



процес глобалізації культури збігається в часі з появою нових субкультур, що носять позанаціональний характер. Але шляхи розв'язання суперечностей пролягають через перебудову засад, на яких ґрунтується етична культура, ствердження якої є запорукою успішного розв'язання складних завдань, що їх вирішує наш народ на нинішньому етапі його розвитку.

**Осипенко В.А.**

## **ДОСВІД ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ КРИЗИ ЯК ЯВИЩА ТА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ КРИЗИ**

*Кафедра психології та філософії*

*Вищий державний навчальний заклад України*

*«Буковинський державний медичний університет»*

В часи інноваційних технологій, прискорених темпів життя, зростання інформаційних та емоційних навантажень, економічних і політичних перетворень, українське суспільство характеризується кризовістю, невизначеністю та нестабільністю, що ускладнює процес самореалізації особистості. Відбуваються зміни в структурі мотивації особистості, руйнування значущих для людини цінностей, виникнення додаткових аспектів ціннісної кризи.

Метою нашого дослідження є теоретико-методологічний аналіз поняття «криза» представниками різних психологічних шкіл та напрямків, вивчення проблеми кризи як явища та соціально-психологічних особливостей особистості в умовах кризи сучасними науковцями.

Аналіз теоретичних джерел показує різні концептуальні напрями у своїй єдності утворюють специфічну систему, яка є методологічною базою для вивчення такого складного та багаторівневого явища, як життєва криза. Останніми роками активно досліджувалися різні аспекти важких життєвих ситуацій (Л.І. Анциферова, І.В. Бринза, О.А. Будницька, Л. Е. Орбан-Лембрик та ін.); особливості подолання життєвих криз та важких життєвих ситуацій (Р.А. Ахмеров, Ф.Ю. Василюк, Т.М. Титаренко та ін.); особливості надання психологічної допомоги особистості, що знаходиться в критичній життєвій ситуації (П.В. Лушин, Т.М. Титаренко та ін.). Проте, вивчаються, в основному, лише окремі аспекти даної проблеми, що не дає цілісної картини цього складного психологічного явища й на теперішній час відсутнє єдине визначення життєвої кризи та процесу її психологічного подолання. На думку Дж. Каплана, «криза – це стан, що виникає, коли особа стикається з перешкодою життєво важливим цілям, яка протягом якогось часу є нездоланною за допомогою звичних методів розв'язання проблем». Тобто під поняттям «криза» розуміється емоційна реакція людини на загрозливу ситуацію, а не сама ситуація.

У розумінні психологічного феномену життєва криза розглядається: 1) як соціально психологічна ситуація; 2) як особливий стан, що має свої суб'єктивні та об'єктивні характеристики; 3) як процес переживання. Криза як психічне явище містить три взаємопов'язані підструктури: 1) когнітивно-емоційну, 2) особистісну (підструктура ставлень), 3) поведінкову. Результати досліджень різних авторів дослідник Є. Варбан представляє у вигляді об'єднаної класифікації життєвих криз, за критеріями: за віковим (кризи розвитку); за критерієм тривалості: мікро криза; короткочасна; довготривала; за критерієм результативності: конструктивні; деструктивні; за діяльнісним критерієм: криза операціональної сторони життєдіяльності, криза мотиваційно цільової сторони життєдіяльності, криза смислової сторони життєдіяльності; за критерієм детермінованості: кризи, що викликані інтрапсихічними факторами; кризи, що викликані ситуативними факторами; за критерієм складності: прості кризи, що викликані однією подією; багатовимірні кризи, що торкаються практично всіх аспектів індивідуального життя особистості; за критерієм передбачуваності: передбачувані (нормативні); «ситуаційні» (імовірнісні); проміжні.

Дослідниця О. Блинова вказує, що внутрішньоособистісний конфлікт можна вважати індикатором наявності у індивіда кризи ідентичності як неузгодженості між бажаним та реальним; криза ідентичності може торкатися декількох сфер – культурної, етнічної, професійної, сімейної; негативними наслідками внутрішньоособистісного конфлікту є психологічна дезорганізація особистості, зниження активності та ефективності діяльності; підвищений рівень тривожності; залежність людини від інших людей та обставин; загальна депресія; стресові стани; фрустрація основних потреб; почуття неповноцінності і нікчемності; розлад життєвих цінностей; втрата сенсу життя. Проте, конфлікти сприяють мобілізації ресурсів особистості для подолання існуючих бар'єрів її розвитку; сприяють адаптації та самореалізації у складних умовах та підвищенню стресостійкості; допомагають самопізнанню та адекватній самооцінці. Науковець Ю. О. Кисельов вважає, що особистісна криза може включати в себе такі аспекти: 1) різка зміна основних структур особистості; 2) зміна характеру і змісту взаємодії особистості та соціуму; 3) взаємозв'язок актуальних переживань з соціальними, екзистенціальними, духовними складовими кризового стану; 4) представлення як потенціал росту та оновлення, так і деструктивних тенденцій.

Отже, криза завжди супроводжується стресом, певним чином містить в собі фрустрацію, оскільки завжди пов'язана з блокуванням частини потреб.

Певний етапу життєвого циклу особистості впливає на успішність її соціалізації з урахуванням факту стабільності – нестабільності розвитку суспільства. Будь-яка криза є особливим етапом у розвитку особистості, коли ініціюється процес об'єднання внутрішніх підсистем матеріального, соціального і духовного «Я» у єдину цілісність.

Наслідки життєвої кризи можуть бути різними. Може відбутися фіксація неадекватних способів адаптації, що ще більше ускладнює становище індивіда й збільшує ризик виникнення нової кризи і ще більш



несприятливих наслідків у майбутньому. Результатом кризи може стати й збагачення ресурсів особистості, вироблення, на додачу до вже існуючих звичних способів реагування на критичні ситуації нових, більш ефективних прийомів.

Тобто, життєва криза одночасно є загрозою для особистості, однак і можливістю для її зростання. Шлях виходу з кризи досить індивідуальний і значною мірою залежить від особливостей попереднього періоду, від індивідуально-професійного досвіду особистості та тісно пов'язаний з обставинами життя в цілому.

**Пендерецька О.М.**

## **СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФУНКЦІОНУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ КРИЗИ**

*Кафедра психології та філософії  
Вищий державний навчальний заклад України  
«Буковинський державний медичний університет»*

Впродовж останніх 50-60 років проблемі кризи та кризовим інтервенціям була присвячена велика кількість наукових праць. Проте в українській психологічній науці ця тема опинилась у фокусі уваги щойно впродовж останніх кількох років на тлі складних соціально-історичних процесів, які відбуваються в країні. Серед дослідників, чий праці присвячені кризовим станам та їхнім наслідкам слід назвати С.Д. Максименка, Т.М. Титаренко, П.П. Горностая, Г.В. Католик, О.О. Фільца, О. Романчука, Л.М. Вольнової та ін. В Україні накопичено неабиякий досвід практичної допомоги особам, що перебувають у кризових ситуаціях, великий масив спостережень, проте теоретичні дослідження ще не мають достатньо ґрунтового характеру.

Загалом у психології (зарубіжній та вітчизняній) нині не існує єдиного визначення кризи. Як вказує Ф.Є. Василюк у одній із найвідоміших своїх праць «Психологія переживання», «хоча проблематика кризи індивідуального життя завжди була в полі уваги гуманітарного мислення, зокрема і психологічного, як самостійна дисципліна, що розвивається в основному в рамках превентивної психіатрії, теорія криз з'явилась на психологічному горизонті порівняно недавно». Сам Ф.Є. Василюк, досліджуючи переживання людини у так званій критичній ситуації, показував, що «критична ситуація в найбільш загальному плані повинна бути визначена як ситуація *неможливості*, тобто така ситуація, в якій суб'єкт зіштовхується з неможливістю реалізації внутрішніх *необхідностей* свого життя (мотивів, прагнень, цінностей тощо). На переконання Ф.Є. Василюка, існує чотири ключових поняття, за допомогою яких у сучасній психології описуються критичні життєві ситуації, – стрес, фрустрація, конфлікт і криза. Теорії кризи на думку автора є серед найменш розвинених, більшість дослідників вдається до простого перераховування життєвих подій, що можуть, на їхню думку, спричинити кризову ситуацію.

Функціонування особистості в кризі є неминуче ускладненим. По-перше, характерною рисою кризи є відсутність у попередньому досвіді людини інформації про те, як діяти в актуальній складній ситуації. Кризовий стан відрізняється неможливістю особистості продовжувати функціонувати в межах звичних та знайомих моделей поведінки, навіть якщо раніше вони були цілком ефективними, приносили очікувані результати та повністю влаштовували людину. По-друге, напруга та фрустрація, які завжди доводиться переживати в кризі, виснажують організм та психіку, що спричиняє дефіцит внутрішніх ресурсів для пошуку виходу із складної ситуації. Відчуття безпорадності, слабкості, браку сил – типові для кризових станів. Вони блокують активність, перешкоджаючи пошукам нових, конструктивних моделей поведінки.

Проблеми, спричинені переживанням кризи, можуть мати як внутрішньоособистісний, так і міжособистісний, тобто соціально-психологічний характер, вони можуть бути різнорівневими, множинними і охоплювати всі сфери життя людини. Серед найбільш значущих слід відзначити такі.

### 1. Порушення соціального функціонування:

- труднощі у встановленні та підтриманні соціальних контактів;
- комунікативні порушення;
- труднощі у побудові близьких стосунків;
- криза довіри;
- проблеми у виконанні професійних функцій
- зниження навчальної успішності
- втрата звичної соціальної ролі та статусу тощо.

### 2. Внутрішньоособистісні проблеми:

- емоційні порушення (страх, тривога, відчай, зниження або нестабільність настрою, субдепресивні та депресивні стани, підвищений рівень агресивності та ін.);
- порушення когнітивних процесів (пам'ять, увага, мислення);
- зниження самооцінки та втрата самоповаги;
- дефіцит впевненості у собі;
- страх перед відповідальністю та неможливість робити вибір;
- втрата сенсу тощо.

### 3. Порушення фізичного здоров'я:

- психосоматичні розлади;
- загострення наявних раніше хронічних захворювань;
- функціональні розлади;