

Fenomenologinė nuostata aprašomuosiuose fenomenologiniuose psichologiniuose tyrimuose

Tatjana Dragan

Mykolo Romerio universitetas, Psichologijos institutas
tanikitina@stud.mruni.eu

Jolanta Sondaitė

Mykolo Romerio universitetas, Psichologijos institutas
jsondait@mruni.eu
<https://orcid.org/0000-0002-5381-3262>

Santrauka. Fenomenologinė prieiga yra viena pagrindinių kokybinių psichologinių tyrimų praktikoje. Joje galima skirti dvi perspektyvas: aprašomąją fenomenologiją ir interpretacinę fenomenologiją. Iš tyrėjo, ketinančio taikyti fenomenologinę strategiją, tikimasi gebėjimo vadovautis fenomenologine nuostata, kurios vaidmuo yra esminis tiek renkant tyrimo duomenis, tiek juos analizuojant. Šis straipsnis orientuotas į E. Husserlio filosofiją grindžiamos aprašomosios fenomenologijos lauką, kurį fenomenologinės psichologijos kontekste reprezentuoja A. Giorgi ir F. Wertz. Tikslas yra atskleisti esmines fenomenologinės nuostatos charakteristikas, išskirti teorinius akcentus ir pateikti tam tikras praktines įžvalgas tyrėjams, nusprendusiems atlikti aprašomąjį fenomenologinį tyrimą. Tikslui pasiekti naudojama literatūros analizė. Fenomenologinė nuostata apibūdinama pasitelkiant du kontekstus – E. Husserlio fenomenologinę filosofiją ir jos prielaidomis grindžiamą fenomenologinę psichologiją – glaustai pristatant abu bei parodant jų sąsajas ir skiriamuosius bruožus.

Pagrindiniai žodžiai: fenomenologinė nuostata, fenomenologinė psichologija, aprašomasis fenomenologinis tyrimas.

Phenomenological Attitude in Descriptive Phenomenological Psychological Research

Abstract. Phenomenological approach is one of the leading approaches in the practice of qualitative psychological research. Two perspectives can be distinguished in it: descriptive phenomenology and interpretive phenomenology. A researcher intending to apply a phenomenological strategy is expected to be able to practice the phenomenological attitude, which plays a key role both in the process of data collection and analysis. This article focuses on the field of descriptive phenomenology based on E. Husserl's philosophy and represented by A. Giorgi and F. Wertz in the context of phenomenological psychology. The purpose of the article is to reveal the essential characteristics of the phenomenological attitude, to unfold theoretical emphases and to provide certain practical insights for those researchers who decided to conduct a descriptive phenomenological study. Literature analysis is used to achieve the goal. The phenomenological attitude is described using two contexts – E. Husserl's phenomenological philosophy and the phenomenological psychology based on its assumptions – briefly presenting both, revealing their connections and distinguishing features.

Keywords: phenomenological attitude, phenomenological psychology, descriptive phenomenological research.

Received: 09/03/2023. Accepted: 04/06/2023.

Copyright © 2023 Tatjana Dragan, Jolanta Sondaitė. Published by Vilnius University Press. This is an Open Access article distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution Licence \(CC BY\)](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author and source are credited.

Asmeninė refleksija

Idėja parengti straipsnį apie fenomenologinę nuostatą aprašomuosiuose fenomenologiniuose psichologiniuose tyrimuose pirmai šio straipsnio autorei kilo pasirinkus fenomenologinę strategiją ir A. Giorgi aprašomąjį psichologinį fenomenologinį metodą disertaciniame tyrime. Studijuojant literatūrą pradėjo ryškėti, kad aprašomojo fenomenologinio tyrimo atlikimui nepakanka vien susipažinti su metodologiniais tyrimo atlikimo aspektais ir išmanyti duomenų analizės žingsnius. Svarbi yra fenomenologinė kokybinio tyrėjo mąstysena, kurios vienas iš esminių elementų yra gebėjimas pereiti į fenomenologinę nuostatą. Sunkiausia užduotis siekiant suprasti, kas yra fenomenologinė mąstysena, buvo persijungti iš klausimo „Ką daryti?“ į klausimą „Kaip mąstyti?“ Tada buvo pasirinktas gilinimosi į fenomenologinę filosofiją (E. Husserlio) kelias: norėjosi pajusti, kokią originalią prasmę ir reikšmę turi fenomenologinėje psichologijoje ir kokybiniuose tyrimuose vartojamos sąvokos – fenomenologinis metodas, *epoché*, redukcija, eidetinė variacija. Pasinėrimas į filosofinį lauką buvo nemenkas išbandymas, tačiau E. Husserlio ir kitų fenomenologų darbai tapo tais fenomenologinės mąstysenos pavyzdžiais, kurie padėjo pajusti, kas yra fenomenologinė nuostata aprašomojoje fenomenologijoje. Šiuo straipsniu viliamasi padėti pradedantiesiems psichologams tyrėjams, ketinantiems imtis aprašomojo fenomenologinio tyrimo, įeiti į aprašomosios fenomenologijos lauką – pateikiamos tam tikros gairės ir susitelkiama į fenomenologinės nuostatos klausimą.

Problema ir tikslas

Fenomenologinės nuostatos samprata pasirodo filosofiniame kontekste, arba konkrečiau, Edmundo Husserlio fenomenologinės filosofijos lauke. Ši nuostata reikšminga ir kalbant apie aprašomuosius fenomenologinius tyrimus psichologijos lauke. Tai labai suprantama, nes, pavyzdžiui, A. Giorgi (1986; 2009) atstovaujamo aprašomojo psichologinio fenomenologinio metodo principai remiasi pagrindinėmis Husserlio filosofijos prielaidomis. Tačiau kartu atsiranda sunkumų, mėginant suprasti, kas yra toji fenomenologinė nuostata, kurios svarba pabrėžiama tiek renkant tyrimo duomenis, tiek juos analizuojant (Finlay, 1999; 2012; Giorgi, 2008; Wertz, 2005). Psichologai pripažįsta, kad fenomenologinio tyrimo atlikimas reikalauja tam tikro fenomenologinės filosofijos prielaidų išmanymo (Applebaum, 2011; Giorgi, 2010; McLeod, 2011; Peoples, 2021; Wertz et al., 2011). Tai patvirtina ir filosofijos lauko atstovai, teigdami, kad kiekvienas metodas, procedūra ar požiūris, ketinantis pelnyti pavadinimą „fenomenologinis“, privalo susipažinti su fenomenologijos teorija (Zahavi, 2019). Tačiau fenomenologinės filosofijos laukas yra labai platus, o išsamesnė pažintis su juo gali tapti sudėtinga užduotimi psichologui, atliekančiam kokybinį tyrimą.

Zahavi (2023), aptardamas pagrindinius sunkumus, su kuriais susiduria taikomoji fenomenologija, nurodo, kad ji turi vengti perdėto filosofavimo, t. y. filosofinių sąvokų, kurių aktualumas kokybiniam tyrėjui abejotinas, vartojimo. Panašios pozicijos laikosi ir Sverdiolas bei Kačerauskas (2008): „[f]enomenologija, pincetu narstanti Husserlio palikimą, mūsų supratimu, ir nereikalinga, ir nenaudinga“ (p. 17). Kita vertus, taikomoji

fenomenologija susiduria su paviršutiniškumo grėsme, kai fenomenologinio tyrimo rezultatai yra trivialūs ir neatskleidžiantys gilesnių esmių. Crotty (1996) kalba apie dviejų fenomenologijų atsiradimą. Viena iš jų yra pagrindinė, atstovaujama filosofų E. Husserlio ir M. Merleau-Ponty. O kita yra naujoji, empirinė fenomenologija, naudojama tyrėjų psichologijos ir sveikatos srityse. Ji tiesiog aprašo reiškinį, neproblemindama jo, t. y. žiūri į tai, kas akivaizdu, nbandydama kvestionuoti. Jei tyrėjas pasitenkina naująja fenomenologija ir nesidomi pagrindine, radikali tradicija, atstovaujama Husserlio, prarandama. Tyrėjas patiria nesėkmę – jam nepavyksta užčiuopti naujų reikšmių ir atnaujinti esamo reiškinio supratimo. Galima teigti, kad viena šios nesėkmės priežasčių yra tyrėjo nemokėjimas taikyti fenomenologinę nuostatą, kuri reikalauja esminio požiūrio pakeitimo.

Sloan ir Bowe (2014) nurodo, kad fenomenologijos lauke galima skirti dvi perspektyvas: aprašomąją fenomenologiją ir interpretacinę fenomenologiją. Šis straipsnis orientuotas į E. Husserlio filosofija grindžiamos aprašomosios fenomenologijos lauką, kuri fenomenologinės psichologijos kontekste ryškiausiai reprezentuoja A. Giorgi ir F. Wertz. Tikslas yra atskleisti esmines fenomenologinės nuostatos charakteristikas, išskirti teorinius akcentus ir pateikti tam tikras praktines įžvalgas tyrėjams, pasirinkusiems fenomenologinę tyrimo strategiją. Fenomenologinė nuostata apibūdinama pasitelkiant du kontekstus – E. Husserlio fenomenologinę filosofiją ir jos prielaidomis grindžiamą fenomenologinę psichologiją – glaustai pristatant abu bei parodant jų sąsajas ir skiriamuosius bruožus. Fenomenologinės nuostatos esminės charakteristikos labiausiai atsiskleidžia filosofiniame kontekste, analizuojant *epoché*, redukcijos ir eidetinės variacijos sąvokas. Būtent filosofinis fenomenologinės nuostatos supratimas formuoja pagrindą tolesnėms praktinėms įžvalgoms.

Fenomenologinė filosofija

Fenomenologinio mąstymo pradžia yra susijusi su dviem mąstytojais – F. Brentano, kuris buvo jo pirmtakas, ir E. Husserliu, kuris padėjo pagrindus visai tolesnei fenomenologijos raidai. F. Brentano nepripažino kito žinojimo, tik tą, kuris remiasi patirtimi, o patirtyje atskyręs turinį nuo akto, pagrindinį dėmesį jis skyrė aktui (Tatarkiewicz, 1995/2003). Šis atskyrimas tampa labai reikšmingas fenomenologinei filosofijai, kuri kaip tik domisi tuo, kaip formuojasi sąmonės fenomenai.

Fenomenologija nėra vieninga filosofinė disciplina, ją geriausia vadinti „filosofiniu sąjūdžiu“ (Spiegelberg, 1994). Tai labiau praktika nei sistema, radikalus, nusistovėjęs epistemologinei tradicijai prieštaraujantis filosofavimo stilius (Moran, 2000). Tai sąmonės filosofija arba „žmogaus sąmonės gyvenimo juodraštis“ (Šliogeris, 1985, p. 135), nes ją domina visi procesai, kurių pati sąmonė įprastoje situacijoje nereflektuoja ir į kuriuos nekreipia dėmesio. Kvestionuodama savaimines prielaidas apie pasaulį, fenomenologija atsiremia į žmogaus patirtį, kuri jai yra pirmesnė už bet kokias teorines analizes arba kitokius bandymus objektyvuoti patyrimą. Tokiu būdu fenomenologija bando nueiti nuo abstrakčių metafizinių spekuliacijų, grįžti į konkretaus gyvenimo pasaulį ir atgaivinti betarpišką kontaktą su realybe (Geniušas, 2021; Moran, 2000).

Fenomenologiniu požiūriu, mokslas yra antrinė pasaulio patyrimo išraiška, nes pasaulio atžvilgiu bet koks mokslinis apibrėžimas yra abstraktus ir priklausomas, „panašiai kaip geografijs kraštovaizdžio atžvilgiu, juk iš kraštovaizdžio pirmiausia sužinojome, kas yra miškas, pieva ar upė“ (Merleau-Ponty, 1945/2018, p. 7). Husserlio fenomenologijos projektas pretendavo į pirmojo mokslo, turėjusio tapti pamatu visiems kitiems mokslams, statusą. Tai mokslas be nepagrįstų prielaidų, konstrukcijų ir interpretacijų, kuris turi konstatuoti tik tai, kas akivaizdu ir neabejotina, grįžti į pasaulį iki jo pažinimo. Fenomenologija turėjo tyrinėti ne konkrečius reiškinių pavidalus, o atskleisti sąmonės reiškiniuose ar fenomenuose glūdinčias esmes. Reiškiniu vadinama visa tai, ką suvokiame arba patiriame nepriklausomai nuo to, ar tai yra, ar nėra realu (Mickūnas ir Jonkus, 2014).

E. Husserlis ieškojo tokio filosofavimo metodo, kuris, nepostuluodamas realaus pasaulio egzistavimo, bet remdamasis pažinimo analize, galėtų nustatyti, ar realus pasaulis egzistuoja, ir tyrinėtų, koks jis yra (Tatarkiewicz, 1995/2003). Tokia analizė arba, kitaip tariant, fenomenologinis tyrinėjimas, turi būti paremtas pamatiniais metodologiniais principais – *epoché*, fenomenologine redukcija ir eidetine variacija – būtent taip jis tampa fenomenologinis originaliaja huserliškąja prasme (Geniušas, 2021). Taip atsirado fenomenologinis metodas, tačiau jis, kaip ir fenomenologija, negali būti formalizuotas griežtos procedūros pavidalu ir iki šiol susiduria su neišspręstais klausimais. Tai, iš vienos pusės, sukuria gyvą ir atvirą erdvę jo supratimui ir taikymui, o iš kitos, sukelia nemažai sunkumų tyrėjams. Pavyzdžiui, Wertz (2023) pažymi, kad fenomenologinis metodas išlieka sunkiai apibrėžiamas ir suprantamas todėl, kad tai yra veiklos praktika (angl. *operative practice*), judėjimas, transcendencija iki jos konceptualizavimo. A. Mickūnas ir D. Stewart (1990/1994) nurodo, kad reikalingas tiltas tarp fenomenologijos ir kitų mokslų metodologijų, kartu ir psichologijos. Šiandien vienu iš tokių tiltų, jungiančių fenomenologinę filosofiją ir psichologiją, gali būti laikoma fenomenologinė psichologija. Ji adaptuoja filosofinį fenomenologinį metodą tyrėjų reikmėms ir artikuliuoja jį jiems suprantamesne kalba.

Fenomenologinė psichologija

Dar F. Brentano, įvedęs skirtumą tarp fizinių ir psichinių fenomenų, psichologijoje pradėjo skirti aprašomąją ir aiškinamąją dalį. Aprašomąją dalį jis matė kaip apleistą, dėl ko susidaro ydinga situacija, kai psichologija imasi aiškinti faktus, užuot juos pirma tiksliai patvirtinusi (Tatarkiewicz, 1995/2003). Psichologijos klausimai išliko ir E. Husserlio dėmesio centre. Jis kritiškai vertina psichologijos bandymą remti savo požiūrį metodu, pasiskolintu iš gamtos mokslo, kuriuo galima nagrinėti tik stebimus ir matuojamus žmogaus elgesio aspektus. Fenomenologija priekaištuoja mechanistinei psichologijai, kad ši apeina svarbiausią žmogaus elgesio aspektą – jo reikšmę (Mickūnas ir Stewart, 1990/1994). 1925 m. E. Husserlis skaito paskaitų ciklą pavadinimu „Fenomenologinė psichologija“, kur bando atskirti fenomenologiją nuo kitų, tradiciškai suprantamų psichologijos rūšių, taip pat nuo Brentano deskriptyviosios psichologijos. Kitaip nei psichologija, kuri psichinius aktus apibūdina konkrečiai, kaip įvykius ir realius faktus, fenomenologija juos

traktuoja eidetiškai ir gali būti suprantama kaip grynųjų esmių kontempliacija (Moran, 2000; Tatarkiewicz, 1995/2003).

Fenomenologinė psichologija telkiasi į tai, kaip žmonės suvokia pasaulį, kuriame gyvena, ir kokią reikšmę jis jiems turi: visas dėmesys yra skiriamas žmonių išgyvenamoms patirtims. Fenomenologiškai besiorientuojantis psichologas nemato reikalo atskirti objektą nuo jo subjektyvaus suvokimo: objektas tampa realus tik tada, kai žmogus jį suvokia, kai jis pasirodo jo sąmonėje. Suvokimas gali varijuoti priklausomai nuo konteksto, nuo suvokiančiojo pozicijos objekto atžvilgiu, nuotaikos ir t. t. Tai reiškia, kad baigtinis, visais atvejais galiojantis žinojimas nėra įmanomas. Pripažįstama, kad tas pats objektas gali turėti skirtingą reikšmę įvairiems žmonėms ir net tam pačiam žmogui skirtinguose kontekstuose. Nesutinkama su tradicine giluminės arba dinaminės psichologijos prielaida, kad individo elgesys labiausiai nulemtas nesąmoningų motyvų, o tai, kas matosi ir akivaizdu, nėra tikra ar pakankama, kad suprastume žmogų (Langdridge, 2007; Moustakas, 1994; Patterson, 1965).

Fenomenologinė psichologija nežiūri į objektą / subjektą, sąmonę / pasaulį, realu / nerealu, išorę / vidų dualistiškai, per šių kategorijų supriešinimo prizmę. Fenomenologiškai besiorientuojančio psichologo mąstymas yra labiau apie „ir, ir“, negu „arba / arba“. Šitaip išlaikomas pagrindinis fenomenologinės filosofijos dėmesio objektas – sankirta tarp sąmonės ir pasaulio, kur nė vienas iš jų negali būti suprastas atskirai nuo kito (Zahavi, 2019).

Fenomenologinė psichologija yra viena iš kelių šiuo metu vyraujančių prieigų prie kokybinės duomenų analizės (Wertz et al., 2011). Pastaraisiais metais interesas fenomenologijai kaip kokybinio tyrimo metodui didėja (Zahavi, 2019). Fenomenologinis metodas, taikomas psichologijos lauke, reiškia sistemingą bandymą stebėti ir aprašyti įvairiausius fenomenus bei jų esmines charakteristikas taip, kaip jie reiškiasi ir pasirodo žmogaus sąmonėje. Kartais fenomenologinė prieiga painiojama su introspekcija, todėl svarbu įvardyti du pagrindinius skirtumus. Pirma, fenomenologinė psichologija, kitaip nei introspekcija, neapsiriboja individo sąmoningų pojūčių ir jausmų deskripcija; ji siekia aprašyti, kaip asmuo suvokia pasaulį ir save. Antra, fenomenologinė psichologija siekia atskleisti esminius aprašomų fenomenų bruožus arba universalias charakteristikas (MacLeod, 1947; Patterson, 1965).

Verta pažymėti, kad fenomenologijos terminas ne visada vartojamas Husserlio pradėtos tradicijos kontekste. Psichologijoje terminas „fenomenologija“ kartais yra vartojamas gerokai plačiau ir gali reikšti bet koki tyrimą, teoriją ar praktiką, kur pabrėžiamas patyrimas pirmuoju asmeniu. Terminas taip pat vartojamas psichiatrijoje ir žymi aprašomojo pobūdžio žinias apie psichikos sutrikimų simptomus. Šiame straipsnyje terminas „fenomenologija“ vartojamas griežtai siejant jį su Husserlio ir jo sekėjų filosofija, taip pat psichologų (pirmiausia A. Giorgi), besiremiančių jų filosofinėmis prielaidomis, darbais.

1970 metais Amerikoje A. Giorgi įsteigia fenomenologinės psichologijos žurnalą (angl. *Journal of Phenomenological Psychology*), kurio pagrindinis tikslas yra plėtoti psichologiją, grindžiamą fenomenologinės filosofijos epistemologinėmis prielaidomis. Giorgi (1985) taip pat atliko vieną pirmųjų sėkmingų mėginimų modifikuoti filosofinį fenomenologinį metodą ir taikyti jį psichologinių tyrimų kontekste. Jo siūlomas aprašomasis fenomenologinis psichologinis metodas atsiduria fenomenologinės filosofijos, mokslo ir

psichologijos sandūroje. Giorgi (2009) yra įsitikinęs, kad fenomenologinė perspektyva yra būtent tas būdas, kuris gali padėti įveikti esamas istorines įtampas tarp šių sričių ir suderinti jas viename tyrimo modelyje. Jis modifikuoja Husserlio fenomenologinį filosofinį metodą – įveda mokslinį analizės lygmenį ir psichologinę perspektyvą. Autoriai (Giorgi, Giorgi, & Morley, 2017) nurodo, kad fenomenologinis psichologinis metodas dera su fenomenologinės filosofijos kontekstu, tačiau taip pat įvardija kelis skirtumus, apie kuriuos svarbu žinoti psichologams:

1. skirtingai nuo filosofijos lauko, tiriamo fenomeno aprašymų šaltinis yra kiti asmenys, kalbantys naivia, kasdiene kalba, o ne pats tyrėjas;
2. filosofas siekia transcendentalinės redukcijos, t. y. visiškai išgrynintos sąmonės, kuri neturi jokių ryšių su empiriniu pasauliu, lygio. Psichologas apsiriboja psichologine fenomenologine redukcija, be to, išsaugo psichologinę perspektyvą, kad galėtų suprasti žmonių išgyvenimus;
3. skirtingai nuo filosofinio metodo, fenomenologinis psichologinis metodas leidžia išryškinti ne universalias (filosofines) fenomeno charakteristikas, o tipines. Tai reiškia, kad atskleidžiamas reiškinių esmės lygis yra žemesnis nei fenomenologinio filosofo pasiekiamą esmę, bet gerokai aukštesnis nei tas, kuris prieinamas tyrime dalyvaujantiems žmonėms.

Applebaum (2009) pabrėžia, kad fenomenologinė psichologija yra radikali alternatyva psichologijoje vyraujančiai empirinei pasaulėžiūrai. Ir net tuo atveju, kai kokybinis fenomenologinis matymas atrodo įdomus ir artimas, būna labai sunku peržiūrėti empirinio mokslo prielaidas, internalizuotas studijų metu. Dezorientacija, pasimetimas ir kognityvinis disonansas lydi tyrėją, nusprendusį gilintis į fenomenologinius tyrimus. Norint susivokti, svarbu pasigilinti į Husserlio aprašytas fundamentalias metodines praktikas – *epoché*, redukciją, eidetinę variaciją. Jos padeda tyrėjui pakeisti savo įprastą nuostatą į fenomenologinę.

Fenomenologinė nuostata filosofijoje: *epoché*, redukcija, eidetinė variacija

E. Husserl (1913/2014) savo svarstymus pradeda teiginiu, jog žmonės paprastai gyvena laikydamiesi natūralios nuostatos. Tai esminė, viską persmelkianti, kasdienybėje gyvenančio individo nuostata, kuri yra visų santykių su pasauliu ir aplinkiniais pagrindas. Žmogui daug kas atrodo savaime suprantama, jis neklausia apie pasaulio, kuriame gyvena, realumą, ir tiesiog atlieka spontaniškus veiksmus – stebi, skaičiuoja, sprendžia, nori, jaučia ir kita.

Tačiau galima ir kitokia nuostata pasaulio atžvilgiu, kuri, nors ir suponuoja natūraliąją, visgi nuo jos skiriasi. Tai mokslinė arba teorinė nuostata, kuriai pasaulis yra objektyvus ir realus. Skirtingai nuo individo, kuris gyvenime laikosi vien natūralios nuostatos ir yra įsitraukęs į daugybę subjektyvių santykių su pasauliu, mokslininkas geba kelti įvairius klausimus, užsiima tiriamąja veikla, tačiau daro tai, stengdamasis atmesti subjektyvumą ir išlikti neutralus. Tokia nuostata riboja žmogaus patyrimo skalę ir gali būti pavojinga tada, kai laiko save visa apimančia (Mickūnas ir Jonkus, 2014; Mickūnas ir Stewart, 1990/1994).

Epoché ir fenomenologinė redukcija

Fenomenologinė nuostata reikalauja radikalaus požiūrio keitimo – kasdienės natūralios tezės suspendavimo arba suskliautimo (Husserl, 1913/2014). Natūralios nuostatos besilaikantis žmogus žino, kad pasaulis, su kuriuo jis susiduria savo patyrimo, egzistuoja nepriklausomai nuo jo. Fenomenologas atsitraukia nuo šio žinojimo, išnyra iš nekritiško pasinėrimo į pasaulį ir suabejoja savo automatinio tikėjimu, kad yra pasaulis, nepriklausomas nuo sąmonės. Fenomenologas tarsi niekur nedalyvauja, jo pozicija yra absoliutaus stebėtojo. Tai ir yra *epoché* praktika, kurią Husserlis apibūdindavo įvairiais būdais: „susilaikymas nuo“, „išjungimas“, „pašalinimas“, „nepaisymas“, „atsisakymas“, „paėmimas į skliaustus“, „apribojimas“, „išvedimas iš rikiuotės“ naivaus įsitikinimo pasaulio realumu. Tai nereiškia, kad žengiant *epoché* žingsnį, realybė dingsta iš fenomenologo akiračio, tiesiog ji pirmą kartą tampa filosofinio tyrinėjimo sritimi (Moran, 2000; Šliogeris, 1985; Zahavi, 2019).

Fenomenologinę redukciją galime laikyti antruoju žingsniu, kuris pratęsia pirmąjį – *epoché*. Natūralaus požiūrio suskliautimas padeda pamatyti pasaulį naujoje šviesoje. Fenomenologinės redukcijos būdu siekiama atverti, kaip žmogus tiesiogiai patiria daiktus, įvykius ir visa kita. Fenomenologas nukreipia dėmesį į šias patirtis, dėl kurių tiek pasaulyje esantys daiktai, tiek pats pasaulis įgauna prasmę (Geniušas, 2021; Mickūnas ir Jonkus, 2014). Geriau suprasti redukcijos procedūrą padeda jos palyginimas su laipsnišku nupjovimu. Atlikęs *epoché* žmogus atsiduria pereinamajame taške. Pirmas dalykas, su kuriuo jis susiduria, yra įvairios psichologinės prielaidos dėl savęs ir pasaulio. Psichologinė redukcija padeda šias nuostatas savyje atpažinti ir „nupjauti“ (N. Artemenko, asmeninis pokalbis, sausio 14, 2021). Ant šio laiptelio psichologas gali sustoti, nes jis pradeda suprasti, per kokių prielaidų ir įsitikinimų prizmę jis mato pasaulį ir save. Fenomenologas juda toliau – į eidetinę ir transcendentalinę redukciją.

Apibendrinant svarbu pažymėti, kad tiek *epoché*, tiek fenomenologinė psichologinė redukcija yra filosofinės refleksijos elementai, kurių pagrindinis tikslas yra išvaduoti asmenį iš natūraliosios nuostatos dogmatizmo (Zahavi, 2019).

Eidietinė variacija (laisvas varijavimas)

Taigi *epoché* ir fenomenologinė redukcija išlaisvina sąmonę iš natūralistinių prielaidų. Toliau galima redukuoti sąmonę į esmiškus dalykus, atsisakant visų samprotavimų, nesusijusių su esme. *Eidos*, arba esmė, yra empirinio pasaulio struktūra bei reikšmė. Esmės sąvoka reiškia, kad fenomenologas peržengia to, kas individualu ir faktiška, ribas ir juda nuo individualaus patyrimo analizės prie jo universalios struktūros suvokimo. Metodas, kuriuo pasiekiamas esmė, vadinamas eidetine variacija arba „laisvo varijavimo“ metodu.

Laisvas varijavimas vyksta, kai, mėgindamas išvelgti daikto esmę, asmuo įveda kitus tos pačios rūšies daiktus, t. y. variacijas, galimas palyginti su *eidos*, kuriuo remiantis šiuos įvairius daiktus galima laikyti priklausančiais tam pačiam tipui. Laisvas varijavimas vyksta vaizduotėje, ir esmę galima pagauti ne tik iš faktinio patyrimo, bet ir įsivaizduojamo, prisimenamo ir pan. Tikslas yra atskleisti nekintamus, t. y. esminius, patyrimo aspektus ir

prieiti prie intersubjektyviai verifikuojamų teiginių apie patyrimo duotų fenomenų esmes (Geniušas, 2021; Mickūnas ir Jonkus, 2014; Moran, 2000).

Fenomenologinė nuostata aprašomuosiuose fenomenologiniuose psichologiniuose tyrimuose

E. Husserl (1954/1970) apie totalią fenomenologinę nuostatą ir jai priklausantį *epoché* rašė kaip apie lemiančią visišką asmens transformaciją, kuri iš pradžių gali būti sulyginama su religiniu atvertimu, o vėliau įgauna didžiausios egzistencinės transformacijos, tapsiančios iššūkiu visai žmonijai, reikšmę. A. Jampolskaja (Ямпольская, 2012) tęsia šią mintį, vadindama fenomenologinę redukciją egzistencine situacija, kurioje filosofuojantis subjektas kvestionuoja pats save. Fenomenologinė nuostata – tai ne tiek profesinė nuostata, taikoma specifiniame darbiniam kontekste, kiek egzistencinė nuostata, kuri yra tiek profesijos, tiek pašaukimo atžvilgiu.

Žinoma, psichologo, tyrimo metu besivadovaujančio fenomenologine nuostata, diapazonas bei gylis neprilygsta filosofiniam. Tačiau jam pravartu žinoti, kokią prasmę ir reikšmę fenomenologinės filosofijos pradininkas įdėjo į *epoché*, redukciją ir eidetinę variaciją, kad išvengtų paviršutiniško ir mechaniško fenomenologinės nuostatos interpretavimo. Juk, kaip nurodo Giorgi (2009), fenomenologinis požiūris į duomenų rinkimą ir analizę apima psichologinio lygio redukcijos įvykdymą, aprašomosios perspektyvos išlaikymą ir laisvo varijavimo procedūros naudojimą.

Kalbant apie fenomenologinę nuostatą fenomenologinių psichologinių tyrimų kontekste, *epoché* ir fenomenologinės redukcijos sąvokos vartojamos nediferencijuotai, mažai rašoma apie eidetinę variaciją. L. Finlay (2012) apie fenomenologinę nuostatą rašo kaip apie tyrėjo gebėjimą stebėtis, išlikti smalsiam, atviram naujam supratimui, „matyti naujai“, sugebėjimą suskliausti esamas žinias ir teorijas apie tiriamą fenomeną. Tyrėjas nėra tikras tuo, kad kažkas yra / realiai egzistuoja ir turi aiškią reikšmę. Giorgi (Giorgi et al., 2017), apibūdindamas psichologinę fenomenologinę redukciją duomenų analizės metu, įvardija du žingsnius. Pirma, tyrėjas turi padėti į šalį visas žinias apie fenomeną, kurios nėra tiesiogiai pasirodančios sąmonėje. Antra, tai, kas duota, jis turi laikyti ne tuo, kas realiai egzistuoja, o tuo, kas tiesiog pasirodo sąmonėje. Fischer (2009) taip pat mini, kad tyrėjas suskliaučia įtaką turintį asmeninį patyrimą, interesus, kultūrinius faktorius, turimas prielaidas, nuojautas, kurios gali paveikti tai, kaip matomi tyrimo duomenys.

Moustakas (2009) rašo, kad *epoché* praktika reikalauja iš tyrėjo vienatvės, absoliutaus buvimo ir maksimalios koncentracijos. Nelengva nutildyti išorės ir vidaus balsus, kreipiančius sąmonę įvairių dalykų link, maksimaliai įsiklausyti į tai, kas reiškiasi, ir, pasiekus apvalyto proto būseną, susidurti su fenomenu. Tai patvirtina J. McLeod (2011), nurodydamas, kad fenomenologinis *epoché* yra radikalus aktas, geriausiai suprantamas kaip disciplina, kuriai įgusti praktikuoti reikia laiko, o ne technika, kurią galima įjungti arba išjungti, remiantis konkrečiais nurodymais.

Perėjimas į fenomenologinę nuostatą nėra vienkartinis veiksmas. Tyrėjas privalo nuolat įsisąmoninti ir valdyti ankstesnių žinių ir išankstinių prielaidų įsibrovimus, t. y. imti

juos į skliaustus. Tai tarsi atsikartojantis pradinis taškas, kuriame tyrėjas savo reguliariomis sąmoningomis pastangomis vis atsiduria. Kiekviename tyrimo etape psichologas bando pažvelgti į reiškinį kaip į tokį, koks jis yra, ketindamas įsitikinti, kad fenomenas nėra iškraipomas paties tyrimo proceso. Fenomenologiškai besiorientuojantis tyrėjas pirma iškelia klausimą „Kas?“, ir tik vėliau – „Kodėl?“, „Iš kur?“ arba „Kam?“, o atsakymus į vėlesnius klausimus stengiasi grįsti atsakymu į pirmąjį (MacLeod, 1947). Klausimas, padedantis įeiti į fenomenologinę nuostatą, būtų toks – „*Ar man iš tikrųjų aišku tai, kas man aišku?*“ (N. Artemenko, asmeninis pokalbis, sausio 14, 2021). Tam tikra prasme kiekvienas tyrėjas kartais būna fenomenologiškas, tačiau, nedėdamas pastangų laikytis fenomenologinės nuostatos, greitai ir nepastebimai nuslysta į natūraliąją. Nepavyksta išbūti laikantis fenomenologinės nuostatos ilgai, perėjimas į ją lydymas įtampos. Tai atspindi ir filosofo A. Šliogerio (1985, p. 136) pastebėjimuose: „Pažįstančiosios sąmonės stichija – būtinybė. <...> Fenomenologinės žiūros stichija – prabanga.“

Fenomenologinė nuostata yra atviro laukimo nuostata, tai per tam tikrą laiką įgyjamas gebėjimas atvirai tyrinėti. Šią nuostatą galima apibūdinti paradoksaliai: ji vienu metu pasižymi tiek forma, tiek formos nebuvimu (Applebaum, 2011). Forma glūdi konkretaus fenomeno tyrimo psichologiniame kontekste ir esminės fenomeno struktūros išryškinime. Formos nebuvimas reiškia, kad, pasitelkus *epoché* ir redukciją, kuriama atvira, laisva ir išgryninta erdvė tyrinėjimui. Svarbu tai, kad į formą ateinama iš beformiškumo. Tai reiškia, kad tiriamo fenomeno struktūra ir joje esantys ryšiai atsiranda iš pradžių suskliaudus visas turimas žinias apie fenomeną ir atvėrus kelią naujam žinojimui.

Fenomenologinės nuostatos šerdis – refleksija. Tyrėjas turi sugebėti pamatyti savo paties matymą, kuris užgožia tiriamo fenomeno matymą, ir jį kuriam laikui suskliausti. Applebaum (2011) nuomone, tyrėjui būtina sąmoningai ir savikritiškai tyrinėti savo naivius įsitikinimus, ypač susijusius su tokiomis, atrodo, akivaizdžiomis sąvokomis kaip „mokslas“, „psichologija“, „objektyvumas“, kurios iš pirmo žvilgsnio atrodo labai artimos ir suprantamos. Toks peržiūrėjimas reikalauja intelektualinio nuolankumo ir didelės atsakomybės – tiek sau, tiek atliekamam tyrimui. A. Mickūnas (2012) pažymi, kad Vakarų mąstymas žemina kitų mąstymo būdus, lyg jie būtų neracionalūs. Fenomenologine nuostata besivadovaujantis tyrėjas turi sutramdyti savo puikybę, jei jos savyje aptinka.

Praktinės įžvalgos ir rekomendacijos

Toliau pateiksime praktines rekomendacijas tyrėjams, ketinantiems vadovautis fenomenologine nuostata aprašomajame fenomenologiniame tyrime. Paminėsime ir kai kuriuos literatūros šaltinius, kuriuose galima rasti iliustratyvių pavyzdžių bei išsamesnių teorinių komentarų.

- Fenomenologinė nuostata, realizuojama pasitelkus *epoché* ir redukciją, nereiškia tyrėjo objektyvumo ir visiško nešališkumo. Ji įgalina tyrėją būti maksimaliai dėmesingą, įsitraukusį ir fenomenologiškai jautrų tiriamo fenomeno atžvilgiu. Tyrėjas valdo subjektyvumą, nepretenduodamas jo eliminuoti (Finlay, 2014).
- Tyrėjui nepakanka suskliausti prielaidas, teorijas ar koncepcijas, kurių šaltinis

yra išorėje, pavyzdžiui, vadovėlyje pateiktos teorinės žinios. Svarbus sąmoningas paties tyrėjo turimų nuostatų, nuomonių, susijusių su tiriamu fenomenu, paėmimas į skliaustus. Jas gerokai sunkiau užfiksuoti, nes jos nepastebimai dalyvauja ir nuspalvina mūsų patyrimą. Padėti gali reguliarus dienoraščio rašymas, įvairiuose tyrimo etapuose iškylančių klausimų aptarimas su kitais kokybiniais tyrėjais. Tai atveria galimybę tikrintis dėl įžvalgų bei apibendrinimų, matyti skirtumus ir analizuoti, ar šie skirtumai susiję su vidinėmis nuostatomis, kurių nepavyko laikinai pristabdyti. Taip pat gali būti naudingos bet kokios praktikos, kurios padeda tyrėjui giliau pažinti save – asmeninė / grupinė psichoterapija, meditacija, joga ir pan.

- Suskliautimo procesą (*epoché*) patartina pradėti dar prieš duomenų rinkimo etapą. Tyrėjas gali sudaryti sąrašą savo turimų įsitikinimų, susijusių su tyrimo tema, pažymėti dalykus, kurie jam atrodo akivaizdūs, ir šalia jų dėti klausukus, taip pat surašyti savo lūkesčius ir viltis dėl būsimų tyrimo rezultatų. Būtų labai naudinga aptarti su kitais kokybiniais tyrėjais ir / ar moksliniu vadovu, kaip surašyti dalykai gali paveikti tyrimo rezultatus. Vėliau, turint duomenis ir juos analizuojant, verta nuolatos stebėti ir žiūrėti, ar dalykai, išryškinti ir surašyti tyrimo pradžioje, daro įtaką analizės procesui ir kokiū būdu.
- Norisi pažymėti, kad „naujas“ matymas nereiškia praityje susiformavusių supratimų panaikinimo. Tyrėjas palaiko tam tikrą įtampą tarp praities ir dabarties patyrimo tam, kad ryškėtų skirtumas. Tikslas nėra suvaldyti viską, o tik tai, kas trukdo pasirodyti tiriamam fenomenui ir matyti jį tokį, koks jis yra (Finlay, 2014).
- Kadangi tyrėjo tikslas yra analizuoti kitų žmonių – tyrimo dalyvių – patirtis, jis turi būti ne tik sąmoningas savęs atžvilgiu, bet ir empatiškas. Tai tarsi pozicija, kur viena koja esi savyje, įsisažmonindamas savo nuostatas, o kita koja esi tyrimo dalyvio patirtyje – pasinėręs į ją, kuriam laikui apsigyvenęs joje. Viso tyrimo metu (tiek rinkdamas duomenis, tiek juos analizuodamas) tyrėjas remiasi tai labiau viena, tai labiau kita koja, kad išlaikytų pusiausvyrą, nes stovėti ant abiejų kojų vienu metu neįmanoma. Šį procesą iliustruoja Wertz (Wertz et al., 2011), kalbėdamas apie fenomenologinę refleksiją analizuojant kitų žmonių patyrimą ir išskirdamas tokius jos konstituentus:
 - Empatinis pasinėrimas į aprašomą situaciją.
 - Sulėtėjimas, sustojimas ir pabuvimas kiekviename aprašomos situacijos patyrimo momente.
 - Situacijos patyrimo sustiprinimas ir išdidinimas.
 - Atsitraukimas ir bandymas intensyviai domėtis patyrimo detalėmis.
 - Posūkis nuo objektų prie jų asmeninės ir santykių reikšmės.

Atrodo, kad būtent atsitraukimo momentas yra tas laikas, kai tyrėjas gali atsigręžti į save, savo įsitikinimus ir juos kritiškai reflektuoti. O vėliau grįžti prie kito žmogaus patyrimo ir bandyti juo intensyviai domėtis. Tai yra paradoksalu – tyrėjas svyruoja tarp įsitraukimo, įsijautimo į tiriamą fenomeną ir atsitraukimo, distancijos, reikalingos fenomenologinei analizei, sukūrimo. Abi pusės yra svarbios, o tyrėjo lankstumas ir gebėjimas manevruoti tarp skirtingų režimų išlaikant bendrą perspektyvą yra ypač reikšmingas.

- Akivaizdu, kad duomenų analizė, laikantis fenomenologinės nuostatos, yra daug laiko ir kantrybės reikalaujantis procesas, todėl svarbu jam iš anksto nusiteikti. Tyrinėdamas kito žmogaus patirtį, tyrėjas kartu tyrinėja ir save. Tyrėjas kelia ne tik klausimą „Ką turėjo omenyje tyrimo dalyvis, pasakydamas tam tikrus žodžius?“, bet ir klausimą „Ką man reiškia šie žmogaus žodžiai, išreiškiantys tam tikrą jo patirtį?“ Toliau tyrėjas klausia savęs: „Ar mano priskiriama reikšmė neužgožia tyrimo dalyvio turimos omenyje reikšmės?“, „Kaip išryškinti ir labiau atskleisti tyrimo dalyvio patirtį ir jos esmines charakteristikas?“
- Perėjimas į fenomenologinę nuostatą pradedančiajam tyrėjui gali pasirodyti kebli ir sunkiai įveikiama užduotis, tačiau svarbu nepasiduoti šiam pirminiam išpūdžiui. Kartais pravartu pasižiūrėti į ją kaip į idealią siekiamybę, kartu suvokiant, kad intencija, kuria grindžiamas visas procesas, tyrėjo laikas, energija ir darbas, investuotas į refleksiją ir dialogą su savimi, padės reikšmingai sumažinti išankstinių nuostatų įtaką ir užtikrinti kokybiško aprašomojo fenomenologinio psichologinio tyrimo atlikimą.
- A. Giorgi (2009) knygoje „Aprašomasis fenomenologinis metodas psichologijoje“ (angl. *The Descriptive Phenomenological Method in Psychology*) galima rasti iliustratyvų pavyzdį, kaip du tyrėjai, vadovaudamiesi fenomenologine nuostata, nepriklausomai vienas nuo kito analizuoja pavydo patyrimą ir išskiria panašias jo esmines charakteristikas (žr. p. 139–180). Kitais gerais pavyzdžiais galėtų būti:
 - Beck, T. J. (2013). A Phenomenological Analysis of Anxiety as Experienced in Social Situations. *Journal of Phenomenological Psychology*, 44, 179–219.
 - Giorgi, B. (2011). A Phenomenological Analysis of the Experience of Pivotal Moments in Therapy as Defined by Clients. *Journal of Phenomenological Psychology*, 42, 61–106.
- Duomenų rinkimo interviu, vadovaujantis aprašomąja fenomenologine pozicija, ypatumai puikiai pristatyti šiame straipsnyje:
 - Englander, M. (2012). The Interview: Data Collection in Descriptive Phenomenological Human Scientific Research. *Journal of Phenomenological Psychology*, 43, 13–35.
- Ypatingo dėmesio vertas paskutinis fenomenologinės psichologijos žurnalo specialusis numeris, skirtas fenomenologinės psichologinės redukcijos klausimui:
 - Special Issue on the Phenomenological Psychological Reduction (2023). *Journal of Phenomenological Psychology*, 54(1).
- Pagrindiniai refleksijos praktikos ir refleksyvumo principai detaliam aprašyti šioje knygoje:
 - Finlay, L., Gough, B. (Eds.). (2003). *Reflexivity: A Practical Guide for Researchers in Health and Social Sciences, 1st ed.* Blackwell Science.

Literatūra

- Applebaum, M. H. (2011). Amedeo Giorgi and psychology as a human science. *NeuroQuantology*, 9(3), 518–525. doi:10.14704/nq.2011.9.3.463
- Crotty, M. (1996). *Phenomenology and nursing research*. W. B. Saunders Company.
- Finlay, L. (1999). Applying phenomenology in research: Problems, principles and practice. *British Journal of Occupational Therapy*, 62(7), 299–306. doi: 10.1177/030802269906200705
- Finlay, L. (2012). Unfolding the phenomenological research process: Iterative stages of “seeing afresh”. *Journal of Humanistic Psychology*, 53(2), 172–201. doi: 10.1177/0022167812453877
- Geniušas, S. (2021). *Kas yra skausmas? Phi knygos*.
- Giorgi, A. (1985). *Phenomenology and psychological research*. Duquesne University Press.
- Giorgi, A. (2008). Difficulties encountered in the application of the phenomenological method in the social sciences. *Indo-Pacific Journal of Phenomenology*, 8(1), 1–9. doi: 10.1080/20797222.2008.11433956
- Giorgi, A. (2009). *The descriptive phenomenological method in psychology: A modified Husserlian approach*. Duquesne University Press.
- Giorgi, A. (2010). Phenomenology and the practice of science. *Existential Analysis* 21(1), 3–22.
- Giorgi, A. (2012). The descriptive phenomenological psychological method. *Journal of Phenomenological Psychology*, 43(1), 3–12. doi: 10.1163/156916212x632934
- Giorgi, A., Giorgi, B., & Morley, J. (2017). The descriptive phenomenological psychological method. In C. Willig & R. Stainton (Eds.), *The Sage Handbook of Qualitative Research in Psychology* (2nd ed., pp. 176–192). Sage Publications.
- Husserl, E. (1970). *The crisis of European sciences and transcendental phenomenology. An introduction to phenomenological philosophy* (D. Carr, Trans.). Evanston, Northwestern University Press. (Original work published 1954.)
- Husserl, E. (2014). *Ideas for a pure phenomenology and phenomenological philosophy. Ideas I. First Book: General Introduction to Pure Phenomenology* (D. O. Dahlstrom, Trans.). Hackett Publishing Company, Inc. (Original work published 1913.)
- Langdridge, D. (2007). *Phenomenological psychology theory, research and method*. Pearson Education Limited.
- MacLeod, R. B. (1947). The phenomenological approach to social psychology. *Psychological Review*, 54(4), 193–210. doi: 10.1037/h0059320
- McLeod, J. (2011). *Qualitative research in counselling and psychotherapy*. Sage Publications.
- Merleau-Ponty, M. (2018). *Juslinio suvokimo fenomenologija* (J. Skersytė, N. Keršytė, vert.). Baltų lankų leidyba. (Originali publikacija 1945.)
- Mickūnas, A. (2012). *Per fenomenologiją į dzenbudizmą*. Baltų lankų leidyba.
- Mickūnas, A. ir Stewart, D. (1994). *Fenomenologinė filosofija* (A. Sverdiolas, vert.). Baltos lankos. (Originali publikacija 1990.)
- Mickūnas, A. ir Jonkus, D. (2014). *Fenomenologinė filosofija ir jos šešėlis*. Baltų lankų leidyba.
- Moran, D. (2000). *Introduction to phenomenology*. Routledge.
- Moustakas, C. (1994). *Phenomenological research methods*. Sage Publications.
- Patterson, C. H. (1965). Phenomenological psychology. *Personnel & Guidance Journal*, 43(10), 997–1005. doi: 10.1002/j.2164-4918.1965.tb02727.x
- Peoples, K. (2020). *How to write a phenomenological dissertation: A step-by-step guide (Qualitative research methods)*. Sage Publications.
- Spiegelberg, H. (1994). *The phenomenological movement. A historical introduction* (3rd ed.). Springer.
- Šliogeris, A. (1985). *Žmogaus pasaulis ir egzistencinis mąstymas*. Mintis.
- Tatarkiewicz, W. (2003). *Filosofijos istorija* (D. Kapačiauskienė, J. Skersytė, vert.). T. 3. Alma littera. (Originali publikacija 1995.)
- Žydzūnaitė, V. (2017). Fenomenologija. Iš V. Žydzūnaitė ir S. Sabaliauskas, *Kokybiniai tyrimai. Principai ir metodai* (p. 89–140). Vaga.

Wertz, F. J. (2005). Phenomenological research methods for counseling psychology. *Journal of Counseling Psychology*, 52(2), 167–177. doi: 10.1037/0022-0167.52.2.167

Wertz, F. J. (2023). The relevance of the phenomenological method of epoché and reduction for psychology. *Journal of Phenomenological Psychology*, 54(1), 37–75. doi: 10.1163/15691624-20231418

Wertz, F. J., Charmaz, K., McMullen, L. M., Josselson, R., Anderson R., & McSpadden, E. (2011). *Five ways of doing qualitative analysis. Phenomenological psychology, grounded theory, discourse analysis, narrative research, and intuitive inquiry*. The Guilford Press.

Zahavi, D. (2019). *Phenomenology: The basics*. Routledge.

Zahavi, D. (2023, balandžio 17 d.) *Applied Phenomenology* [PowerPoint skaidrės]. Paskaita, skaityta nuotoliniu būdu Vilniaus universiteto klinikinės psichologijos magistrantams.

Ямпольская, А. В. (2012). Феноменологическая редукция как философская конверсия. Вопросы философии, № 9, 157–166.