

## UZ 10. TJEDAN PSIHOLOGIJE U ISTRI

### PSIHOLOGIJA ŽIVOTNIH PRIČA



*Rastao sam u obitelji s osmero braće, a svi smo bili dobri u školi i radili u polju još od malih nogu.; Žena i ja imali smo dobar posao i sagradili kuću, a onda je došao rat...; Ma kakvi mobiteli i internet! Kada sam ja bio mlad nije bilo svega toga, a ipak se dobro živjelo.*

Rečenice kao ove sigurno smo svi čuli više puta, a dijelovi su životnih priča pojedinaca. Poznato je da neke starije osobe vole pričati o svom životu, posebice ukoliko pronađu nekoga tko je voljan slušati. No, ta sklonost nije osobina samo starije dobi jer već i djeca od 5 godina mogu ispričati vrlo detaljne priče o svojim doživljajima. Tijekom godina, životne priče postaju sve složenije i sve bogatije ljudima, događajima, aktivnostima i temama. Taj se trend rasta zaustavlja u četrdesetim godinama, kada se sve pojednostavljuje.

Ono što nam se dešava tijekom života oblikuje se u pamćenju koje se naziva autobiografsko, a organizirano je gotovo kao poglavlja u knjigama. Istraživači smatraju da se informacije u tom pamćenju okupljaju u tri razine i to: životna razdoblja („kad sam išao u osnovnu“, „u prvom braku“ „kada su djeca bila mala“), opći događaji okupljaju tematski slične sadržaje („novogodišnje zabave“, „besane noći dok sam dežurala“, „sve moje bolesti“), te znanja o specifičnim događajima („prije 30 godina palo je u selu toliko snijega ...“) sadrže epizode koje mogu obilovati nizom detalja.

#### **Da li se sve baš tako desilo?**

Sadržaji u životnim pričama nisu uvijek sasvim objektivni odnosno istiniti jer je naše pamćenje podložno iskrivljavanju informacija, te pokazuje pristranost kroz tendenciju zaboravljanja loših i ružnih trenutaka a fokusiranja na one dobre i pozitivne. Uz to, životne se priče stalno revidiraju i tijekom vremena postaju sve pozitivnije, pa se čak i neki loši događaji interpretiraju kao dobri ukoliko je osoba pronašla smisao i nešto naučila iz tih iskustava.

#### **Čemu služe životne priče**

Životne priče služe pamćenju informacija, ali i motiviranju ponašanja. Ljudi postavljaju sebi ciljeve za budućnost koji su u skladu s informacijama koje o sebi posjeduju. Ponekad dok slušamo nečije planove razmišljamo kako je ta osoba nerealistična i postavlja si

nedostižne ciljeve, no pri tome zaboravljamo da je možda njezina struktura informacija i znanja o sebi takva da je ono što je nama nerealno, njoj zapravo u skladu s onime što o sebi zna i misli.

Sa svojim životnim pričama ljudi različito postupaju – i dok neki pokušavaju ispričati dijelove svoje priče bilo kome, drugi pričajući samo bliskim osobama i članovima obitelji ili zapisujući u obliku dnevnika pokušavaju spasiti svoj život od zaborava, dok treći ljubomorno čuvaju svoja sjećanja i nose ih sa sobom sve do kraja. Bez obzira što odlučili učiniti sa svojom životnom pričom, zaključit ću riječima nepoznatog autora: *U životu moramo samo dvije stvari: moramo umrijeti i moramo živjeti do smrti; ostalo sami osmišljavamo.*

*prof. dr. sc. Neala Ambrosi-Randić*