен, он коррелирует с академическими успехами. Долгое время считалось, что это и есть интеллект — весь, исчерпывающий, единственный.

Потом в мир интеллектов ворвался Дэниел Гоулман с эмоциональным интеллектом — EQ. Он показал, что способность понимать собственные эмоции и эмоции других людей, управлять ими и строить на их основе отношения — это отдельная форма интеллекта. И эта форма интеллекта предсказывает жизненный успех не хуже, а иногда лучше, чем IQ. Это был переворот, революция. Оказалось, что умный человек может быть социально слеп, а человек с посредственными логическими способностями — исключительно эффективен в нашем мире. Карта расширилась.

Нарративный интеллект (NI) — это третий тип. Наименее исследованный. Долгие наблюдения и исследования склонили меня к мысли, что он наиболее влиятельный из трех, потому что именно нарративный интеллект определяет, как человек использует два других. Еще и потому, что именно он управляет смыслом, а смысл управляет всем остальным.

Что такое нарративный интеллект? Есть определение функциональное, классическое, и есть определение, которое можно назвать живым. Классическое звучит как совокупность способностей человека понимать, создавать, анализировать и использовать нарративы для осмысления мира, решения задач, влияния на других и формирования собственного поведения. Живое звучит немного иначе: способность делать жизнь значимой, ставить убедительные цели, раскрывать смыслы и инициировать действия. Оба верны. Первое описывает, что он умеет. Второе — зачем он нужен.

В основе нарративного интеллекта лежит простое и одновременно радикальное наблюдение: человек живет не в реальности, он живет в истории о реальности. Одно и то же событие два человека переживают по-разному не потому, что у них разные нейроны или разное детство, хотя это тоже, а потому, что они помещают это событие в разные истории — один рассказывает о поражении, другой — о новом повороте. Событие одно, истории — разные. И именно история, а не событие, определяет, что человек почувствует, решит и сделает дальше.

«Я рассказываю, следовательно, я существую» — поэтическая метафора, описывающая то, как устроен человеческий мозг. Мы единственные существа на планете, которые не просто реагируют на происходящее, но создают из него нарратив, придают ему структуру с причиной, следствием, смыслом и финалом. Это уникальное эволюционное преимущество, позволяющее нам учиться на том, чего с нами не происходило; предвидеть последствия решений, которые мы еще не приняли; координировать действия с людьми, которых никогда не встречали, а потом

создавать культуру, которая переживает ее создателей. *Homo narrare* — человек рассказывающий — это про нас, и это, наверное, самое подходящее имя нашего вида.

Что происходит в мозге, когда человек слышит историю, почему нарративы работают так, как работают, и почему развитие нарративного интеллекта меняет не только мышление, но и жизнь?

Джакомо Риццолатти в девяностых годах прошлого века почти случайно открыл зеркальные нейроны. Исследуя поведение обезьян, он обнаружил, что их мозг реагировал на движение таким же образом, когда они это движение совершали и когда они за ним наблюдали. У людей тот же механизм работает еще мощнее. Что принципиально важно, он срабатывает не только при наблюдении за действием, но и при рассказе о нем. Когда вы слышите историю о том, как кто-то споткнулся, ваш мозг активирует те же зоны, что активировались бы, если бы споткнулись вы. История для нас — это не описание опыта, а он сам.

Ури Хассон из Принстонского университета показал нечто еще более удивительное. Когда человек рассказывает историю и когда другой человек ее слышит, их мозговые паттерны синхронизируются, и синхронизируются буквально. Мозг слушателя воспроизводит те же конфигурации активности, что и мозг рассказчика. Чем лучше история построена и рассказана, тем глубже синхронизация. Хассон назвал это нейронным резонансом.

Пол Зак исследовал действие окситоцина — гормона, вызывающего сокращения матки во время родов и стимулирующего лактацию. Оказалось, что этот гормон вырабатывается также и при восприятии нарратива, который вызывает эмоциональную реакцию. И это убеждает эффективнее любых аргументов, любой статистики, любых рациональных доводов, потому что доверие, которое стимулирует окситоцин, является необходимым условием для того, чтобы любой аргумент вообще был услышан.

Рэймонд Мар, в свою очередь, показал, что чтение художественного текста активирует те же зоны мозга, что и реальный опыт: зрительную кору, двигательную кору, области, связанные с обонянием и вкусом. Мозг не делает различий между «прочитал» и «пережил». Это называется заземленным познанием, и это объясняет, почему люди, много читающие художественную литературу, демонстрируют более высокий уровень эмпатии. Они буквально проживают больше жизней, чем прожили фактически.

Это лишь некоторые из сотен исследований, которые все вместе показывают, что нарративы являются тем механизмом, через который мозг строит реальность, передает опыт, создает доверие и инициирует действие. Развивать нарративный интеллект — значит развивать способность осознанно работать с этим механизмом: видеть истории, которые управляют поведением, понимать, как они формируются и как меняются, и уметь создавать новые. Было бы совершенно неадекватно воспринимать НИ как навык из череды *soft skills*. Это полноценная архитектурная работа с тем, как устроено человеческое мышление.

Строение нарратива

Из чего состоит история и как она работает изнутри

Нарратив — это не украшение мышления. Это его основной инструмент.

Джером Брунер

Нарратив — термин, который используется все чаще и чаще. Его применяют и к политическим манипуляциям, и к корпоративным стратегиям, и к личным историям в социальных сетях, — буквально повсюду, по поводу и без. От этого он стал размытым, удобным для всего и точным ни для чего. Поэтому, прежде чем двигаться дальше, нужно определиться, что он есть на самом деле, разобрать его на составляющие части. Человек, который понимает, как устроен нарратив изнутри, начинает замечать вещи, которых раньше просто не видел. И это меняет все.

Начнем с формулы. Нарратив — это не просто рассказ или история. Рассказ может быть хроникой: сначала было это, потом то, потом третье. Хроника фиксирует события, факты, их последовательность. Нарратив делает кое-что другое и важное — он создает смысл. Он отвечает не только на вопрос «что произошло», но и на вопрос «что это значит?», и его точная формула выглядит так: **нарратив равен событию плюс интерпретация плюс смысл и цель**. Уберите интерпретацию — получите протокол, уберите смысл — получите список фактов.

Из этой формулы вытекает наблюдение, которое меняет способ понимать человеческое поведение: связи, присутствующие в нарративе, — не факты, не логические следствия, а интерпретации. «Меня уволили, потому что я недостаточно хорош» — это не факт. Это интерпретация, которая связала два события в историю. «Меня уволили, потому что компания не справилась с кризисом» — другая интерпретация, другая связь, другая история. Событие одно, а нарративов из него можно построить бесчисленное множество, и каждый приведет к разным выводам и разному будущему.

Анатомия нарратива

Структурные элементы. Внутри любого нарратива присутствуют несколько постоянных элементов. Одни описывают содержание и механику истории, другие — позицию, с которой она рассказывается. И именно позиция является наиболее диагностически важной и наиболее часто упускаемой.

Герой. Не Super, Spider или какой-то еще man, а в смысле субъект, от лица которого рассказывается история, тот, с кем мы отождествляемся. В личном нарративе герой — это «я». Но «я» в нарративе — это не объективная данность, не приказ о штатном расписании — это роль. И как любую роль, ее можно менять. Человек, который привык рассказывать историю своей жизни с позиции жертвы обстоятельств, может начать рассказывать ее с позиции человека, который действовал в сложных условиях, и история меняется кардинально.

Конфликт. Без него нет нарратива — только хроника. Конфликт — это любая точка напряжения: между тем, что есть, и тем, что должно быть; между тем, кем я являюсь, и тем, кем хочу стать; между моими ценностями и реальностью, в которой я живу. Конфликт — это двигатель нарратива, он задает движение, требует выбора и создает возможность изменения. Нарратив без конфликта — это история про отсутствие жизни.

Антагонист. Здесь скрывается одно из самых важных открытий нарративной психологии: настоящий антагонист всегда внутренний: страх, стыд, ложное убеждение. Внутренний судья, голос которого человек принял за собственный, хотя он унаследован — от родителей, от культуры, от травмы. Внешние враги, конечно, существуют, но пока человек не встретится с внутренним антагонистом, внешние будут воспроизводиться снова и снова: с разными лицами,

но по одному и тому же сценарию. По-другому это называют повторяющимися паттернами жизни.

Логика причинности. То, как человек объясняет, почему с ним происходит то, что происходит. «Мне не везет», «я сам виноват», «мир несправедлив», «я недостаточно стараюсь» — это правила нарративной физики, по которым работает его история. Они определяют, где человек ищет причины происходящего — в себе или снаружи, в прошлом или в будущем, в случайности или в закономерности. И они определяют, где он будет искать выход.

Позиционные элементы. Сюжет — базовая логика объяснения мира. Как устроена жизнь с точки зрения этого человека: сюжет контроля, сюжет доказательства, сюжет избегания, сюжет спасения, сюжет борьбы. Все это — реальные нарративные программы, которые воспроизводятся в отношениях, в карьере, в конфликтах, в реакциях на успех. Ведущий сюжет жизни — это история, которая возвращается снова и снова в любых декорациях.

Роли. Устойчивые позиции внутри нарратива, которые человек занимает: как он действует в конфликте, как реагирует на критику, как ведет себя в ситуации неопределенности. И, как любую позицию, ее можно распознать и изменить.

Ожидания. Сценарии будущего, которые кажутся наиболее вероятными. «Что, по моему, скорее всего произойдет?» Ожидания — это прошлый опыт, проецированный вперед, и они предопределяют выбор задолго до того, как выбор осознается как выбор.

Ограничения. Внутренние запреты: что мне нельзя, что для меня невозможно, что не для меня. Они редко имеют рациональное обоснование, поскольку появились раньше рационального мышления и с тех пор работают как аксиомы. За каждым «мне нельзя» стоит старое решение, которое можно пересмотреть.

Язык. Внешний маркер всей системы. Какими конструкциями человек объясняет происходящее — активными или пассивными, какими формулировками — конкретными или размытыми, с ответственностью или без нее. Язык и отражает, и закрепляет нарратив. Каждый раз, когда человек произносит «мне не дают», он воспроизводит сюжет бессилия и делает его чуть более реальным.

Смысловые ядра. Это идеи, вокруг которых организована история. Что считается важным, а что второстепенным; что возможным, а что запрещенным; что достойным внимания, а что не заслуживающим его. Они определяют, какие факты попадают в историю, а какие в ней не будут существовать.

Позиция субъекта. Элемент анатомии нарратива, который является самым важным: кем в своей истории является человек — тем, кто действует, или тем, с кем это происходит?

Французский лингвист Альгирдас Жюльен Греймас показал, что в любом нарративе — вне зависимости от культуры, языка и эпохи — существуют устойчивые роли: субъект (тот, кто действует), объект (тот, к кому направлено действие), отправитель (тот, кто инициирует), получатель (тот, кто извлекает выгоду), помощник (тот, кто содействует) и противник (тот, кто препятствует). Это универсальная грамматика нарративов, и она воспроизводится в историях всех времен и народов.

Применительно к личному нарративу это означает следующее. Человек, рассказывающий историю своей жизни, занимает определенную позицию, и эта позиция определяет характер всей истории. «Я решил уйти» и «Меня вынудили уйти» — это один и тот же факт в двух принципиально разных нарративных позициях. В первом случае человек является субъектом — он действует. Во втором — объектом, с которым что-то делают другие. Языковая разница минимальна, но нарративная разница — кардинальная.

В личных нарративах чаще всего встречаются три позиции. Позиция субъекта: человек рассказывает историю, в которой он является действующим лицом, принимает решения, несет ответственность за выборы. Это авторская позиция, и она соответствует зрелому нарративному интеллекту и высокому уровню нарративной зрелости.

Позиция объекта: человек рассказывает историю, в которой с ним происходит то, что делают другие или обстоятельства. «Меня поставили в ситуацию», «Так сложилось», «Они решили за меня». Это позиция персонажа, и она является главным признаком нарратива в режиме защиты.

Позиция отправителя: человек рассказывает историю, в которой он инициирует и направляет движение других. Лидерская, педагогическая, родительская позиция. Требует как субъектности, так и способности видеть других как субъектов, а не только как объекты своего влияния.

Особый случай — внутренний противник как актант. Греймас показал, что помощник и противник могут быть не только людьми, но и абстракциями: страхом, стыдом, ограничивающим убеждением. Человек, чей внутренний нарратив строится вокруг борьбы с собственным страхом или стыдом, нередко проецирует этого противника вовне — видит его в обстоятельствах, в людях, в системах. Это и есть механизм того, что называют «внешним локусом контроля»: противник, который на самом деле находится внутри, воспринимается как свойство мира снаружи.

Нарратив как алгоритм поведения

Теперь о том, как нарратив работает как алгоритм поведения. Это, пожалуй, самое практически важное из всего, что написано в этой главе. Все элементы вместе — сюжет, роли, ожидания, ограничения, язык и позиция субъекта — образуют действующий нарратив. Не просто объяснение, рассказ или описание прошлого, а программу, по которой человек действует в настоящем.

Человек, который снова и снова оказывается в одной и той же ситуации, от деструктивных отношений до конфликта с начальством, живет по нарративу, который воспроизводит себя с железной последовательностью. Разорвать этот круг невозможно, просто захотев жить или поступать иначе. Нужно увидеть сам нарратив, всю его препарированную анатомию, а увидеть — значит получить возможность выбора. Первую настоящую возможность.

Именно поэтому инвентаризация нарратива — первый этап работы с нарративным интеллектом — является не упражнением по самопознанию, а стратегической необходимостью. Нельзя изменить то, чего не видишь, нельзя выбрать иной маршрут, не зная, по какому едешь сейчас. И нельзя стать автором своей истории, не осознав, что до сих пор был в ней персонажем.

Слои нарратива

Откуда берется история, которой мы живем

Мы рождаемся внутри историй. И большинство из нас умирает, так и не спросив: «А чьи это истории?»

Арсен Аветисов

Представьте человека, который никак не может построить долгие отношения. Он умный, внимательный, искренне хочет близости, но что-то всегда примерно в одной и той же точке идет не так и приходит к примерно одинаковому финалу. Человек меняет партнеров, меняет города, меняет работу. Декорации меняются, сюжет остается. Его можно спросить: «Откуда этот сюжет?» — и он честно ответит: «Не знаю». Потому что история, которая им управляет, не написана им самим, и, скорее всего, она стала им исполняться раньше, чем он научился читать.

Нарратив не рождается в момент, когда человек начинает его осознавать, а складывается слоями задолго до этого момента. Понять эти слои — значит понять, где именно история берет начало, какие голоса в ней звучат и почему она так упорно воспроизводится, даже когда человек искренне хочет другого.

Первый и самый ранний слой — личный опыт. Это то, что человек пережил сам: первые победы и первые провалы, первая любовь и первое предательство, первые уроки о том, что значит быть «хорошим» и что — «плохим». Казалось бы, это самый достоверный источник нарратива: «Я был там, я это видел, я это чувствовал». Но именно здесь скрыта первая ловушка. Память не хранит события — она хранит интерпретации; она хранит не документальную запись из архива, а каждый раз создает новую версию, окрашенную сегодняшним состоянием, сегодняшними страхами, сегодняшними убеждениями.

Самые сильные нарративы формируются в детстве, потому что у ребенка мало альтернативных интерпретаций. Взрослый, столкнувшись с холодным отцом, может подумать о нескольких версиях: он устал, у него был тяжелый день, у него свои проблемы. Ребенок делает единственный доступный ему вывод: «Со мной что-то не так». Этот вывод может прожить в человеке десятилетия как аксиома, которую никто никогда не проверял, потому что она стала невидимой и слишком привычной, чтобы ее замечать.

Второй слой — семейный нарратив. Это истории, которые семья рассказывает о себе явно и неявно. Явно: «В нашей семье всегда так», «Мы люди простые», «Деньги достаются трудом», «Нельзя выделяться». Неявно: через интонации, через реакции на стресс, через то, о чем говорят и о чем молчат, через роли, которые распределены так давно, что кажутся данными природой, а не выбором. Тот, кто всегда спасает, и тот, кого всегда спасают; тот, кто держит все под контролем, и тот, кто создает хаос.

Семейные нарративы передаются не только через повествования, они передаются через тело, через атмосферу, через то, как взрослые переживают неудачу и как принимают успех. Ребенок не копирует какие-то декларации и не вникает в хартии своего рода. Он копирует структуры историй, и эти структуры переживают самого ребенка, переходя к его детям, независимо от того, хочет он этого или нет, осознает или находится в полном неведении. Нарратив передается как вирус: через контакт, без симптомов и часто без установления диагноза.

Третий слой — социальный нарратив. Это истории среды, профессии, поколения, социальной группы. «Настоящий мужчина не плачет». «Успех — это должность и зарплата». «После сорока уже поздно начинать». «Художник должен страдать». «Богатые — нечестные». Эти истории живут в разговорах, в шутках, в том, что считается само собой разумеющимся в конкретном кругу. Человек дышит ими, это как воздух, и поэтому они кажутся ему не навязанными убеждениями, а реальностью.

Социальный нарратив определяет не объективные границы, а границы, воспринимаемые им как возможные. Именно поэтому люди из разных социальных сред имеют принципиально разные представления о том, что для них доступно, и рисуют разные карты возможного.

Четвертый слой — культурный нарратив. Самый глубокий и самый невидимый из невидимых. Это исторический сюжет страны и цивилизации, то, как общество объясняет себе свое прошлое, свое настоящее и свое место в мире. Культурный нарратив определяет базовую модель отношений человека с миром. Мир может быть местом возможностей или источником угроз, личность — сувереном или частью коллектива, страдание — наказанием или путем к мудрости.

Эти модели настолько фундаментальны, что большинство людей воспринимают их как природу вещей. Именно поэтому кросс-культурное непонимание так болезненно и так устойчиво. Два человека смотрят на одну и ту же ситуацию, будь то мир или война, и видят принципиально разные вещи, потому что читают ее через разные нарративы. Каждый убежден, что видит реальность, но оба видят всего лишь ее версию.

Четыре слоя — личный, семейный, социальный, культурный — существуют одновременно в каждом человеке и не всегда согласованы, а иногда и прямо противоречат друг другу. Культурный нарратив утверждает, что коллектив важнее индивида, а личный нарратив сформировал человека, который может выжить только в одиночку. Семейный нарратив говорит, что деньги — это грязь, а социальный нарратив среды, в которую человек попал во взрослой жизни, убеждает, что успех измеряется состоянием.

Инвентаризация нарратива — это прежде всего работа с этими слоями. Инвентаризация — это не поиск виноватых среди родителей, культуры, эпохи и правительства, а возможность различить, какая из историй продолжает проживаться только потому, что человек никогда не останавливался, чтобы ее рассмотреть и задать к ней важные вопросы. Именно эти вопросы являются началом авторства. Того самого, о котором написана эта книга, и еще — о свободе, которая начинается в тот момент, когда человек впервые спрашивает, какую из этих историй он выбирает.

Жизненный и общественный нарратив

Где заканчивается моя история и начинается чужая

Человек может вынести почти все — если знает, зачем.
Виктор Франкл

Есть вопрос, который редко задают, потому что ответ на него немного пугает. Вот этот вопрос: «Какая часть вашей личной истории написана вами и какая часть написана без вашего участия?» Это вопрос не об обстоятельствах, которые не выбирают, как страну рождения, эпоху или семью. Это вопрос об убеждениях, которые кажутся вашими собственными, о желаниях, которые чувствуются как личные, о страхах, которые воспринимаются как индивидуальная особенность. Большая часть всего этого однозначно пришла извне, но стала привычной и внутренней именно потому, что пришла давно и практически незаметно.

Жизненный нарратив — это история, которую человек рассказывает о себе и внутри себя. Не обязательно связно или последовательно. Она о том, как он объясняет себе утро, когда не хочется идти на работу, о том, как он переживает похвалу — принимает или немедленно обесценивает, о том, что он считает для себя возможным, а что даже не рассматривает, потому что говорит: «Это не для меня». Жизненный нарратив — как рабочая версия себя, которая определяет выборы задолго до того, как они осознаются как выборы.

В центре жизненного нарратива — смысл. Не такой объемный, как некая экзистенциальная идея, хотя и она тоже частично присутствует, а как ответ на вопрос: «Зачем я встаю утром?» Что делает это мое усилие оправданным и что делает меня — мной?

Этот смысл может быть едва уловимым, но он должен быть. Потому что без него все остальные элементы нарратива существуют как отдельные фрагменты, а не как история. Человек ощущает это как хаос и не может точно назвать, чего именно не хватает для цельности.

Над жизненным нарративом стоит то, что называется метанарративом. Большая жизненная идея, организующий принцип, который придает смысл всем остальным нарративам. Человек с метанарративом может переживать тяжелые периоды, терять позиции, менять направление и при этом не терять себя. Потому что у него есть его история, которая больше любого отдельного эпизода, будь то серьезное потрясение или континентальный кризис, рассыпающий в прах истории людей.

Но есть и совершенно другой масштаб — общественный нарратив — история, которую общество рассказывает о себе. Через праздники и памятники, через школьные учебники и официальные речи, через то, каких людей называют героями и каких — предателями, через то, что считается нормой и что — отклонением. Этот нарратив определяет возможности — политические, экономические, моральные — и устанавливает границы гораздо более жесткие, чем любой закон.

Общественный нарратив устойчивее личного, и это объяснимо. Он подкреплён институтами, ритуалами, коллективными переживаниями. Когда миллионы людей разделяют одну и ту же историю — это невероятная сила. Важные изменения в обществах происходят не только через реформы законов или экономические спады, но и через изменение нарративов. Советский Союз окончательно распался, когда изменилась история, которую люди рассказывали о себе и о возможном будущем.

Точка пересечения жизненного и общественного нарратива — это место, где формируется то, что люди называют идентичностью. «Я — часть этой страны, этой культуры, этого поколения, и я разделяю эти ценности, страхи и надежды». Такое пересечение может стать как источником силы, когда человек чувствует, что его личная история созвучна большой коллективной, так и ловушкой, когда общественный нарратив требует от человека отказа от соб-

ственной истории, когда он требует пренебречь сомнениями, принять чужие цели за свои, стать функцией коллективного сюжета.

Умение различать эти два уровня — жизненный и общественный — является одним из самых важных навыков нарративного интеллекта. Именно здесь обнаруживается один из самых тонких механизмов нарративного влияния: монополизация общественного нарратива, когда одна история объявляется единственно возможной, а все альтернативные — опасными, неправильными или несуществующими. У людей отнимают фундаментальное — свободу интерпретации. Вы, скорее всего, подумали о свободе слова, но нет: когда человек утрачивает способность задавать вопрос: «Чья это история и кому она выгодна?», он не чувствует себя несвободным, он чувствует себя нормальным. В этом и состоит опасный парадокс этой утраты.

Нарративный интеллект — это определение того, где история служит людям и где люди служат истории. Возможно, это тонкая работа, но не только для избранных, потому что именно она является условием того, что принято называть гражданской зрелостью. Да и личной тоже.

Жизненный и общественный нарративы в развитых обществах не противоречат друг другу — они, если можно так сказать, разговаривают друг с другом. Вопрос лишь в том, кто в этом разговоре говорит, а кто только слушает.

Часть третья. Теория и основание

Трехмерная история

Как измерить то, что не поддается простому измерению

Не все, что важно, поддается измерению, и не все, что поддается измерению, важно.

Приписывается Альберту Эйнштейну

Современный человек одержим желанием все измерить. Желательно в цифрах и графиках, обязательно по отношению к норме и, тем более, в сравнении с другими людьми. Это его пристрастие понятно, потому что числа дают ему очередную иллюзию ясности там, где ее нет, и ощущение прогресса или превосходства там, где он неочевиден. Измеряется IQ, измеряется уровень холестерина, KPI, ROI и еще тысячи аббревиатур. Тогда почему бы не измерить нарративный интеллект?

Но прежде чем говорить о том, как это вообще возможно сделать или уже делается, важно понять, что именно измеряется и что принципиально не поддается измерению в привычном смысле. Путаница здесь не случайна: она отражает саму природу объекта, который подлежит измерению, и сложность его составляющих — ведь это не набор знаний и не скорость реакции или рост инвестиций. Нарративный интеллект — это живая способность, которая проявляется в контексте, в отношениях, в моменте выбора. Оценить ее простым одномерным тест-листом — примерно то же самое, что оценить качество разговора по количеству слов. Формально возможно, но по сути — бессмысленное тыканье пальцем в небо.

В этой книге мы рассмотрим трехмерную модель исследования НИ, которая ставит перед диагностикой три принципиально разных вопроса.

Первый вопрос: какой тип нарративного мышления является доминирующим для человека? Второй: из какой временной позиции человек строит свои истории? Третий: насколько осознанно он работает с нарративами? Соответственно, каждый вопрос требует своего инструмента, и ни один инструмент не отвечает на все три вопроса сразу. И это принципиальная позиция. Когда человек проходит тест по типу НИ, он получает ответ на первый вопрос, но не на второй и третий. Два человека с одинаковым типом могут оказаться в совершенно разных точках развития, потому что их временная ориентация или уровень нарративной зрелости различаются. И это в корне меняет все последующее взаимодействие с этими людьми. Поэтому полная диагностическая картина требует всех трех измерений.

Для определения типа доминирующего режима нарративного мышления, о котором речь пойдет в следующей части, существуют три подхода, и каждый — с разной точностью и разными требованиями к ресурсам.

Анализ свободного нарратива. Это наиболее точный и в то же время трудоемкий метод. Человеку предлагают рассказать историю о значимом событии или профессиональном пути, может быть, о ключевом решении. Подготовленный специалист анализирует этот нарратив на нескольких уровнях одновременно: какова позиция рассказчика в собственной истории, является он субъектом или объектом; есть ли в истории движение и развитие или она циклична; как рассказчик работает с конфликтом. Метод анализа свободного нарратива дает наиболее живую картину, но требует квалификации и времени.

Второй подход — **поведенческое наблюдение**. Это еще более трудоемкий, но и самый достоверный метод. Как человек реагирует на неожиданное изменение условий? Как строит

объяснения в ситуации неопределенности? Как действует с чужими историями? Как переживает обратную связь, которая не совпадает с его нарративом о себе? Эти наблюдения дают живую картину, которая проявляется именно там, где автоматизмы берут верх над осознанными реакциями.

И, наконец, третий — **использование структурированных опросников, тестов**. Они и быстрее, и доступнее. Они измеряют не сам нарратив, а косвенные индикаторы: склонность к определенным типам интерпретации, устойчивость к неопределенности, способность удерживать несколько версий одного события одновременно, характер его объяснительных стилей. Работают опросники через сценарные вопросы: человеку предлагается ситуация, и, по характеру его первой реакции, определяется доминирующий тип.

Этот формат близок к тому, как Дэвид Колб измерял стили обучения через Learning Style Inventory и как Мартин Селигман измерял объяснительный стиль через ASQ. О них речь пойдет ниже.

Опросник не дает той глубины, что свободный нарратив, но показывает точку входа для первичной ориентации, для самодиагностики или групповой работы. Результаты нужно рассматривать как рабочую гипотезу, а не как окончательный вердикт.

В этой книге мы рассмотрим источники этого подхода и начнем с того, что разберем, какие научные и верифицированные исследования лежат в его основании и формируют его объемность и точность.

На чем строится система *От теоретически обоснованной к практически применимой гипотезе*

*Типология — это фонарь. Фонарь не ограничивает пространство
— он показывает, что в нем есть.*

Типологии любят и одновременно не доверяют им. Любят, потому что типы дают особый словарь и темы для разговора о различиях между людьми. Не доверяют, потому что любая типология склонна все упрощать. Человек сложнее четырех типов, шестнадцати профилей и сорока двух архетипов, вместе взятых. И это очевидно. Но это не аргумент против типологии — это аргумент против ее неправильного использования. Хорошая типология освещает определенный аспект работы человека с реальностью, а не описывает человека целиком. И освещает достаточно точно, чтобы быть полезной, и достаточно скромно, чтобы не претендовать на большее.

Типология нарративного интеллекта, приводимая в этой книге, является теоретически обоснованной и практически применимой гипотезой. Это важно сказать не потому, что есть неуверенность в ее работоспособности (двадцать лет практики дают основания для уверенности), а потому, что честность в отношении статуса инструмента — это условие его уместного применения. Гипотеза, подтвержденная практикой, остается гипотезой до тех пор, пока не пройдет систематическую верификацию. Эта работа ведется, и, пока она не завершена, следует использовать типологию как карту, с каждым днем все точнее приближающуюся к территории, но еще не тождественную ей.

Основание этой карты — три научных пространства, каждое из которых сыграло свою роль на пути к выводам о том, что люди принципиально по-разному работают с нарративами.

Первое — классическая нарратология, занимающаяся изучением структуры и функций нарративов как таковых в литературе, культуре и повседневной речи, — начиная с Аристотеля, Владимира Проппа с его морфологией сказки и далее Ролана Барта, Жерара Женетта и других структуралистов и исследователей, которые обнаруживали, что нарративы строятся по универсальным законам. При этом каждый из этих авторов освещал разные аспекты этих законов как инструментов построения нарративов: от анализа структуры повествования и функции сюжета до организации текста.

Второе — когнитивная и нарративная психология. Джером Брунер первым провел принципиальное различие между двумя режимами мышления: парадигматическим и нарративным, где оба режима равно необходимы как способы понимать реальность, и разные люди по умолчанию тяготеют к разным соотношениям этих режимов. Исследователи объяснительных стилей — от Мартина Селигмана и Кристофера Петерсона до более поздних работ в позитивной психологии — подтвердили, что паттерны интерпретации устойчивы, предсказуемы и влияют на поведение значительно сильнее, чем принято думать.

Третье — психология смысла и нарративная терапия как части прикладной нарратологии. Виктор Франкл показал, что способность придавать смысл страданию является условием выживания в буквальном смысле. Джеймс Пеннебейкер обнаружил, что переработка травматического опыта через нарратив и его письменное оформление дает измеримые улучшения физического и психического здоровья. Майкл Уайт и Дэвид Эпстон разработали нарративную терапию, основанную на идее, что люди не являются своими проблемами — они живут в историях о проблемах, и эти истории можно изменить. Все это вместе позволило сформировать

базу для идеи, что работа с нарративами — это реальный механизм изменения человеческого поведения.

Ни одна из этих традиций не описывает четыре типа нарративного мышления напрямую. Каждая из них обосновывает нечто необходимое, но недостаточное: к примеру, то, что нарративное мышление существует как самостоятельный режим, что паттерны интерпретации устойчивы и измеримы, что работа с нарративом меняет поведение. Следующий шаг на этом пути — выделение типов внутри нарративного режима — является авторским синтезом этих традиций, опирающимся на практику и продолжающийся процесс систематического исследования. Именно этому синтезу посвящены следующие главы книги.

Но прежде рассмотрим подробнее источники.

Психологические типы Юнга

Четыре когнитивные функции

Кто смотрит наружу — видит сны. Кто смотрит внутрь — пробуждается.

Карл Густав Юнг

Карл Густав Юнг опубликовал «Психологические типы» в 1921 году. Так получилось, что эта книга стала основополагающим руководством целой традиции психологической типологии и оказала большое влияние на последующие модели, включая MBTI. Она до сих пор сохраняет значение в аналитической психологии, консультировании и организационной практике.

Юнг предполагал, что некоторые базовые различия в способах ориентации в мире проявляются очень рано и не могут быть полностью объяснены только обучением и средой. Принципиально то, что здесь речь идет не о приобретенных навыках, а о базовой конфигурации психики, которая предшествует опыту и организует его.

Юнг описал четыре базовые психические (или когнитивные) функции как способы, через которые сознание взаимодействует с опытом. Для понимания любого явления нам нужно знать, что оно есть, что оно собой представляет, что оно значит для нас и каковы его горизонты или возможности. Именно этим занимаются четыре функции — ощущение, мышление, чувство и интуиция соответственно.

Ощущение говорит нам, что нечто существует. Мышление говорит нам, что это такое. Чувство говорит нам, что это для нас значит. Интуиция указывает на горизонты и возможности вещей. Это и четыре вопроса к реальности, и четыре функции как разные способы на них отвечать.

Юнг разделял функции на два типа. Рациональные (мышление и чувство) — функции суждения: они оценивают реальность, требуют принятия решений. Иррациональные (ощущение и интуиция) — это функции восприятия: они собирают данные о мире, а не судят о нем. Юнг предположил, что доминирующая функция вместе с доминирующей установкой (экстраверсия или интроверсия) характеризует сознание, тогда как функция-противоположность вытесняется и характеризует бессознательное. Ниже приведены, хотя и не тождественные, но реальные параллели с четырьмя типами НИ.

Мышление → Аналитик. Юнговское мышление — это функция, спрашивающая: «Что это такое, как оно устроено, какова его логика?» Человек с доминирующим мышлением строит системы, ищет принципы, анализирует структуры. Аналитик задает ровно тот же первичный вопрос: «Как это устроено?» Оба работают через причинно-следственные связи и структурный анализ.

Интуиция → Стратег. Юнговская интуиция — это функция возможностей и горизонтов. Человек с доминирующей интуицией не скован тем, как вещи устроены сейчас — он видит, какими они могут быть. Стратег задает вопрос «Что здесь возможно?» и работает с будущим как с реальностью. Оба живут в пространстве потенциала.

Чувство → Драматург. Юнговское чувство — функция ценности и смысла: что это для нас значит, чего оно стоит. Человек с доминирующим чувством ориентируется на личностное значение событий, на ценности, на человеческое переживание. Драматург задает вопрос «Что это значит?» и работает именно в этом измерении. Важно помнить, что юнговское чувство не тождественно эмоциональности; для него это способ оценки значимости и ценности явлений.

Ощущение → Критик. Это наиболее тонкая из четырех параллелей, поэтому важно ее обосновать точнее. Юнговское ощущение — это функция восприятия того, что есть на самом деле. Она регистрирует реальность такой, какова она есть, без интерпретации и без проекции.

Можно предположить, что высокая ориентация на ощущение создает повышенную чувствительность к расхождениям между непосредственным опытом и его интерпретациями. Критик задает вопрос «Что здесь не так?» и обнаруживает разрыв между декларируемым и реальным. Оба работают с точностью восприятия текущей реальности, оба острее других замечают, когда слова расходятся с фактами. Параллель есть, но критик у Юнга работает через ощущение, тогда как критик в системе НИ добавляет к этому аналитическое измерение. Он не просто замечает несоответствие, но и называет его.

Важные ограничения, которые необходимо обозначить. Юнг описывал восемь типов, а не четыре, добавляя к каждой функции экстраверсию или интроверсию. Это делает его систему значительно более детальной.

Типология НИ использует близкую четырехчастную структуру вопросов к реальности. Это сужение сознательное: система НИ работает с нарративным измерением, а не с общей когнитивной ориентацией.

Кроме того, функции Юнга описывают общую когнитивную ориентацию — то, как человек взаимодействует с реальностью в целом. Типы НИ описывают конкретно нарративную ориентацию: как человек строит истории и работает со смыслом.

Два режима мышления Джерома Брунера

Парадигма и нарратив

Нарратив — это не украшение мышления. Это его основной инструмент.

Джером Брунер

Джером Брунер — один из главных архитекторов когнитивной революции в психологии. В книге «Actual Minds, Possible Worlds», изданной Гарвардским университетом в 1986 году, он сформулировал новую повестку для изучения разума. Утверждая, что когнитивная наука слишком узко сосредоточилась на логических и систематических аспектах мышления, он указал на то, что она упустила из виду другую, не менее фундаментальную сторону человеческого познания.

Брунер описывает два принципиально разных режима познания, или «когнитивного функционирования»: парадигматический — логический, ориентированный на истину и опирающийся на абстрактный анализ, и нарративный — причинно-следственный, строящийся на историях и опыте и ориентированный на смысл. Это не типология людей, а типология режимов, которые обеспечивают особые способы упорядочивания опыта и конструирования реальности.

Парадигматический режим, который Брунер называет также «логико-научным», создает предсказательные модели и законы и опирается на логику и верификацию. Применение парадигматического воображения ведет к устойчивой теории и точному анализу, логическому доказательству и обоснованному аргументу, и далее — к эмпирическому открытию.

Нарративный режим познания ведет к убедительным историям, захватывающей драме, правдоподобным описаниям и позволяет человеку заглянуть за пределы «актуальной» реальности. Нарративный режим оперирует человеческими намерениями и действиями, перипетиями, которые сопровождают этот путь. Этот режим связан с конкретными мыслями, чувствами и действиями. Качество нарратива определяется не его истинностью, а его правдоподобием, где правдоподобие заключается в том, предлагает ли нарратив связную, понятную перспективу, которую реальный или потенциальный человек мог бы иметь. И в этом находится ключевой момент, который важно понять.

Согласно Брунеру, эти два режима являются не просто когнитивными функциями, а комплементарными методами конструирования и организации человеческого опыта. Первый направлен на объяснение, второй — на интерпретацию, требующую понимания.

Исследование Джеймса Кауфмана (2002) стало одной из первых попыток эмпирической операционализации этих режимов. Исследование показало, что эти способы мышления могут быть измерены и обнаруживают различия между группами. Студенты творческого письма демонстрировали более выраженный нарративный стиль, тогда как студенты-журналисты чаще опирались на парадигматический. Эти данные позволяют рассматривать нарративный и парадигматический стили как измеримые индивидуальные предпочтения, не сводя их при этом к жестким типам личности.

Из этого вытекает важный вывод для приводимой нами системы. Брунер, доказывая, что у человека есть два принципиально разных, несводимых друг к другу способа организации опыта, обосновывает саму идею нарративного мышления как самостоятельного измерения.

Его подход к типам мышления бинарен. Дальнейшая дифференциация — это следующий шаг, которого Брунер не делал. Это авторский шаг, основанный на том наблюдении, что внутри нарративного режима существуют различные доминирующие стратегии работы со смыслом. **Аналитик** использует нарративный режим через структуру, **Критик** — через несоответствие,

Драматург — через значение, **Стратег** — через возможность. Все четыре работают в нарративном режиме Брунера, но каждый — через свой доминирующий вопрос к реальности.

Объяснительные стили Мартина Селигмана

Устойчивые паттерны интерпретации

Оптимизм — это не только эмоция. Это когнитивный навык.
Мартин Селигман

Теория объяснительных стилей выросла из исследований выученной беспомощности. Лин Абрамсон, Мартин Селигман и Джон Тисдейл в 1978 году показали, что характерный способ приписывать негативные события внутренним, стабильным и глобальным причинам связан с депрессией в ответ на неудачи. Это была одна из первых эмпирически подтвержденных моделей, связывающих влияние устойчивых атрибутивных паттернов на психическое здоровье и поведение. Позднее, уже в рамках позитивной психологии, Селигман развил эту идею в полноценную теорию объяснительных стилей как устойчивых паттернов интерпретации событий, различающихся у разных людей воспроизводимо и предсказуемо.

Модель Селигмана строится на трех атрибутивных компонентах: внутренний/внешний, стабильный/нестабильный, глобальный/специфический. Каждый компонент имеет две стороны — пессимистическую и оптимистическую. Конкретно это выглядит следующим образом: когда что-то идет не так, человек с пессимистическим стилем объясняет это внутренними причинами («Это из-за меня»), стабильными («Так всегда будет») или глобальными («Это влияет на всю мою жизнь»). Человек с оптимистическим стилем объясняет неудачи внешними, нестабильными и специфическими причинами.

Психометрический инструмент ASQ (Attributional Style Questionnaire) был опубликован Кристофером Петерсоном, Эми Семмел, Карлом фон Байером, Лин Абрамсон, Джеральдом Металски и Мартином Селигманом в 1982 году и впоследствии пересмотрен. Опросник содержит 12 гипотетических ситуаций: 6 негативных и 6 позитивных событий, по 6 вопросов на межличностную сферу и сферу достижений. Исследования показывают, что ASQ является предиктором депрессии и целого ряда поведенческих и адаптационных исходов: от физического здоровья до достижений в академической, профессиональной и спортивной областях.

Два примера особенно убедительны. В долгосрочном исследовании агентов страховой компании Мартин Селигман и Питер Шульман обнаружили, что агенты с оптимистическим объяснительным стилем с большей вероятностью оставались на работе и продавали больше страховок, чем агенты с пессимистическим. Объяснительный стиль предсказывал выживаемость и продуктивность не хуже, чем стандартные отраслевые тесты.

В исследовании университетских пловцов спортсмены с пессимистическим объяснительным стилем показывали неожиданно слабые результаты после экспериментально смоделированного поражения, когда им сообщали заниженные фиктивные результаты. Пловцы с пессимистическим стилем ухудшали свое следующее выступление, тогда как пловцы с оптимистическим стилем — нет. Интерпретация события, а не само событие, определяла последующее поведение.

Еще одно важное уточнение, которое является принципиальным для типологии НИ: человек не обязательно демонстрирует единый объяснительный стиль во всех сферах жизни. В разных контекстах он может проявлять различные паттерны. Это совпадает с нашим подходом к типам НИ: речь идет о доминирующем паттерне, а не об абсолютной и неизменной характеристике личности.

Что дает исследование Селигмана и чего оно не дает? Первое — верификация идеи устойчивых паттернов интерпретации. Это уже не теоретическая конструкция, а измеренная реальность с силой предвидения. Люди действительно интерпретируют события по-разному: умеренно устойчиво, воспроизводимо и с реальными последствиями для поведения и результатов.

Второе — измерительный инструмент как методологический образец. ASQ показывает, как можно операционализировать нарративный стиль через гипотетические сценарии. Методология ASQ демонстрирует, что устойчивые способы интерпретации могут быть исследованы через сценарные задания. Этот принцип может служить одним из ориентиров и в тесте нарративного интеллекта.

Третье — связь стиля с действием. Объяснительный стиль влияет не только на то, как человек думает, но и на то, что он делает после. Это становится методологическим ориентиром для обоснования идеи о том, что тип нарративного мышления влияет не только на интерпретацию, но и на само поведение.

Вместе с тем важно обозначить границу системы Селигмана — она бинарна: оптимистический подход против пессимистического. Она описывает одно измерение интерпретации, ее тональность атрибуции, а не полный спектр нарративных стилей. Это не ограничивает ценность системы Селигмана для тестирования НИ и анализа профилей, а уточняет, чем именно она ценна.

Именно это делает саму идею устойчивых различий в способах интерпретации эмпирически обоснованной и создает теоретическую основу для дальнейшей разработки типологии нарративного интеллекта.

Четыре стиля, два измерения *Цикл четырех этапов Колба*

Знание — это не то, что вам рассказали. Это то, что вы пережили.

Дэвид Колб

С 1950-х годов берет начало обширная литература о когнитивных стилях — устойчивых индивидуальных различиях в том, как люди воспринимают, обрабатывают и организуют информацию. Это и Герман Виткин с его полезависимостью/полenezависимостью, и Майкл Киртон с адаптивным/инновативным стилем, и, конечно, Дэвид Колб с Learning Style Inventory — четырьмя стилями обучения.

В 1984 году Колб, опираясь на работы гештальт-психолога Курта Левина, Джона Дьюи и Жана Пиаже, опубликовал теорию обучения через опыт. Его подход работает на двух уровнях: четырехэтапный цикл обучения и четыре стиля обучения. Для нас важны оба уровня, потому что Колб — один из немногих исследователей, кто предложил одну из наиболее известных и исследованных эмпирических моделей: четырехчастную типологию того, как люди по-разному организуют опыт, и показал, как этот опыт можно поэтапно изменить.

Центральный тезис Колба: «Обучение — это процесс, посредством которого знание создается через трансформацию опыта». Это определение точно совпадает с логикой нарративного интеллекта: не событие само по себе определяет результат, а то, как человек его трансформирует.

Колб определяет четыре стиля обучения: дивергирующий, ассимилирующий, конвергирующий и аккомодирующий. Каждый стиль является индивидуальной структурой обработки информации, способом организации опыта, к которому человек тяготеет в процессе обучения.

Дивергирующий стиль. Люди этого стиля способны смотреть на вещи с разных точек зрения. Они чувствительны, предпочитают наблюдать, а не действовать, склонны собирать информацию и использовать воображение для решения проблем.

Ассимилирующий стиль. В рамках этого стиля люди предпочитают четкую и ясную информацию, логически организуют полученные данные и исследуют аналитические модели. Они больше интересуются концепциями и абстракциями, чем людьми.

Конвергирующий стиль. Такие люди применяют знания к практическим задачам, ищут конкретный правильный ответ и предпочитают технические задания. Им важнее точное решение, чем широкий обзор возможностей.

Аккомодирующий стиль основан на интуиции, а не логике. Люди с этим стилем тяготеют к новым вызовам и опыту, к реализации планов. Они действуют по «внутреннему чутью» и легко адаптируются к изменяющимся обстоятельствам.

Стиль обучения является продуктом двух пар переменных — двух отдельных выборов, которые делает обучающийся. Если представить их в виде двух осей, то ось «Континуум обработки» описывает, как человек подходит к задаче — через активное экспериментирование или рефлексивное наблюдение. Другая ось, «Континуум восприятия», описывает, как человек воспринимает опыт — через конкретные переживания или абстрактную концептуализацию. Иными словами, четыре типа рождаются из двух базовых вопросов к опыту: как я его воспринимаю и как обрабатываю.

Инструмент измерения LSI (Learning Style Inventory) Колба — самоописательный тест, определяющий доминирующий стиль обучения в рамках одной из четырех категорий. Дэвид и Элис Колб (2005) уточнили, что предпочтения в обучении лучше рассматривать как дина-

мические состояния, формируемые личным контекстом и опытом, а не как фиксированные черты, что принципиально совпадает с подходом к типам НИ.

Ниже будут описаны четыре типа НИ, и здесь важно обратить внимание на их сходство с подходом Колба. Его подход — источник, наиболее близкий к нашей системе из всех рассматриваемых. Структурные аналогии между типами НИ и стилями Колба можно представить следующим образом.

Дивергирующий — смотрит с разных сторон, чувствителен к контексту, собирает смыслы → Драматург: «Что это значит?»

Ассимилирующий — логически организует информацию, любит концепции и аналитические модели → Аналитик: «Как это устроено?»

Конвергирующий — применяет знания на практике, решает проблемы, ищет конкретный, единственный ответ → Стратег: «Что здесь можно сделать?»

Аккомодирующий — действует интуитивно, быстро реагирует на расхождение между планом и реальностью, замечает, что что-то идет не так → Критик: «Что здесь не так?»

Это сопоставление требует одного уточнения. Аккомодирующий стиль у Колба — это прежде всего человек действия, интуиции и реакции на новые вызовы. Критик в системе НИ — это человек, замечающий несоответствие между тем, что есть, и тем, что должно быть. Пересечение существует, но оно неполное: оба работают с разрывом между ожиданием и реальностью, однако аккомодирующий реагирует на него действием, тогда как Критик — прежде всего проговариванием. Это наименее явная из четырех параллелей, и это важно признать.

Совпадение между типами НИ и стилями Колба не случайное, но далеко не абсолютное. Безусловно, есть различия в акцентах, но структурная логика одна: четыре способа организовывать опыт, вытекающие из двух базовых измерений.

Второй уровень, не менее важный для понимания системы НИ, — это цикл обучения Колба. Колб показал, что эффективное обучение — это циклический процесс, состоящий из четырех обязательных этапов. Человек усваивает опыт лучше всего, когда проходит весь круг.

Первый этап — конкретный опыт: человек делает что-то на практике и получает непосредственный личный опыт: будь то ошибка, успех или новая ситуация. Второй этап — рефлексивное наблюдение: человек обдумывает полученный опыт, анализирует свои действия и их результат со стороны. Третий — абстрактная концептуализация: человек обобщает выводы, выстраивает логическую модель, связывает опыт с существующими теориями или правилами. И, наконец, четвертый — активное экспериментирование: человек проверяет созданную модель на практике в новых условиях, что ведет к получению нового конкретного опыта. Круг замыкается.

Далее в книге будут изложены четыре этапа метода развития нарративного интеллекта: инвентаризация — исследование своего опыта, интерпретация — анализ и его представление, трансформация — концептуализация и выстраивание новой модели, интеграция — проверка созданной модели на практике и получение нового опыта.

Логика этих этапов повторяет структуру цикла Колба, и оба они описывают то, как опыт превращается в изменение. Колб верифицировал эту логику как универсальный механизм обучения, а система НИ применяет ту же структуру к конкретной задаче работы с нарративом.

Таким образом, работа Колба показывает, что опыт может быть организован различными устойчивыми способами. Эти способы можно описывать через ограниченное число базовых измерений, а сам процесс изменения опыта может быть представлен как последовательность взаимосвязанных этапов.

Колб показал, что многомерные типологии способов организации опыта могут быть исследованы психометрически и измеримы на практике. Цикл обучения Колба — подтверждение адекватности самой модели развития нарративного интеллекта. Его логика четырех этапов

во многом созвучна и обнаруживает существенное структурное сходство с этапами, представленными в следующей части.

Нарративная идентичность Дэна Макадамса

Агентность и причастность

*Если вы хотите знать меня — вы должны знать мою историю,
потому что моя история определяет, кем я являюсь.*

Дэн Макадамс

Дэн Макадамс — профессор психологии Северо-Западного университета, один из ведущих специалистов в психологии личности. Ему удалось объединить строгость классической психометрии с глубиной анализа жизненных историй и тем самым превратить идею «человек — это его нарративы» из философской метафоры в операционализируемый предмет научного исследования.

Центральная идея Макадамса: каждый человек конструирует себя как героя собственного жизненного нарратива. Его работы получили широкое признание в психологии личности, и он — один из наиболее влиятельных исследователей в области нарративной идентичности. В своих книгах «The Stories We Live By» (1993) и «The Psychological Self as Actor, Agent, and Author» (2013) он показал, что люди строят идентичность через нарративы, но делают это по-разному. Его исследования нарративных тем, эмоциональных тонов и мотивационных паттернов дают эмпирическую базу для идеи об устойчивых нарративных различиях между людьми.

Как неоднократно подчеркивал Макадамс, понять человека невозможно вне истории, которую он рассказывает о своей жизни. Это и красивое высказывание, и эпиграф к этой главе, и операциональное определение того, как идентичность конструируется через нарратив. Личный миф — особый тип истории, которую каждый из нас естественно строит, чтобы объединить разные части себя и своей жизни в убедительное целое. Как и все истории, он имеет начало, середину и конец, определяемые развитием сюжета и характера.

Макадамс описывает несколько ключевых измерений, по которым различаются личные нарративы. Нарративный тон — эмоциональная установка; образность — то, что делает нарратив уникальным через метафоры; темы — цели, которые преследуют персонажи; мотивация, разворачивающаяся через их действия.

Среди тематических измерений Макадамс выделяет два центральных — агентность и причастность. **Агентность**: степень, в которой протагонист способен влиять на собственную жизнь и воздействовать на других через самоутверждение, достижения и контроль. **Причастность**: степень, в которой протагонист демонстрирует или переживает межличностную связь — близость, диалог и заботу. Это два измерения нарративной идентичности, независимо и неоднократно выделявшиеся в исследованиях и подтвержденные обширной эмпирической литературой. Агентность в личных нарративах устойчиво связана с позитивным психическим здоровьем, нарративная связность — с психологическим благополучием.

Здесь важно сделать одно уточнение, которое нередко упускается при изложении Макадамса. Помимо измерений агентности и причастности, он описывает еще два нарративных феномена — искупление и заражение. Но это принципиально другой уровень описания. Агентность и причастность — это доминирующие мотивационные темы, характеризующие то, к чему тяготеет нарратив человека. Искупление и заражение — это нарративные последовательности, описывающие динамику развития сюжета. Искупление означает переход от плохого к хорошему (от боли — к росту), заражение — от хорошего к плохому (успех, обернувшийся утратой). Это не четыре равнозначные темы в одном ряду, а два разных аналитических инструмента. Смешение их в одном списке — распространенная ошибка изложения.

Макадамс также разграничивает культурные нарративы, которые люди наследуют, и личные мифы, которые индивиды создают для формирования идентичности. Это прямо соот-

ветствует разграничению культурного, семейного и личного слоев нарратива, принятому в системе НИ. Другой важный инструмент Макадамса — The Life Story Interview, стандартизированный протокол качественного исследования, позволяющий «извлечь» нарративную идентичность человека для последующего научного кодирования. Существование этого протокола принципиально: нарративная идентичность не только теоретически описана, но и операционализирована в измерительный инструмент. Но что это дает для типологии НИ?

Первое — нарративная идентичность как научная концепция. Макадамс превратил тезис «человек — это его истории» в операционализируемый объект исследования с верифицированными инструментами измерения. Это фундамент для обсуждения типов нарративного мышления как устойчивых структур личности, а не отвлеченных метафорических описаний.

Второе — два измерения нарративов. Агентность и причастность можно рассматривать как структурную аналогию одной из осей типологии НИ. В предлагаемой модели Стратег и Критик в большей степени ориентированы на агентное измерение, где нарратив строится через действие, влияние и изменение реальности. В то же время Драматург и Аналитик — на измерение связи, понимания и причастности: нарратив здесь строится через смысл, связь, осознание. Это не следует напрямую из работ Макадамса, а представляет собой авторскую интерпретацию его модели, поскольку содержит ту же структурную логику: разные люди строят истории через разные доминирующие мотивационные оси.

Третье — нарратив устойчив, но не фиксирован. Одна из наиболее влиятельных идей в психологии личности последних тридцати лет — это понимание личности как состоящей из нескольких концептуально и эмпирически различных уровней. Типы НИ — именно такой уровень: устойчивые нарративные паттерны, не сводимые к чертам характера и не идентичные им. Они влияют на поведение, но остаются открытыми для развития.

Работа Макадамса с его обширной эмпирической базой является фундаментом для обсуждения устойчивых индивидуальных различий в организации личных нарративов. Она обосновывает два ключевых тезиса: нарративная идентичность — это измеримый, структурированный и влияющий на поведение конструкт, и люди строят истории по-разному в зависимости от доминирующих мотивационных тем.

Особенно близкой к логике НИ является более поздняя модель Макадамса, рассматривающая личность как три взаимосвязанных уровня: социального актора, целеполагающего агента и автора собственной жизненной истории. Именно уровень автора становится пространством формирования нарративной идентичности.

Таким образом, существование валидизированных инструментов измерения устойчивых когнитивных и нарративных различий делает принципиально возможным создание аналогичного инструмента для оценки профиля нарративного интеллекта.

Часть четвертая. Трехмерное тестирование

От источников к модели

Конвергенция пяти традиций — две оси и четыре квадрата

Карта реальности — это не реальность, но без карты вы заблудитесь в реальности.

Пять традиций, рассмотренных выше, не образуют единой цепочки доказательств, но они обосновывают разные аспекты одной идеи. Юнг разработал представление о том, что люди принципиально по-разному взаимодействуют с реальностью через доминирующие психические функции. Брунер установил, что нарративный режим мышления существует как самостоятельный способ организации опыта. Селигман и Петерсон показали, что нарративные паттерны интерпретации устойчивы, измеримы и предсказывают поведение. Колб дал верифицированный прецедент четырехчастной когнитивной типологии с двумя суперординатными измерениями. Макадамс доказал, что нарративная идентичность является структурированным объектом научного исследования, различающимся у разных людей по доминирующим мотивационным темам.

Типология НИ представляет собой интегративную модель, объединяющую эти линии исследований применительно к работе со смыслом и нарративом. Ни один из этих источников не описывал четыре типа нарративного мышления в том виде, в каком они представлены в этой книге. И несмотря на существенные различия между теориями, многие из них используют ограниченное число фундаментальных измерений для описания того, как человек организует опыт. В предлагаемой модели эти исследовательские линии интерпретируются как указывающие на возможность построения двумерного пространства нарративных различий.

Система НИ не является продолжением какой-либо одной традиции. Она представляет собой метатеоретический синтез нескольких исследовательских линий, между которыми автор устанавливает структурные аналогии. Эти аналогии служат инструментом построения модели, а не доказательством того, что все эти традиции описывают одну и ту же психологическую структуру. Поэтому эти два измерения в этом изложении являются прямым результатом конвергенции пяти традиций. Четыре типа, рождающиеся из их пересечения, — это авторский шаг, опирающийся на эту конвергенцию как на теоретический фундамент.

Прежде чем называть типы, важно показать, откуда они берутся. Они рождаются из пересечения двух базовых измерений, к которым несколько верифицированных научных традиций пришли независимо друг от друга. Эта конвергенция делает модель концептуально правдоподобной и позволяет сформулировать рабочую гипотезу структуры двух осей, но не дает готовую типологию четырех типов. Последнее — оригинальный авторский синтез, ожидающий собственной многолетней верификации, но больше интересует то, как эти стили выглядят в нашей повседневной практике.

К примеру, на любом совещании, где что-то действительно обсуждается, а не просто проговаривается, можно заметить одну закономерность. Один человек задает вопросы о механизме: как это работает, из каких частей состоит, почему именно так, а не иначе. Другой немедленно переводит разговор в плоскость действия: хорошо, что мы будем делать, с чего начнем, кто отвечает. Третий указывает на проблему, которую остальные предпочли бы не замечать: здесь что-то не сходится, вот противоречие, которое вы обходите. Четвертый спрашивает о смысле: зачем нам это вообще, что это изменит, что мы теряем, если не сделаем. Все четыре

реакции разумны, и все четыре необходимы. Каждая из них — это не стиль общения и не черта характера. Это тип режима мышления.

Ось первая: ориентация нарратива

Нарратив может быть ориентирован внутрь или вовне. Человек с внутренней ориентацией строит нарратив через смысл, ценности и переживание. Для него вопрос «Что это значит?» предшествует вопросу «Что делать?». Действие вытекает из смысла, и только тогда оно ощущается как подлинное.

Человек с внешней ориентацией строит нарратив через действие, результат и изменение реальности. Движение первично, смысл обнаруживается в процессе или после.

Эта ось имеет содержательное сходство с исследованием нарративной идентичности Макадамса. Он на протяжении десятилетий описывал идентичности как противопоставление причастности и агентности, где причастность — это идентичность через близость, диалог, понимание, а агентность — через достижение, контроль, влияние. У Юнга та же ось проходит между функциями чувства и мышления: чувство воспринимает реальность через ее значение и ценность — это внутренняя ориентация. Мышление организует реальность через логику и действие — это внешняя. Надо помнить, что в юнговской системе эта параллель касается именно рациональных функций — чувства и мышления. Ощущение и интуиция относятся ко второй оси.

Ось вторая: способ работы с нарративом

Нарратив можно разбирать или собирать. Аналитический способ — это декомпозиция, разбор на элементы, поиск закономерностей, выявление структуры и несоответствий. Синтетический способ — это сборка, создание новых связей, построение возможности, генерация смысла из фрагментов.

Эта ось тоже воспроизводится независимо и структурно напоминает то, что Колб описывал через континуум обработки опыта — от рефлексивного наблюдения к активному экспериментированию, от анализа к действию. Брунер описывал принципиально схожее различие через парадигматический и нарративный режимы: первый разбирает и объясняет, второй собирает и интерпретирует. В рамках данной модели функции Юнга интерпретируются следующим образом: ощущение воспринимает то, что есть, и оно аналитично по природе, регистрируя реальность точно и поэлементно. Интуиция схватывает возможности и горизонты — она синтетична, работает со связями и потенциалом.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.