

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**

**ДЕРЖАВНИЙ ЗАКЛАД  
«ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ К. Д. УШІНСЬКОГО»**

*(кафедри теорії та методики практичної психології,  
кафедра психіатрії, медичної та спеціальної психології)*

**ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

*(кафедра мовної та психолого-педагогічної підготовки)*

**ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ  
УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ Г. С. СКОВОРОДИ**

*(кафедра психології)*

**КЛАСИЧНИЙ ПРИВАТНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

*(кафедра практичної психології)*

**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ  
ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

**Збірник наукових праць  
Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції**

19 травня 2023 року

Одеса – 2023

**Секція II.**  
**ОСОБИСТІТЬ**  
**В КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ ТА ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ**

**СТАН ТА ТЕНДЕНЦІЇ ПІЗНАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КРИЗИ**

**Атаханов Б.К., Чебикін О. Я.**

*Державний заклад «Південноукраїнський національний  
педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»  
(м. Одеса, Україна)*

Актуальність пізнання психологічної кризи зумовлена тим, що в сучасному житті вони проникають в усі сфери людини й можуть негативно впливати на її діяльність.

Зростання наукового та соціального інтересу вимагає системного уточнення психологічного змісту кризи.

Узагальнення досліджень (Саннікова, 2015; Чайкіна, 2017; Поліщук, 2012 та ін.) свідчать про неоднозначні підходи до визначення її змісту, що ускладнює процес пізнання даного явища.

У своїй роботі ми поставили мету уточнити підходи до розуміння змісту психологічних криз та видів що їх характеризують.

Для досягнення цієї мети ставилися наступні завдання: по перше узагальнити зміст розуміння кризи в психології та її ознак; по друге дослідити основні їх види що можуть характеризувати такі стани особистості.

Що торкається розуміння психологічного змісту кризи то на жаль в сучасній літературі маються різні тлумачення цього явища. Узагальнюючи досліджень (Помилуйко, 2016; Гайденко, 2021; Пергаменщик, 2004 та ін.) дали підставу виділити підхід до характеристики психологічної кризи.

Найбільш поширений підхід (Карпинский, 2010; Кондрицька, 2015; Ракицкая, 2018; Солдатова, 2007 та ін.) названий нами як опосередковий, оскільки в ньому криза розглядається як певний психологічний, психофізіологічний, соціально-психологічний стан особистості, що не рідко ототожнюється з конкретними емоційними особливостями. Наприклад стресом, емоційною напругою, тривогою, конфліктом та іншими.

Більш об'ємним в цьому підході є визначення, що дає Юрков (2010), характеризуючи кризи як внутрішній стан людини, з її точки зору, ситуації. Де що по іншому кризу описують, як емоційну реакцію на ситуацію, що загрожує особистості (І. В. Бринза, 2016).

Спираючись на такі дані безумовно складно говорити про специфіку даного стану. З іншого боку неможливо і суперечити що перелічення її особистісних особливостей можуть характеризувати перш за все свою специфіку відповідно назви.

В цьому напрямку слід теж віднести визначення кризи, запропонованим Синявиним (2018), як крайній ступінь виразності психологічної напруги, що призводить до втрати контролю над ситуацією та управління своїм внутрішнім станом.

Титаренко (2003) розглядає її як тривалий стан, пов'язаний з внутрішнім конфліктом, якій може супроводжуватися напруженістю, тривогою або депресивними станами та іншими.

Як ми бачимо що із наведених підходів ключовим виступають в її змісті виникнення напруги, різке зниження функціонування психіки, та відносно тривале збереження даного стану.

Спираючись на зазначені підходи у своїй роботі ми будемо розглядати кризу як суто психологічний феномен, що характеризує надмірний відносно тривалий стан психоемоційного напруження, що може призвести до суттєвого погіршення психічної діяльності в тому числі до хвороби, в наслідок не визначеності шляхів подолання життєвих перешкод.

Вирішуючи друге завдання зазначимо, що важливим в пізнанні психологічних криз які виникають у людини є уточнення вірогідних їх видів, в залежності від умов життєдіяльності.

Узагальнюючи ці та інші дослідження (Моргун, 2016; Зеер 1997; Желдунова, 2010 та ін.) можна виділити два підходи до систематизації ознак криз. Перший підхід, може торкатися одного якогось фактора, наприклад стресу, чи конкретного захворювання, конфлікту з урахуванням умов діяльності та інших. В цьому випадку слід відмітити, що стрес, може бути як ознакою, так і фактором що обумовлює кризою.

Другий шлях є більш узагальненим по визначені як би основних сфер діяльності особистості з якими пов'язана психологічна криза. В останньому випадку більше акцентується увага на видах криз виходячи з їх ознак.

Узагальнюючи різні дослідження відносно видів криз (Катан, Сэдок 1994; Головка, 2013; Доценко, 2011 та ін.), ці та інші фахівці пропанують систематизувати кризи виходячи с факторів які їх породжують у людини, а саме економічні, екологічні, епідемічні, військові, побутові, навчальні, харчові та інші. Даний підхід на першому етапі пізнання психологічних криз є важливим, оскільки дозволяє визначити як умови їх виникнення, тобто фактори що детермінують це явище, та тривалість, а також частоту що їх характеризує.

Подальший аналіз засвідчив що для пізнання психологічних криз мається обміль прямих методик і водночас опосередкованих навпаки. В останньому випадку мова іде переважно про дослідження однієї з ознак кризи як то тривоги, депресії, напруги та інших.

Враховуючи таку ситуацію ми зосередили свої зусилля подальші на побудові прямої методики яка б дозволяла виявити та оцінювати різні види криз з урахуванням їх інтенсивності перебіги та тривалості. В наслідок попереднього проведеного дослідження був розроблений опитувальник «Види криз та особливості їх прояву в життєдіяльності». Даний опитувальник дозволяє виявити та кількісно оцінити те, наскільки людина відчувала у своєму житті різні види кризи пов'язані з погіршенням стану здоров'я, економіки, екології, епідеміями, умовами проживання, харчування, побуту, навчання, роботи, сімейними обставинами, військовими подіями з враховуючи їх частоту виникнення, тривалість дії, ступінь емоційної напруги та впливу на діяльність.

В остаточному варіанті опитувальник налічував 44 питань. Всі прояви оцінювалися за трьох бальною шкалою вираженості. Якщо криза виникала часто, то це оцінювалося 3 бали, рідко 2 бали й не виникало 1 бал. Тривалість до 10 днів 1 бал, від 11 до 30 днів 2 бали, від 30 днів і більш як 3 бали.

Таким чином, дана методика дозволяла в узагальненому вигляді отримати 11 показників видів прояву криз з урахуванням діяльності, та відповідними характеристиками їх оцінки.

У здійсненні апробації методики було охоплено майже 39 молодих людей віком від 18 до 25 років. Результати досліджень показали, що домінуючими психологічними кризами у цьому віковому періоді виявилися ті, що пов'язані з воєнним станом 43%. Другу позицію зайняли економічні та сімейні кризи 13%. На третій позиції криза, пов'язана з роботою 8%. На четвертій позиції кризи, пов'язані з харчуванням, побутом, проживанням, навчанням та епідемією з показниками по 4%. На п'ятій позиції криза пов'язана зі здоров'ям та екологією.

Що стосується специфіки вираженості зазначених криз, пов'язані з воєнним станом, то з 39 обстежуваних, 25% мають високі значення. З них за високою частотою виникнення у 64% обстежуваних. За тривалістю від 30 днів та більше у 36% обстежуваних. За характером високої емоційної напруги у 51% обстежуваних. За негативним впливом на діяльність у 41% обстежуваних.

Для того, щоб підтвердити наскільки, ці відмінності в прояві криз, за діагностованими ознаками є суттєвими, був проведений статистичний аналіз на достовірність відмінностей даних параметрів, між групами випробуваних у яких за загальним показником рівень кризи був високим, та групою у яких був низький.

Як свідчать отримані результати (дивись таблицю 1) між визначеними групами за всіма видами криз: (П1 – здоров'я, П2 – екологія, П3 – економія, П4 – проживання, П5 – харчування, П6 – побут, П7 – навчання, П8 – робота, П9 – сім'я, П10 – воєнний стан, П11 – епідемія), виявили статистично достовірні відмінності, на рівні  $P \leq 0,05$ .

Таблиця 1.

### Статистично достовірні відмінності між показниками що характеризують особливості прояву різних криз в обстежених

СП	Кризи та їх прояв																					
	П1		П2		П3		П4		П5		П6		П7		П8		П9		П10		П11	
	а	б	а	б	а	б	а	б	а	б	а	б	а	б	а	б	а	б	а	б	а	б
$\chi^2$	2,3	1,5	2,3	1,1	2,5	1,5	2,3	1,2	2,3	1,2	2,5	1,1	2,3	1,3	2,5	1,1	2,5	1,2	2,6	1,5	2,4	1,2
t	7,7		9,1		8,5		6,9		6,7		8,1		7,8		8,1		9,2		8,8		8,5	
P	2,02		2,02		2,02		2,02		2,02		2,02		2,02		2,02		2,02		2,02		2,02	

Примітка: 1) показники криз, П1 – здоров'я, П2 – екологія, П3 – економія, П4 – проживання, П5 – харчування, П6 – побут, П7 – навчання, П8 – робота, П9 – сім'я, П10 – війна, П11 – епідемія, а – високий, б – низький; 2) СП - Статистичні показники:  $\chi^2$  – середньоарифметична по рівнях, P – рівень статистичної значущості, t - значення критерію Ст'юдента.

В такому випадку ми можемо говорити що дійсно між виділеними умовно групами з високим та низьким рівнем прояву криз маєтся суттєва різниця.

Остання дає підставу говорити що запропонована методика дає можливість в певній мірі диференціювати різні види криз з урахуванням рівнів їх прояву.

Подальший кореляційний аналіз на загальні виборці відносно взаємозв'язку діагностованих показників видів криз (дивись таблицю 2), засвідчив що в структурі, провідною плеядою зв'язків виявилася економічна криза, яка тісно корелюють з побутовою, робочою, сімейною на рівні ( $P \leq 0,01$ ), та воєнною, а також епідеміологічною на рівні ( $P \leq 0,05$ ).

Таблиця 2.

**Кореляційні взаємозв'язки між частинами шкал прояву різних криз в обстежених**

Показники	П1	П2	П3	П4	П5	П6	П7	П8	П9	П10	П11
П1		0,37*	0,50**								
П2				0,36*							
П3						0,45**		0,43**	0,53**	0,40*	0,38*
П4						0,34*		0,40*	0,51**		0,38*
П5											
П6								0,56**	0,32*		0,38*
П7											
П8									0,41*		0,42**
П9											0,40*
П10											0,45**
П11											

Примітка: 1) показники криз: П1 – здоров'я, П2 – екологія, П3 – економія, П4 – проживання, П5 – харчування, П6 – побут, П7 – навчання, П8 – робота, П9 – сім'я, П10 – війна, П11 – епідемія, 2) рівні статистичної значущості: \* -  $\rho \leq 0,05$ ; \*\* -  $\rho \leq 0,01$ .

На другу позицію виходить кризи пов'язані з проживанням, які тісно корелюють з сім'єю на рівні ( $P \leq 0,01$ ), та побутом, роботою, епідемією на рівні ( $P \leq 0,05$ ).

На третю позицію виходить побут якій пов'язуються з роботою, сім'єю на рівні ( $P \leq 0,01$ ), та епідемією ( $P \leq 0,05$ ).

На четверту позицію виходить кризи пов'язані зі здоров'ям, які корелюють з економією на рівні ( $P \leq 0,01$ ), та екологією на рівні ( $P \leq 0,01$ ), а також робота, вона корелюють з епідемією на рівні ( $P \leq 0,01$ ), та сім'єю на рівні ( $P \leq 0,05$ ).

Інші види криз пов'язані між собою мають по одному зв'язку.

Ці дані певною мірою можуть вказувати що найбільший взаємовплив на прояв кризи мають ті що проявляються в економії та умовах проживанні.

Узагальнюючи отримані результати, слід зазначити, що попередня апробація запропонованої методики дозволяє певною мірою диференціювати випробуваних за проявом криз які виникають в життєдіяльності. На основі кореляційного аналізу показано що кризи досить тісно пов'язані між собою й очевидно можуть впливати одна на іншу. Було показано найбільше пов'язані кризи що виникають в побуті, роботі, сімейних обставинах, воєнним та епідеміологічним станом.

Проведене дослідження дозволило зробити попередні висновки:

1. Показано що, кризу можна розглядати як суто психологічний феномен, якій характеризує надмірний відносно тривалий стан психоемоційного напруження, котрий може призвести до суттєвого погіршення психічної діяльності в тому числі до хвороби, в наслідок не визначеності шляхів подолання життєвих перешкод.

2. Побудовано методики в виді опитувальника яка дозволяє діагностувати найбільш такі поширені кризи що пов'язані з побутом, роботою, сімейними обставинами, воєнним та епідеміологічним станом.

3. Проведена попередня апробація методики засвідчила можливість і використання для оцінки характеру прояву криз в залежності від інтенсивності, дії виразності та тривалості. Також встановити що кризи можуть бути пов'язані одна з іншою та відповідно впливати на перебіг їх протікання.

На подальше перспективним є продовження досліджень в розширені виборці випробуваних для підтвердження валідності та надійності запропонованої методики з залученням показників інших методик для діагностики особистісних особливостей як вірогідних детермінант психологічних криз у людини.

#### Література

1. Бринза І. В., Ліщина Н. В. Апробація тесту-опитувальника схильності до переживання ролівої кризи. *Наука і освіта*. № 11. 2016. С. 11–15.

2. Гайдаєнко Павло. Проблема антропологічної кризи через призму екзистенційної філософії. Матеріали VI науково-методичного міжнародного Круглого столу «Світова самоізоляція, як можливість переосмислення», Одеса (Україна) - Бенгбу (Китай). 8 червня 2021 р. С. 91-96.

3. Головка Ю. В. Кризис ответственности как проявление глобального кризиса. Издательство: МАМИ. №4 (18), т.2. 2013. С. 41-45.

4. Доценко В. В. Теоретичні підходи щодо вивчення кризових станів особистості. *Вісник Харківського національного університету*: Серія «Психологія». Харків, 2011. № 937. С. 73–76.

5. Желдунова Л. Г. Психология личностного кризиса. Автореферат. Издательство: Ярославский государственный педагогический университет. 2010. 79 с.

6. Кондрицька Г. О., Данилов Д. В. Криза та її взаємозв'язок з віковими особливостями особистості. Видавництво: *Наука і освіта*. №10. 2015. С. 68–73.

7. Моргун В.Ф. Типологія життєвих криз та ініціальних тенденцій трансформації людини на основі багатовимірної теорії особистості. *Психологія і особистість*. №2. 2016. С. 29–44.

8. Поліщук В. М. Криза входження у дорослість як перехідний період від юнацького віку до вступу у дорослість. *Практична психологія та соціальна робота*. № 9. 2012.

9. Помилуйко В. Ю. Вікові кризи в дорослому віці. Актуальні проблеми практичної психології: зб. наук. праць матеріалів III Всеукраїнської наук.-практ. конф., (Глухів, 10-12 лист. 2016 р.). Глухів: Вид-во Глухівського нац. пед. ун-та імені Олександра Довженка. С. 129–133.

10. Ракицкая Анна Викторовна. Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя. Матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції. Видавництво: Сумського державного педагогічного університету. 2018. С. 82-85.

11. Саннікова. О. П. Переживання кризи: диференціально-психологічний аналіз. *Наука і освіта*. №10. 2015. С. 16–22.

12. Титаренко Т. М. Життєва криза очима психолога. Психологія життєвої кризи. К.: Агропромвидав України, 1998. С. 8–68.

17. Чайкіна Н.О. Специфічність кризи ідентичності особистості. *Видавництво: Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка. Сборник научных докладов: Общества знаний. 2017. С. 88-90.*

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗДАТНОСТІ ЗАСВОЮВАННЯ ІНФОРМАЦІЇ В СТРЕСОВИХ СИТУАЦІЯХ ПІД ЧАС ВІЙНИ У ПІДЛІТКОВОМУ ТА ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ**

**Розіна І., Борщевська О.**

*Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»  
(м. Одеса, Україна)*

Підлітковий та юнацький вік є одним із тих періодів, коли особистість має багато приводів пережити стрес, адже у цей період відбувається професійний вибір, зміна та адаптація до нових соціальних умов і контактів, насичений навчальний процес і багато іншого. Наразі великим випробуванням для нервової системи юнаків є війна, оскільки вона є тим стресовим фактором, який виник несподівано, триває досить довго, торкається не лише однієї особи, а носить масовий характер. Тобто повинно оцінювати стан підлітків та юнаків не тільки одноособово, а й у сукупності осіб, які знаходяться в такому стані й можуть впливати один на одного з позитивного так і з негативного боку.

Також, слід відзначити, що саме в підлітковому та юнацькому віці ми бачимо великі розбіжності в станах, в яких перебувають особи: юнаки і дівчата, які залишилися в Україні чи виїхали закордон; мають осіб, яких вони опікують (діти чи родичи) тощо.

Слід зауважити, що такий фактор як стрес досі не досліджувався саме через призму воєнних дій в Україні, оскільки відомо, що менталітет має національні особливості, які формуються на генетичному рівні та надають в більшому ступеню особливості сприйняття тих чи інших ситуацій. Тому при визначенні шляхів дослідження в першу чергу необхідно досліджувати етапи сприйняття особою подій, які відбуваються під час війни. За можливості дослідити анамнез її попереднього сприйняття подій в житті взагалі, в тому числі й стресових ситуацій, які траплялися в житті до війни. Таким чином можна буде спрогнозувати чи може особа через рефлексію досягти вирівнювання свого психологічного стану чи потрібна їй буде психологічна допомога у групі чи індивідуально тощо.

Наразі майже всі освітні заклади України переведені на онлайн навчання, що зумовлено об'єктивними причинами воєнного часу. Але майже не проведено досліджень та не надано рекомендацій щодо діагностики підлітків та осіб юнацького віку відносно можливості до сприймання, вивчання та засвоювання інформації, з урахуванням нормального розумового розвитку та психоемоційного стану та аномальних станів розвитку дитини.

Розробкою проблем вивчення здатності засвоювання інформації в стресових станах міститься в працях вітчизняних та зарубіжних психологів: К. О. Абульханової-Славської, Б. Г. Ананьєва, Г. М. Андрєєвої, Е. Берна,