

УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ АЛЬФРЕДА НОБЕЛЯ

КАФЕДРА ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему:

*«Особливості особистісних трансформацій
молоді в умовах подолання кризових станів»*

Виконав: здобувач 2 курсу,
групи ПС-23-1вм
спеціальності 053 «Психологія»
Лозицька І.О.
Керівник: Волкова Н.П.
д.пед.н, проф.

Дніпро
2025 р.

АНОТАЦІЯ
кваліфікаційної роботи здобувача
Лозицької І.О.

на тему: **«Особливості особистісних трансформацій молоді в умовах
подолання кризових станів»**

Кваліфікаційна робота здобувача 2-го курсу, спеціальності 053 «Психологія» (у форматі магістр) (Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро, кафедри педагогіки та психології присвячена проблемі особливостей особистісних трансформацій молоді в умовах подолання кризових станів.

У кваліфікаційній роботі теоретично узагальнено та емпірично верифіковано особливості особистісних трансформацій молоді в умовах подолання кризових станів.

Узагальнено теоретичні й емпіричні підходи щодо проблеми особистісних трансформацій в умовах подолання кризових станів, а також здійснені аналіз та обґрунтування їх структурно-функціональних особливостей.

Виокремлено теоретичну модель дослідження місця та ролі закономірностей ініціювання особистісних трансформацій.

Розглянуто взаємодія кризових станів особистості та їх подолання.

Визначено шість інваріантів, що зумовлюють вісімнадцять ініціувальних тенденцій особистісних трансформацій, які проявляються в умовах подолання кризових станів особистості: просторово-часова орієнтація (на минуле, сучасне, майбутнє); потребнісно-вольові переживання (небезсторонність); змістовна спрямованість діяльності особистості (предмет – засіб-продукт; інша людина; процес; сам суб'єкт); рівні опанування особистістю діяльності (навчання, відображення, творчості); форми реалізації діяльності (моторна, інтуїтивна, мовленнєво-розумова); результативність діяльності (вдосконалення, застій, регресія). Саме вони постають основою типологізації ініціальних тенденцій особистості.

Визначено та підтверджено на основі проведеного емпіричного дослідження ознаки типологічних моделей ініціювання особистісних трансформацій.

Встановлено, що представники і групи кризи особистісної автономії, і групи кризи навчання, характеризуються переживанням кризи смислу життя. Встановлено, що суб'єктивними та поведінковими ознаками кризи смислу життя є: ускладнення в усвідомлюваній смисловій саморегуляції життєвого шляху; деформації переживання психологічного часу, ставлення до психологічного минулого, теперішнього та майбутнього; деформації в побудові суб'єктивної картини життєвого шляху; переживання загальної незадоволеності життям; порушення суб'єктивного контролю життя; виникнення переживання відчуження як порушення в структурі відносин особистості зі світом у картині світу; відчуття внутрішньої порожнечі, нудьги, «онтологічного шоку» як страху, безнадії та розпачу, пов'язаних із усвідомленням безглуздості існування.

Проведене дослідження не вичерпує усіх аспектів окресленої проблеми. Перспективи подальших наукових пошуків вбачаємо у більш глибокій диференціації структурних компонентів ініціювання особистісних трансформацій,

розширенні теоретико-методологічних підходів у вивченні даного психологічного феномена та прикладних аспектів його впровадження.

Отримані результати можуть бути основою для побудови нових методик кваліфікації та дослідження особливостей розвитку типів ініціювання особистісних трансформацій людини; можуть бути застосовані при розробці психологічних тренінгів і програм, спрямованих на подолання життєвих криз, розвиток та ауотрансформацію в галузі освіти, професійної орієнтації, психологічного консультування тощо.

Перелік ключових слів: особистість, кризові стани, трансформація, самоствалення, смисложиттєві кризи.

SUMMARY

Master's Degree Project of the 2-th year student, speciality «Psychology» (Alfred Nobel University, Dnipro, Ukraine, of the Department of Pedagogy and Psychology is devoted to the problem of the peculiarities of personal transformations of young people in the context of overcoming crisis conditions.

The qualification work theoretically summarizes and empirically verifies the features of personal transformations of young people in the conditions of overcoming crisis conditions.

The theoretical and empirical approaches to the problem of personal transformations in the context of overcoming crisis conditions are generalized, as well as the analysis and substantiation of their structural and functional features are carried out.

The theoretical model of the study of the place and role of patterns of initiation of personal transformations is allocated.

The interaction of personality crisis states and their overcoming is considered.

Six invariants that determine eighteen initiating tendencies of personal transformations, which are manifested in the conditions of overcoming crisis states of personality, are determined: spatio-temporal orientation (to the past, present, future); needy-volitional experiences (non-territoriality); content orientation of personality activity (subject - means-product; other person; process; the subject himself); levels of mastery of activity by the personality (learning, reflection, creativity); forms of activity realization (motor, intuitive, speech and mental); activity effectiveness (improvement, stagnation, regression). These are the basis for typologizing the initial tendencies of the individual.

The features of typological models of initiating personal transformations are identified and confirmed on the basis of an empirical study.

It has been found that representatives of both the personal autonomy crisis and the learning crisis groups are characterized by experiencing a crisis of meaning in life. It has been established that the subjective and behavioral signs of the crisis of the meaning of life are: complications in the conscious semantic self-regulation of the life path; deformations in the experience of psychological time, attitudes towards the psychological past, present and future; deformations in the construction of a subjective picture of the life path; experience of general dissatisfaction with life; violation of subjective control of life; the emergence of the experience of alienation as a violation in the structure of the personality's relationship with the world in the world picture; a feeling of inner emptiness, well, and lack of self-esteem.

This study does not exhaust all aspects of the problem. Prospects for further scientific research are seen in a deeper differentiation of the structural components of initiating personal transformations, expansion of theoretical and methodological approaches to the study of this psychological phenomenon and applied aspects of its implementation.

The results obtained can be the basis for building new methods of qualification and studying the peculiarities of the development of types of initiation of personal transformations of a person; can be used in the development of psychological trainings

and programs aimed at overcoming life crises, development and autotransformation in the field of education, vocational guidance, psychological counseling, etc.

Key words: personality, crisis states, transformation, self-attitude, meaningful life crises

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ КРИЗОВИХ СТАНІВ ТА ТРАНСФОРМАЦІЙ ОСОБИСТОСТІ	7
1.1. Визначення поняття «кризові стани»	7
1.2. Психологічні механізми подолання кризових станів	7
1.3. Особистісні трансформації в умовах кризи.....	15
Висновки до першого розділу	48
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТІ ОСОБИСТІСНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ МОЛОДІ В УМОВАХ ПОДОЛАННЯ КРИЗОВИХ СТАНІВ	48
2.1. Процедура та методи емпіричного дослідження	48
2.2. Аналіз емпіричного дослідження особливості прояву смісложиттєвої кризи в умовах іншого типу криз	58
2.3. Аналіз типологічних моделей ініціювання особистісних трансформацій в умовах подолання різних типів криз.....	66
Висновки до другого розділу	92
ВИСНОВКИ	95
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	97

ВСТУП

Обґрунтування актуальності теми. Сучасний розвиток інформаційного суспільства приносить не лише позитивні зміни у повсякденному та професійному житті, що полегшують життя людини, але й характеризується прискоренням темпу та якості життя, що призводить до підвищення суперечливості та критичного ставлення в життєдіяльності. Це впливає на життєдіяльність людини, ускладнюючи виконання поставлених завдань і реалізацію її особистісного потенціалу.

Кризові стани життя людини потребують від неї вирішення протиріч розвитку, для чого застосовуються певні стратегії й тактики подолання, які призводять до самозміни особистісної сфери.

Залишаються маловивченими закономірності ініціювання особистісних трансформацій в умовах подолання кризових станів особистості, внаслідок чого особистість розвивається, набуває нових можливостей. Одними з ключових характеристик ініціювання самозміни під час подолання кризових станів є типологічні особливості феномена ініціювання особистісних трансформацій, дослідження яких з урахуванням багатовимірного критерію розвитку є надзвичайно актуальним і з констатуючої, і з прогностичної точок зору.

Аналіз наукової літератури з цієї проблеми засвідчує, що на сьогодні недостатньо обґрунтовані теоретичні підходи до проблеми типологічних моделей ініціювання особистісних трансформацій в умовах подолання критичних станів буття. Це й зумовило вибір теми нашого магістерського дослідження «Особливості особистісних трансформацій в умовах подолання кризових станів».

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості особистісних трансформацій молоді в умовах подолання кризових станів.

Об'єкт дослідження: процес особистісних трансформацій під час подолання кризових станів.

Предмет дослідження: особливості особистісних трансформацій молоді в умовах подолання кризових станів.

Концептуальна гіпотеза дослідження полягає у припущенні, що існують певні відмінності та схожості особистісних трансформацій в умовах подолання різних типів криз (наприкладі *кризи навчання* та *кризи особистісної автономії*).

Емпіричні гіпотези:

1. В умовах відсутності або зниженого рівня ініціювання особистісних трансформацій відбувається процес самозбереження або регресу.
2. Існують певні специфічні зв'язки ініціувальних типів у стані кризи та ціннісно-сисловою сферою і самоактуалізацією особистості.

Для досягнення поставленої мети, об'єкту та предмету нами сформульовані наступні завдання:

1. Окреслити теоретичні засади щодо проблеми кризових станів та трансформації особистості;
2. Визначити психологічні механізми подолання кризових станів;
3. Розкрити значення поняття «кризові стани»;
4. Емпірично дослідити особливості особистісних трансформацій під час подолання кризових станів;
5. Інтерпретувати результати дослідження.

Методи дослідження: *теоретичні:* аналіз, синтез, порівняння, систематизація та узагальнення; *емпіричні методи:* анкетування, опитування та структурований звіт, а також застосовано методики: «Опитувальник смисложиттєвої кризи» (К. Карпинський), тест смисложиттєвих орієнтацій (СЖО) Д. Леонтєва, «Опитувальник особистісної зрілості» (М. Кроз, Л. Гозман), «Опитувальник рівня суб'єктивного контролю» (РСК) (Дж. Ротер, адаптація Е. Бажина, С. Голинкіної, А. Еткінда), «Тест-опитувальник само ставлення» (В. Столін, С. Пантелєєв); *математико-статистичні методи:* за допомогою комп'ютерної програми SPSS, а саме: факторний і кореляційний аналіз, коефіцієнти надійності-узгодженості, дисперсійний аналіз; статистичний тест ANOVA. Критеріальна валідність визначалась шляхом розрахунку кореляцій Спірмена.

Емпірична база дослідження: у дослідженні взяло участь 80 осіб віком від 18 до 25 років: 40 осіб, що відбували покарання у виправних закладах Дніпропетровської області та знаходилися в стані переживання й подолання кризи (позбавлення волі) та кризи життєвих помилок (скоєний злочин) та 40 осіб – студенти вищих навчальних закладів м. Дніпро.

Теоретико-методологічна основа роботи. У сучасних вітчизняних і зарубіжних дослідженнях проблеми кризових ситуацій життя мають різнобічну епістемологічну й етимологічну термінологію. «Кризова ситуація життя» розглядається як «подія життєвого шляху», що є для особистості поворотним етапом, на якому приймаються важливі рішення щодо подальшого життя. В інших теоріях споріднені поняття виглядають, як: «важка життєва ситуація» (Л. Анциферова), «неможлива ситуація» (К. Артемова), «ситуація соціальної нестабільності» (К. Василевська), «духовна криза» (С. Гроф), «криза» (Е. Еріксон, Д. Маттесон), «психотравмуюча ситуація» (Т. Кириленко), гуманістичний підхід до особистості, її зростання та розвитку (С. Максименко, К. Роджерс, Е. Фром). При вивченні ймовірних реакцій та дій людини при подоланні кризових станів особистості запропоновано розглядати такі їх види: «адаптаційний синдром» (Г. Сельє), «реакції людини на фруструючі ситуації за напрямом і за типом» (С. Розенцвейг), «типи реагування на конфліктні ситуації» (К. Томас), «coping behaviour» (Л. Мерфі, Р. Лазарус, А. Маслоу, Д. Амірхан, С. Фолкман, А. Каннер, А. Білінг, Р. Моос, Х. Вебер, Р. Мартон, Е. Хайм, Є. Варбан, Т. Титаренко та ін.).

Теоретична значущість. Здійснено комплексний аналіз феномена ініціювання особистісних трансформацій в умовах кризових станів як специфічного комплексу особистісних дій людини, котрі сприяють змінам в її особистісній сфері; визначено фази розвитку кризи (визрівання, переживання, подолання й трансформації).

Практична значущість. Отримані результати можуть бути основою для побудови нових методик кваліфікації та дослідження особливостей розвитку типів ініціювання особистісних трансформацій людини; можуть бути застосовані при розробці психологічних тренінгів і програм, спрямованих на подолання життєвих

криз, розвиток та аутотрансформацію в галузі освіти, професійної орієнтації, психологічного консультування тощо.

Апробація результатів дослідження. Зміст та основні результати магістерського дослідження обговорювались автором на таких *міжнародних науково-практичних конференціях*: Лозицька І.О. Сутність та процес перебігу кризового стану особистості. Практична психологія у сучасному вимірі: XV Міжнародна науково-практична конференція науковців та студентів: тези доповідей. Дніпро, 26 березня 2024 року, [Електронне видання]. Дніпро: Університет імені Альфреда Нобеля, 2024. 333 с. С. 175-177.

Структура роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаної літератури, який налічує 51 джерело. Робота містить 31 таблицю, 7 рисунків та 3 додатки. Загальний обсяг роботи 103 сторінка.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ КРИЗОВИХ СТАНІВ ТА ТРАНСФОРМАЦІЙ ОСОБИСТОСТІ

1.1. Визначення поняття «кризові стани»

Передусім розглянемо підходи до розуміння поняття «криза» в психології. «Криза (від грецьк. crisis – рішення, поворотний пункт) – характеризує стан, який породжується проблемою, що постала перед індивідом, якої він не може уникнути і яку він не може розв’язати за короткий час і звичним способом»¹. Інші автори вказують, що «життєва криза – це поворотний пункт життєвого шляху, який виникає в ситуації неможливості реалізації життєвого замислу, що склався»². Серед інших визначень поняття «криза» зустрічається також і значення «суд». Близьким до нього семантично є і поняття «критика», як вважає Ф.Ю. Василюк, спираючись на думку С.С. Аверинцева. Л.В. Сохань зазначає, що «кризи життя – це піки оновлення внутрішнього світу людини, що «знімають» кожну сформовану її якість»³. За творами І.С. Кона, термін «криза» підкреслює момент порушення рівноваги, появу нових потреб і перебудову мотиваційної сфери особистості⁴ [39; 107].

У китайській мові слово «криза» складається з двох символів, один (wei), означає небезпеку другий (ji) – можливість, що говорить про двозначність даного феномену. Кризою також можна назвати період на життєвому шляху, коли старі уявлення про цінності, ідеали, смисли та цілі поступово руйнуються. Людина змушена відмовлятися від старих уявлень і стикається з запитаннями, на які немає

¹ Гримаєв Л.П. Резервы человеческой психики: Введение в психологию активности. М.: Политиздат, 1987. С. 172 с.
² Василюк Ф.Е. Психологический анализ переживания преодоления критических ситуаций: автореф. дис. ...канд. психол. наук: 19.00.01. Москва, 1981. 18 с.
³ Жизненный путь личности / Под ред. Лидии Васильевны Сохань. К.: Наукова думка, 1987. С. 162.
⁴ Василюк Ф.Е. Жизненный мир и кризис: типологический анализ критических ситуаций. Психологический журнал. 1995. Т. 16. № 3. С. 90 -101

однозначних відповідей. Т.М. Титаренко зазначає, що «водночас життєву кризу доцільно розглядати і як рушійну силу особистісного зростання, дорослішання»⁵.

З точки зору психологічної теорії рольової поведінки «життєва криза – це перехідний період життя, коли відбувається ламання і активна зміна ролей особистості»⁶. Так, характерне для багатьох особистісних криз, прагнення «втекти від себе» – це не що інше, як прагнення людини позбутися тієї ролі, що чомусь стала причиною її дисгармонійного стану. Життєва криза характеризується неможливістю (або труднощами) засвоїти нову життєву роль, або ускладненнями з можливістю позбутися старої життєвої ролі.

Вчені порівнюють життєву кризу «зі зміною захисного панцира равлика, що росте». Захисний «панцер» людини це – система особистісних ролей, що, окрім інших, мають і адаптивну, захисну функцію. З метою сховати своє обличчя, прагнучи захистити деякі болісні сторони свого «Я» людина «надягає на себе маску»⁷.

В процесі життєвої кризи з руйнуванням ролі завжди відбувається руйнування її адаптивної захисної функції: втрата смислу життя, порушення адекватного уявлення про себе, втрата звичних форм поведінки, пов'язаної з необхідністю створювати нові поведінкові моделі (в тому числі й адаптивні), яких перед тим ще не було.

Позиція науковців полягає в тому, що кризові ситуації, які виникають у процесі життєдіяльності людини, є комплексними та зачіпають різні аспекти її існування. Тому вважається, що кризові стани особистості повинні аналізуватись на основі теорії багатовимірності особистості і потребують своєї систематизації.

«Критичні ситуації» стають «кризовими» через виявлення п'яти основних факторів у житті людини:

⁵ Титаренко Т.М. Кризова особистість у психолого-антропологічному вимірі. Соціально-гуманітарна освіта України та шляхи її розбудови, Київ: Вид-во Генеза, 1997. С. 264-268.

⁶ Психологія життєвої кризи / Відп. ред. Т.М. Титаренко. Київ: Агропром-видав України, 1998. С. 199

⁷ Психологія життєвої кризи / Відп. ред. Т.М. Титаренко. Київ: Агропром-видав України, 1998. 348 с.

1. *Фактор імовірного прогнозування* – особа оцінює ймовірність настання події на основі аналізу минулого досвіду та вважає цей ймовірність низькою або навіть нульовою.

2. *Вітальний фактор* – виникає суб'єктивне відчуття неможливості жити або існувати в даній ситуації, і людині здається, що вона не зможе подолати ці умови.

3. *Когнітивний фактор* – відсутність необхідних знань, умінь та навичок для життя в даній ситуації, неможливість використовувати існуючі когнітивні схеми.

4. *Поведінковий фактор* – відсутність сформованих моделей поведінки.

5. *Екзистенційний фактор* або відчуття втрати смислу, «екзистенційний вакуум».

На думку авторів, на більш високому рівні узагальнення ці ситуації поєднують, в першу чергу, симптоматика деформації часової перспективи особистості, коли майбутнє втрачає свою позитивну валентність, теперішнє стає хаотичним, а минуле перестає бути ресурсом для продуктивної життєтворчості⁸.

Існують кілька точок зору на природу виникнення і протікання життєвої кризи. Такі автори, як Е. Ліндемман та Ж. Каплан⁹ вважають, що життєва криза виникає як емоційна реакція людини на загрозову ситуацію, коли виникають суттєві перешкоди в процесі досягнення життєво важливих цілей, котрі неможливо подолати звичними засобами. Криза також може виникнути і в умовах, що зовні виглядають нібито цілком спокійними.

Ф.Є. Василюк вважає, що причиною кризи може бути як певна подія чи ситуація, так і загострення існуючих (або виникаючих) особистісних протиріч. Життєва криза починається з визрівання і розгортання боротьби протилежних мотивів у процесі втілення життєвої програми, замислу і сягає свого піку тоді, коли індивід продовжує гостро відчувати актуальність свого ще не реалізованого

⁸ Носенко Е.Л. Походження, зміст та форми виявлення гумору як ресурсу психологічного подолання. Вісник Дніпропетр. ун-ту. Сер. Педагогіка та психологія. Дн-ськ, 2004. № 7. С. 22-31.

⁹ Линдемманн Э. Клиника острого горя. Психология эмоций. под ред. В.К. Вилюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтер. М.: Изд-во МГУ, 1984. С. 212-19.

замислу і в той же час він впевнений в неможливості його реалізації в майбутньому. Цей процес має таку послідовність: стрес, фрустрація, конфлікт, криза¹⁰.

Перегляд різних психологічних джерел дозволяє ідентифікувати шість різних психологічних моделей внутрішньоособистісного конфлікту, які можуть спричинити виникнення кризових ситуацій: психоаналітична, когнітивна, гуманістична, рольова, вікова, мотиваційно-сміслова.

Розбіжності, які викликають життєві кризи, можна розділити на наступні категорії:

- 1) розрив між бажанням життя та його дезактивізацією;
- 2) суперечність між старим і новим (включаючи конфлікти в творчості, сімейних зв'язках, між батьками та дітьми, між задумами про революційні зміни та їх реалізацією);
- 3) моральні суперечності в одній особі, між особистими переконаннями та моральними зобов'язаннями, добротою та обманом, правдивістю та безтурботністю тощо;
- 4) невизначеність, подвійність взаємин з оточуючими, недолік задоволення потреби у спілкуванні та розумінні¹¹.

Т.М. Титаренко говорить, що у стані кризи одночасно співіснують дві взаємопов'язані суперечливі тенденції: з одного боку, це консервативна здатність отримувати якісні зміни, як позитивні, так і негативні, а з іншого – наявність потенційних внутрішніх можливостей долати це стримування, виходити на новий рівень життя навіть ціною певних втрат і страждань. Переважання однієї з цих тенденцій значною мірою виявляється залежним від випадкового флуктуаційного впливу у кульмінаційний момент кризових переживань¹².

З точки зору змісту і характеру психологічних проблем чи життєвих обставин, що спричинили кризову ситуацію, а також особистісних ролей, що виникають, розвиваються і зникають П.П. Горностаєв виділяє кілька типів життєвих

¹⁰ Василюк Ф.Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. 200с.

¹¹ Абульханова-Славская К.А. О путях построения типологии личности. Психологический журнал. Том 4. № 1. 1983.

¹² Титаренко Т.М. Кризова особистість у психолого-антропологічному вимірі. Соціально-гуманітарна освіта України та шляхи її розбудови, Київ: Вид-во Генеза, 1997. С. 264-268.

криз: кризи становлення особистості, кризи здоров'я, термінальні кризи, кризи значущих стосунків, кризи особистісної автономії, кризи самореалізації, кризи життєвих помилок.

Кризовий стан, що характеризується соціальною і когнітивною безструктурністю визначається поняттям лімінальності (В. Тернер). Прояв лімінальності (лімінал – людина переходу, порогу, межі) неодмінно включає цілий ряд ознак, серед яких головними є фізична слабкість, хворобливість, виснаженість, відсутність певної позиції у градації соціальної ієрархії (відсутність будь-якого соціального статусу), нещасливі, невдалі любовні взаємини, своєрідне інтуїтивно-індуктивне мислення, присутність теми смерті як суттєвої (символічне помирання, коли людина вся у власних переживаннях і не здатна виконувати свої соціальні функції). “Лімінальні істоти, – пише В. Тернер, – ні тут, ні там, ні те, ні се, вони в щілинах і проміжках. Їхні амбівалентні властивості виявляються великою різноманітністю символів, і лімінальність часто уподібнюється до смерті, утробного існування, не показовості, темряви, середньої статі, пустелі, затемнення Сонця і Місяця”¹³. Отже, лімінали, як люди переходу, являють собою неврівноважену систему, а лімінальність – стан переходу і кризи. Це якість життя певних верств соціуму, але одночасно – це властивість перехідних періодів життя будь-якого члена суспільства під час життєвої кризи.

Розуміння “життєвої кризи” в психології має досить різноманітну направленість залежно від змісту, характеру психологічної проблематики. Але смислове навантаження різної термінології і класифікації має однорідну структуру, а процес перебігу кризового стану та зміни, що відбуваються у психіці людини під час його протікання тотожні при будь-якому різновиді кризи.

У кризовій ситуації особистість стає все більш неврівноваженою, набуваючи загостреної чутливості до зовнішніх впливів. Це так звана “резонансна чутливість” або сенситивність¹⁴. Слабкі сигнали на вході системи можуть породжувати значні відгуки, а іноді призводити до несподіваних ефектів. Система в цілому, як зазначає

¹³ Turner V. The Forest of Symbols: Aspects of Ndembu Ritual. Cornell University Press; First Edition. 1970. p.81

¹⁴ Особистісний вибір: психологія відчаю та надії / За ред. Т.М. Титаренко. К.: Міленіум, 2005. 336 с.

I. Пригожин, перебудовується таким чином, що її поведінка стає непередбачуваною. Криза життя починається з назрівання та розгортання боротьби протилежностей в процесі здійснення життєвої програми, замислу та досягає апогею, коли людина гостро відчуває актуальність для себе замислу, що зірвався, та упевнена в неможливості його реалізації¹⁵. Усвідомлення такої ситуації супроводжується глибоким заглибленням людини в її переживання, суб'єктивною зупинкою часу та різким обмеженням суб'єктивного простору життєтворчості.

Л.В. Сохань зазначає, що життєва криза особистості почасти приводить людину до бездіяльності, зупинки на деякий час життя, перетворення її з діалектики на метафізику, перекриває джерело активності людини, яке міститься в суперечності її життя. Все бачиться в темному світлі, зникають протилежності. Рух протилежностей в кризі можна розбити на кілька етапів: 1) існування в антагонізмі; 2) випадіння однієї з них (власне криза); 3) знаходження нової протилежності в кризі¹⁶.

Динаміка перебігу кризи характеризується певними етапами: 1) початковий період, 2) період накопичення напруги, 3) критичний період, або період «гострих» переживань, 4) період виходу (прийняття рішення з наступною стабілізацією). Кожен з цих етапів характеризується своїм специфічним змістом та вираженими формами поведінкових реакцій¹⁷. Переживання ж життєвої кризи відбувається за трьома стадіями: від найлегшої до найглибшої, які мають свої особливості переживання.

Отже, в психологічній літературі існує достатньо багато різних підходів до розуміння поняття “криза”. Саме переживання людиною життєвої кризи є досить різноманітними і зачіпають усі рівні її буття: ментальний, емоційний, фізичний, поведінковий. Усі психогенні порушення, що виникають під час цього можуть минути внаслідок оптимального вирішення кризового стану.

¹⁵ Жизненный путь личности / Под ред. Л.В. Сохань. К.: Наукова думка, 1987. 280 с.

¹⁶ Жизненный путь личности / Под ред. Л.В. Сохань. К.: Наукова думка, 1987. 280 с.

¹⁷ Санникова О.П. Психологический портрет кризисной личности. Вісник Харківського університету. Серія Психологія. 2000. № 498. С. 115-121.

1.2. Психологічні механізми подолання кризових станів

Кризовий стан особистості потребує від людини залучення психологічних ресурсів з метою відновлення гомеостазу, що порушився. Для цього використовуються відповідні стратегії в межах власних можливостей, що призводять до трансформації особистісної сфери та виходу з кризового стану.

На думку Ф.Є. Василюка, життєва криза, як правило, не може бути розв'язана виключно у предметно-практичній і пізнавальній діяльності, в цьому можуть допомогти тільки процеси переживання, тобто подолання, які мають певну специфіку, а саме – подолання травмуючої ситуації: “Переживання ми розуміємо як специфічну діяльність, особливу роботу з перебудови психологічного світу, яка спрямована на встановлення смислової відповідності між свідомістю і буттям, загальною метою котрої є підвищення рівня усвідомлення життя”¹⁸.

Переживання, як діяльність, реалізується як зовнішніми, так і внутрішніми діями. Зовнішні дії сприяють переживанню не прямо, через досягнення якихось предметних результатів, а через зміну свідомості суб'єкта і його психологічного світу взагалі. При цьому реакція подолання повинна формуватися з урахуванням резервів та потенційних можливостей особистості.

Зарубіжні дослідники для позначення терміна “психологічне подолання” використовують термін “coping”, або “coping behaviour”, розуміючи під ним індивідуальний спосіб взаємозумовленості людини і ситуації відповідно до її власної логіки, ваги в житті суб'єкта та його психологічних можливостей¹⁹. В німецькій психології вживається аналог копінгу – “bewältigung” (подолання) та “belastungsverarbeitung” (переробка навантажень), що свідчить про змістовну спорідненість психологічних термінів. Вважається, що головне призначення coping зводиться до того, щоб якнайкраще адаптувати людину до вимог ситуації, що дозволить їй оволодіти цією ситуацією, послабити або пом'якшити ці вимоги,

¹⁸ Василюк Ф.Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. С. 30.

¹⁹ Aycocock K.J. Coping resources, coping styles, mastery, social support, and depression in male and female college students. Dissertation, Georgia State University, 2011. 88 p.

намагатися уникнути або звикнути до них і таким чином погасити стресову дію ситуації. У системі адаптивних реакцій людини копінг-механізми тісно пов'язані з механізмами психологічного захисту, але вони є активними, більш усвідомленими зусиллями людини, що направлені на оволодіння ситуацією або проблемою²⁰.

Психологи, котрі досліджують проблему психологічного подолання, вказують про існування стійких механізмів психологічного подолання. Їх називають «функціональний орган», чи механізм переживання, котрий раз склавшись, може стати одним зі звичних засобів розв'язання життєвих криз в різноманітних ситуаціях.

Існує тривимірна психологічна модель процесу подолання життєвих криз О.Д. Донченко та Т.М. Титаренко²¹. За нею перший вимір характеризує психологічний захист, що захищає індивіда від усвідомлення небажаних та небезпечних змістів, знімаючи таким чином тривогу та напругу. Людина, котра зупиняється на даному рівні починає боятися всього, що може змінити її становище та викликати почуття небезпеки. Другий вимір адаптації, потребує певного життєвого досвіду для пристосування до нових незвичних умов. Існування за таких умов потребує перебудови свідомості, критичного осмислення ситуації та задіяння певних особистісних якостей. Третій вимір, або справжнє оволодіння ситуацією визначається потребою в активній свідомій зміні кризової ситуації та включення творчого потенціалу особистості. Саме на цьому рівні відбувається розширення свідомості та якісна трансформація особистості.

Вікові особливості форм психологічного подолання труднощів мають свої закономірності. Так у підлітковому та юнацькому віці переважають емоційні форми подолання. Проблемно орієнтовані, інструментальні форми подолання складних ситуацій характерні переважно для зрілого віку. Специфічна риса подолання для людей похилого віку – духовно-релігійні форми опору життєвим випробуванням.

²⁰ Зайва О.О. Особливості використання почуття гумору як ресурсу психологічного подолання : автореф. дис... канд. психол. наук : .19.00.01. Харків, 2006. 19 с.

²¹ Донченко Е.А. Личность: конфликт, гармония. К.: Политиздат Украины, 1989. 185с.

Статеві відмінності психологічного подолання обумовлені статево-рольовими стереотипами: жінки та фемінні чоловіки схильні до психологічного захисту та емоційного вирішення проблеми, а маскулінні жінки і чоловіки схильні діяти інструментальним чином, шляхом перетворення наявної ситуації. При цьому жінкам властиво у разі виникнення труднощів у будь-якій сфері (сімейних, виробничих, міжособистісних стосунках) шукати соціальної підтримки, а чоловіки прагнуть змінити конкретну ситуацію²².

Типи (модальності) копінг-механізмів можуть проявлятися в когнітивній, емоційній і поведінковій сферах особистості людини²³.

Вченими доведено, що рівень розвитку інтелекту значно впливає на подолання кризових станів особистості. Так, «досліджувані з високими показниками рівня інтелекту виступали в подіях власного життя активними суб'єктами, в той час, як діти з низьким частіше пасивними спостерігачами подій»²⁴.

У рамках розгляду стратегій подолання та ініціювання особистісних трансформацій важливе місце займає прогностична компетентність особистості.

Отже, види психологічного подолання, визначаються суб'єктивним значенням ситуації, що переживається, і відповідають переважно одній із задач – розв'язанню реальної проблеми або її емоціональному переживанню, корекції самооцінки або регулюванню взаємовідносин з людьми.

У зарубіжній психологічній літературі також не існує загально визначеної класифікації типів психологічного подолання – вони виділяються дослідниками досить довільно. Проте вважається, що більшість із них побудовано навколо двох запропонованих Лазарусом і Фолкманом модусів психологічного подолання, спрямованого на 1) розв'язання проблеми, 2) зміну власних установок у ставленні до ситуації²⁵.

²² Коpecь Л.В. Психологія особистості: Навч. посібник. К.: Вид. дім Києво-Могилянська академія, 2007. 460с.

²³ Бондаренко О.Ф. Психологічна допомога особистості. Харків: Фоліо, 1996. 237с.

²⁴ Назарук О.М. Вікові особливості розуміння особистого досвіду. Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. Київ, 2004. 213 с.

²⁵ Frydenberg E. Coping Competencies. Theory into Practice. 2004. Vol. 43. № 1. P. 14-22.

А. Білінг і Р. Моос пропонують для розгляду три способи психологічного подолання: оцінка ситуації, втручання в ситуацію, уникнення. Останній спосіб може мати свої “гілки” – певні утворення, як наприклад самообман. Схожу ситуацію змальовує і П. Віталіано, котрий виділяє три способи емоційно-орієнтованого психологічного подолання (поряд із проблемно орієнтованим подоланням). Це самозвинувачення, яке виражається в самокритиці, повчанні самого себе; уникання, коли людина поводить ся так, ніби нічого не сталося; бажане тлумачення – марні сподівання, коли людина чекає на чудо.

Х. Вебер вважає, що основний репертуар способів психологічного подолання включає такі форми: 1) реальне (поведінкове або когнітивне) розв’язання проблеми; 2) пошук соціальної підтримки; 3) перетлумачення ситуації на свою користь; 4) психологічний захист і відторгнення проблем; 5) уникнення та ухилення; 6) співчування до самого себе; 7) зниження самооцінки; 8) емоційну експресію²⁶.

Для успішного подолання життєвих криз та розв’язання інших важких життєвих ситуацій особистість мусить сформувати чи розвинути в собі “метастратегічні техніки” життя. Одна з них – це здатність передбачати і відвертати важкі ситуації, блокувати виникнення негативних подій²⁷. Інша узагальнена техніка реалізується в здатності своєчасно розпізнавати неможливість розв’язання деяких життєвих проблем і вміння сконцентрувати свої зусилля навколо інших, не менш нагальних проблем.

Т.М. Титаренко визначає найбільш поширені стратегії опанування²⁸: дистракція (відволікання), релаксація, перевизначення ситуації, прийняття, емоційне відреагування, пошук підтримки та ін. Серед технік і прийомів існування в складних життєвих умовах можна виділити конструктивні, неконструктивні та самовражаючі.

²⁶Weber H. Breaking the rules: Personal and social responses to coping normviolations. *Anxiety, Stress and Coping: An International Journal*. 2003. Vol. 16. № 2. P. 133–153.

²⁷ Анцыферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита. *Психологический журнал*. 1994. Т.15. №1. С.3-18.

²⁸ Психологія життєвої кризи / Відп. ред. Т.М. Титаренко. К.: Агропром-видав України, 1998. 348с.

У руслі вивчення потенціалу індивідуального буття людини І.П. Маноха пропонує типологію потенціальних ознак долання людиною критичних станів буття, розроблену на основі типології онтологічних форм потенціальності²⁹. Для цього використовувалися чотири основні ознаки: психологічної обумовленості буттєвих характеристик (потенціал природжений, потенціал набутий); перспективності індивідуального розвитку (потенціал прогресивний, статичний, регресивний); продуктивності саморозвитку (потенціал конструктивний, нейтральний або деструктивний); цілісності розгортання індивідуальної сутності “Я” (потенціал довершений або недовершений). Так можна розглядати такі типи потенціалів долання критичних станів: 1) природжений, прогресивний, конструктивний, довершений; 2) природжений, статичний, нейтральний, недовершений; 3) природжений, регресивний, деструктивний, недовершений; 4) природжений, прогресивний, нейтральний, недовершений; 5) набутий, прогресивний, конструктивний, довершений; 6) набутий, статичний, нейтральний, недовершений; 7) набутий, регресивний, деструктивний, недовершений. Далі змістовно характеризуються: перший тип, як “активний творець буття”; другий тип, як “схованка власного «Я»”; сьомий тип, що метафорично позначається “спалахнути, щоб загинути у полум’ї”, та ін.

Під час застосування різноманітних шляхів із подолання критичної ситуації індивід звертається до свого попереднього досвіду. Як зазначає О.М. Лактіонов: “саморегуляція життєвої активності неможлива без опори на індивідуальний досвід. В умовах високої невизначеності зовнішніх факторів регулювання роль досвіду особливо зростає”³⁰. О.М. Лактіонов у вивченні досвіду вводить поняття “особистісний інтерпретаційний комплекс”, який є полімодальною сукупністю самооцінок, оцінок, суджень, думок, установок, що формуються за допомогою суб’єктивних раціоналізацій та узагальнень за підтримкою і згодою навколишніх. Забезпечуючи життєдіяльність людини в умовах кризи відбувається “... трансформація особистісного досвіду у виді прояву деяких фіксованих форм

²⁹ Маноха І.П. Психологія потаємного “Я”. К.: Поліграфкнига, 2001. 448 с.

³⁰ Лактіонов О.М. Структурно-динамічна організація індивідуального досвіду. Дис. ... доктора психол. наук: 19.00.01. Харків, 2000. 418 с.

адаптації особистості до перехідного періоду”³¹. Розглянемо дві стратегії адаптивного поведіння: зануреність (залученість) – характеризується високим рівнем прийняття ситуації, незалежно від того, до якого досвіду вони відносяться (поняття ввів Ж.П. Сартр як якість, похідну від “закинутості” людини в світ); конкуренція – визначається рівнем пріоритетності старого чи нового досвіду в оцінці себе й інших у тій чи іншій ситуації. Нігілізм же фактично постає низькою зануреністю.

У широкому розумінні можливі два шляхи трансформації особистісного досвіду та виживання людини: 1) прийняття й утримання нового і старого – стратегія “і/і”; 2) відстоювання одного з видів досвіду і дискредитація іншого – стратегія “або/або”.

При аналізі особистісного потенціалу розв’язання складних життєвих ситуацій необхідно враховувати загальний стиль життя людини, взаємозв’язок індивідуально-психологічних властивостей особистості. Наприклад, А. Кронік та Р. Ахмеров виділяють такі стилі життя індивіда, як: діяння, споглядання, гедонізм та аскезу³².

Стиль взаємодії особистості з життєвими обставинами (з життям у цілому) за А.В. Лібнім можна охарактеризувати за допомогою таких біполярних параметрів³³:

- 1) А (+) адаптивність (синхронність, відповідність вимогам середовища); А (-) дезадаптивність (невідповідність вимогам середовища);
- 2) К (+) збалансованість структури індивідуальності з позитивним компенсаторним ефектом; К (-) дисбаланс у структурі індивідуальності за наявності гіперкомпенсації чи гіпокомпенсації;
- 3) О (+) оптимальність (адекватна вартість затрат – фізіологічних, психологічних тощо – на досягнення цілі); О (-) хаотичність (затрати непорядковані та їх вартість не відповідає важливості досягнутої цілі).

³¹ Лактіонов О.М. Структурно-динамічна організація індивідуального досвіду. Дис. ... доктора психол. наук: 19.00.01. Харків, 2000. 418 с.

³² Малкіна-Пых И.Г. Возрастные кризисы взрослости. М.: Изд-во Эксмо, 2005. 416 с.

³³ Копець Л.В. Психологія особистості: Навч. посібник. К.: Вид. дім Києво-Могилянська академія, 2007. 460с.

Приблизно з 1980-х років більшість зарубіжних дослідників зійшлися на доцільності опису здатності до адаптації в умовах травматичного стресу метафорою „психологічна еластичність (пружність)" („psychological resilience")³⁴. З еластичністю пов'язані такі синоніми, як пружність, міцність, загоєння, відновлення, лікування.

Аналіз психологічних англomовних джерел показав, що під цим терміном розуміють не тільки відбудовний процес, але і процес захисту від травми, процес адаптації до травматичних ситуацій, екстремальних умов, здатність долати життєві стреси і підтримувати стабільний стан і ефективність соціального функціонування в умовах травматичного стресу. Еластичність – це функція чи якість нашої свідомості. Свідома участь людини в розвитку власної еластичності пов'язана зі: 1) зміною власного образу; 2) зміною сприймання дійсності³⁵.

А. Shatte і К. Reivich стверджують, що підвищити еластичність можна шляхом зміни того, як людина осмислює проблему. Автори виокремили 7 факторів еластичності: відсутність надмірної самокритики і негативних „Я-образів"; можливість свідомого управління поведінкою в будь-якій кризовій ситуації; уміння впоратися з горем і занепокоєнням; уміння переборювати перешкоди у відносинах, родині, на роботі; уміння досягати кращого фізичного здоров'я; уміння підтримувати оптимізм; уміння використовувати позитивні шанси, що дає життя³⁶.

О.О. Зайва, як ресурс психологічного подолання, досліджує почуття гумору³⁷.

Є.О. Варбаном було виділено чотири типи стратегій подолання життєвих криз³⁸: психологічний захист, самовдосконалення, смисло- і ціле- утворення, подолання за допомогою інших.

³⁴Розов В. Адаптивні здібності людини в умовах травматичного стресу. Соціальна психологія. № 3(17). 2006. С. 108-120.

³⁵ Roisman G. Conceptual Clarifications in the Study of Resilience. American sychologist, 2005. Vol 60(3). P. 264-265.

³⁶ Shatte A. The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles. N.Y.: Broadway, 2002. 272р.

³⁷ Зайва О.О. Особливості використання почуття гумору як ресурсу психологічного подолання: Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Харків, 2006. 191 с.

³⁸ Варбан Є.О. Стратегії і прийоми психологічного подолання життєвих криз особистості. Практична психологія та соціальна робота. 1998. № 8. С. 7-9.

Є.О. Варбан, як один із можливих способів ефективного подолання кризових ситуацій, який можна застосовувати під час пошуку виходу з кризи, пропонує “попереднє планування своїх дій”.

Цікавими є стратегії засобів адаптації до кризових умов у суспільстві в межах однієї культури, запропоновані Р. Мартоном³⁹. Вони розглядаються в соціологічній площині, але проявляються в житті кожного індивіда: 1) підкорення – прийняття цілей індивідами, що визначаються певною культурою і прийняття інституціоналізованих засобів; 2) інновація (оновлення) прийняття даних цілей і засобів; 3) ритуалізм – усунення цілей і прийняття засобів; 4) ретритизм (втеча від життя) – усунення і цілей, і засобів; 5) бунт – заміна старих цілей і засобів новими способами їх реалізації.

У будь-якому разі, в процесі подолання життєвої кризи особистості в її поведінковій стратегії здійснюється переосмислення цінностей і самої ситуації кризи, що дає можливість знайти в ній нове бачення проблеми і зробити крок в бік конструктивного розв’язання проблеми. Такі поведінкові стратегії пов’язані з активізацією вольових зусиль індивіда навіть тоді, коли вирішити проблему здається неможливим.

Загалом можна зазначити, що подолання кризових ситуацій особистістю відбуваються на таких рівнях: інтелектуальному (когнітивному), емоційному, поведінковому та соціально-психологічному та має свій особистісний профіль подолання. Існують також вікові, соціальні, етнічні та статеві (гендерні) відмінності психологічного подолання, які суттєво відрізняються між собою. В будь-якому разі людина застосовує різні стратегії і тактики при вирішенні проблеми, але всі вони зводяться чи до перетворення ситуації, чи до пристосування до неї (хоча існує і третій шлях – втечі, який, на нашу думку, не є конструктивним). Але, безумовно, людина не залишається такою, якою була до кризи, змінюється її внутрішній світ, адже в нього включається новий життєвий досвід, відбувається трансформація різних структур особистості. Важливим процесом є й

³⁹ Пилипенко Н.М. Адаптація особистості до життєвої кризи. Журнал практикуючого психолога. 2000. Вып. 6. С. 140-148.

започаткування змін особистості під час подолання, що веде до контрольованого процесу трансформації та гармонізації психічного світу людини.

1.3. Особистісні трансформації в умовах кризи

Проблема вивчення особистісних змін внаслідок подолання людиною життєвої кризи – має свої власні мало досліджені теоретичні та практичні аспекти. Один з них полягає у встановленні об'єктивно-достовірних критеріїв зміни особистості, зокрема – якими засобами можна виміряти дані зміни, адже відомо, що поведінка, яка вимірюється за допомогою психодіагностичної техніки, має велику варіативність⁴⁰. Саме тому необхідно ґрунтовно розглянути даний феномен трансформації в його багатогранному прояві.

Трансформація (від лат. *transformatio* – перетворення) – процес розвитку особистості, в ході якого вона набуває цілісності і завершеності⁴¹. Синонімами трансформації є також такі поняття, як: зміна, перетворення, модифікація, метаморфоза, оновлення, конверсія, пертурбація, трансфігурація тощо.

Науковці пропонують розглядати трансформацію як процес породження, в ході якого відбувається психічна робота особистості з перетворення початкового змісту в трансформовану предметність.

Робота трансформації має свою власну структуру: 1) предмет (або об'єкт) трансформації; 2) робота трансформації; 3) трансформер – трансформований предмет (або об'єкт); 4) темпоральність; 5) транзитор; 6) псигеменос; 7) трансформаційний виток; 8) трансформаційна гілка⁴². Розглянемо кожен елемент структури:

⁴⁰ Пилипенко Н.М. Адаптація особистості до життєвої кризи. Журнал практикуючого психолога. 2000. Вып. 6. С. 140-148.

⁴¹ Психологія особистості: Словник-довідник / За ред. П.П. Горностая, Т.М. Титаренко. К.: Рута, 2001. С. 137.

⁴² Магомед-Эминов М.Ш. Трансформация личности. М.: Психоаналитическая Ассоциация, 1998. 496 с.

- *Предмет* трансформації є початковим, начальним предметом, об'єктом, станом, ставленням, явищем, що підлягає трансформації, тобто дещо, що підлягає перетворенню або знаходиться в перетворенні.

- *Трансформер* (трансформований предмет) є результатом, наслідком, продуктом трансформації, трансформером – перетвореним об'єктом. У ньому як в результаті продовжують своє існування його передумови.

- *Робота* трансформації – це процес перетворення початкового предмету в трансформований. Час трансформації має темпоральний аспект, вона відбувається у часі і з часовими змістами (направленість на актуальний момент, минуле чи майбутнє). В процесі роботи трансформації відбувається актуалізація деякого потенціалу феномену – перехід несвідомого змісту в свідомий стан, реалізація раніше неусвідомленої спонуки, актуалізація незадіяного потенціалу, пробудження глибинних сил та ресурсів.

- *Психеменос* – область реальності, в якій відбувається трансформаційний процес. Зони інтенсивного трансформаційного процесу називаються турбулентними зонами (так само як на спокійній гладі ріки появляються вируючі воронки). Турбулентна зона – це область особистості, котра охоплена психологічним конфліктом або процесом росту.

- *Транзитор* – це проміжний стан трансформаційного об'єкту, котрий відрізняється як від стану початкового матеріалу, так і від продукту перетворення. Це обумовлюється існуванням різнонаправлених процесів перетворення, багаторівневої роботи особистості, існуванням точок зміни напряму перетворення та градацій повноти, зрілості становлення явища. У зв'язку з тим, що трансформація є живий неперервний процес становлення, а не різко оформлений перехід з одного стаціонарного стану до іншого, в широкому значенні трансформер транзитний, особливо, коли він взятий як проміжний об'єкт двох трансформаційних витків (циклів). У вузькому значенні транзитор належить до одного трансформаційного витка. Трансформація відбувається, метафорично кажучи, за спіраллю, тому складається з неперервно пов'язаних витків, кожен з

котрих повторює трансформаційний цикл на іншому рівні, або площині, психічної реальності.

- *Трансформаційні гілки* являють собою два субпроцеси трансформації, котрі розрізняються своєю направленістю. Перший – висхідна трансформація, яку можна описати як: народження, повернення, оновлення, становлення, отримання повноти, досягнення завершеності, прогрес тощо. Другий – низхідна трансформація найбільш точно передається як: зникнення, втрата, захід, вмирання, деактуалізація, регрес тощо. Ці два процеси можуть йти паралельно, зливаючись один з одним, взаємно перетинаючись, або послідовно.

М.Ш. Магомед-Емінов розглядає два види трансформації: екзотрансформацію, котра функціонує неперервно та є носієм психічної роботи особистості, функціонально-динамічним аспектом її буття, коли психічний зміст з глибин психіки направляється на поверхню, потім втягується знову в глибини, але вже збагачений новим змістом реальності. Аналогією цього виду перетворення може служити приклад символічної трактовки перетворення в алхімії, де трансформаційний процес уподібнювали зміні темної ночі (нігрето) сріблястим світанком (альбедо), що переходить, у свою чергу, в ярке сонячне світло (рубедо). В дійсності цикл на цьому не завершується, він повторюється в зворотній послідовності, задаючи своєрідну антитрансформацію. Другий вид трансформації, або ендотрансформація відповідає переродженню складу особистості, її структури та характеру. Ендотрансформація – це трансформація особистості, коли особистість перетворюється з однієї цілісності в іншу або досягає більшої зрілості, повноти самоздійснення, самореалізації⁴³

Трансформація психічних станів і властивостей особистості здійснюється в полі напруги необхідного (актуального, реального) – причинна детермінація, і можливого (потенційного, ідеального) – цільова детермінація. Психометрична ідентифікація початкового і бажаного (потенційно можливого) станів і властивостей суб'єкта проводиться діяхронно. Причому, для виникнення мотивації саморозвитку суб'єкт трансформації повинен послідовно усвідомити необхідне і

⁴³ Магомед-Эминов М.Ш. Трансформация личности. М.: Психоаналитическая Ассоциация, 1998. 496с.

можливе, тобто зміряти, виразити, об'єктивувати в зовнішніх образах актуальний (необхідне) стан і бажаний (можливе) стан або властивість (образ-проект ідеальної мети). Опосередковане образами психічних станів (властивостей), що об'єктивувалися, усвідомлення розузгодження необхідного і можливого виступає як мотив саморозвитку, що запускає процес направленої трансформації суб'єкта: від початкового – до бажаного (або потрібного).

У загальному випадку сила мотивації самозміни прямо пропорційна напрузі трансформації, тобто відстані між образами вихідного (початкового) стану суб'єкта і кінцевого (проектованого, потрібного, бажаного) стану, що об'єктивувалися, і назад пропорційна психічній резистентності суб'єкта трансформації: $Q = k * U(S_0, S_1) / RS$, де Q – сила мотивації самозміни; $U(S_0, S_1)$ - напруга трансформації; S_0 – образ вихідного (початкового) стану суб'єкта, що об'єктивувався; S_1 – образ кінцевого (проектованого, потрібного або бажаного) стану суб'єкта, що об'єктивувався; RS – психічна резистентність (ригідність) суб'єкта трансформації; k – коефіцієнт пропорційності.

Формально (чисельно) відстань між образами визначається в просторі можливих значень параметрів психічних станів або властивостей суб'єкта, а психологічна резистентність до змін (або ригідність) вимірюється відповідними психодіагностичними методиками. В процесі опосередкованої трансформації психічних станів і властивостей особистості виникає розузгодження ідеальної мети (заданою в просторі потенційно можливих станів і властивостей) і реального результату трансформації, яке розглядається в теоретичній моделі як мотивуючий чинник саморозвитку суб'єкта, тобто виконує регулятивну психічну функцію. Усвідомлена оцінка цього розузгодження включається в контур інформаційного психометричного зворотного зв'язку, забезпечуючи циклічність і цілеспрямованість розвитку суб'єкта.

Таким чином, причини можливих змін, що відбуваються в системі, виходять від характеру внутрішніх взаємодій між її елементами. Тим самим процес незворотних змін в системі перетворюється в направлений процес розвитку. При цьому особливими властивостями системи, що розвивається, виступають її ознаки

відповідності. Сенс відповідності полягає в тому, що взаємодія елементів “співвідноситься” один з одним та “узгоджується” з тими можливостями загального, котрі реалізуються найбільш повним чином та укріплюють її структуру і функції.

Індивідуальність поведінкових тенденцій в процесі подолання життєвої кризи проявляється в залежності від типу протікання особистісної кризи. Ф. Мюллер виділяє три типи наслідків протікання особистісної кризи:

1) особистісна криза призводить до інтеграції раніше витісненого і відкинутого досвіду усвідомлення “Я-концепції” і суб’єкта, пари партнерів і соціальних груп; 2) особистісна криза призводить до посилення попередньої “Я-концепції”, на яку впливає об’єктивна дійсність і новий життєвий досвід; 3) особистісна криза призводить до руйнування існуючого уявлення про себе і позбавляє здатності діяти⁴⁴.

Особистісна трансформація відбувається під час певних життєвих обставин, котрі призводять до змін. Вчені класифікують ці життєві події на такі види (Р. Біернакі, Х. Еба, Р. Лазарус)⁴⁵: 1) подія – “остання крапля” (“last straw”), коли відбувається накопичення негативного досвіду у поєднанні з особливими зовнішніми обставинами; 2) подія – екзистенційна криза, або така крапка (“rock bottom”), котра визначає найнижчий рівень людського життя, коли індивід повинен прийняти кардинальне життєве рішення, пов’язане з сильними емоційними переживаннями; 3) подія – “тепер або ніколи” визначає настання часу для змін; 4) подія – “вибачення” або “виправдання” для змін; 5) подія – “неподія”, коли очікувані події в кінцевому випадку не трапляються.

Процес особистісної трансформації має певну тривалість у часі та відбувається в кілька стадій. Так М. Фергусон виділяє чотири стадії або етапи особистісної зміни. Перша стадія, або “точка входження” трапляється практично раптово. Входження може бути задіяне будь-якою подією, котра розбурхує уявлення про світ, які вже віджили, старі цінності та пріоритети. Друга стадія –

⁴⁴ Пилипенко Н.М. Вплив кризи професійного становлення на саморозвиток особистості. Педагогіка і психологія. 2005. №2. С. 116-126.

⁴⁵ Лушин П.В. Психология личностного изменения. Кировоград, 2002. 352 с.

“освоєння” або “навмисного відпущення себе” (“deliberate letting”) настає тоді, коли суб’єкт зміни відмовляється від складених та вже неадекватних уявлень про світ та себе. Третя стадія відповідає “інтеграції”, коли новизна стає звичною. Четверта стадія, або “конспірація, таємна змова” виступає парадигмальною зміною, коли індивід розкриває нові джерела сили та віри в себе, котрі не прагне афішувати перед іншими.

Дж. Прочаска та Дж. Нокрос виділяють п’ять стадій особистісної зміни, котра нагадує спіраль, на котрій в якості шостої стадії зображується етап припинення особистісної трансформації⁴⁶. Перша стадія *передочікування* характеризується відсутністю будь-яких ознак особистісної зміни в осяжному майбутньому. Друга стадія *очікування* визнає, що у індивіда є певна проблема, він серйозно обмірковує способи її подолання, але ще не проникся бажанням взяти на себе відповідальність за зміну (індивід знає напрям руху, але ще не готовий відправитись). Третя стадія – *підготовча* включає компоненти інтенції та поведінки. Індивід має намір зробити певні дії та виявити в себе первинні поведінкові зміни. Четверта стадія *дії* містить спроби індивіда модифікувати власну поведінку та переживання у відношенні подолання своєї проблеми. П’ята стадія *підтримки* характеризується в термінах зусиль по запобіганню рецидивів та консолідації успіхів, досягнутих під час попередніх етапів даної стадії.

Психоаналітична традиція вказує на суттєву трансформацію особистості під час психоаналітичного процесу. Так, “в дискусії “Про психічну зміну” (Нойман) Сандлер вказує на те, що “досягнення інсайту за допомогою втручання аналітика викликає реінтеграцію зі створенням нових аспектів психічної організації”⁴⁷.

Джерелом трансформації є дуальність природи людини. К. Ленгтон та С. Ленгтон⁴⁸ окреслюють такі види трансформацій: уміння володіти собою; асоціювання бажаних почуттів зі своїм образом; надання форми своїм почуттям,

⁴⁶ Лушин П.В. Психология личностного изменения. Кировоград, 2002. 352 с.

⁴⁷ Sandler J. The Patient and the Analyst: The Basis of the Psychoanalytic Process. Routledge; 1st edition. 1992. 250 p.

⁴⁸ Лэнгтон К. Волшебные сказки: ориентирование на цель метафоры при лечении взрослых и детей. Воронеж: НПО “МОДЭК”, 1996. 432с.

які переживаються у кризових ситуаціях; надання різної форми переживанням для відчуття більшої глибини життя.

У концепції О.С. Штепи трансформація – це процес, що веде особистість до гармонійності, більшого саморозуміння та адекватного ставлення до себе. Тому усі стадії трансформації, не дивлячись на можливі негативні переживання, що їх супроводжують, є конструктивними.

О.С. Штепа пропонує об'єднати способи окреслення процесу змін за В. Сатіром та Дж. Келлогом і виокремлює п'ять стадій трансформації (саме психологічної трансформації людини на шляху до особистісної зрілості): період парадоксів, лабіринт, автономізація, трансцендентність, кристалізація⁴⁹.

Як було виявлено психологічну трансформацію не спричиняють проблеми самостійності прийняття рішень та проблеми професійної самореалізації. А головним чином: переживання людиною самотності, пригніченості, розчарування, різного роду життєвих труднощів і лише один з видів трансформації – це зміни, викликані позитивними подіями – успіхом, відчуттям щастя і радощів, самореалізацією.

Тож, як ми бачимо, саме переживання страждання є тією рушійною силою, що змінює, оновлює особистість. Не відчуваючи душевного болю, душа не здатна рости. А людина стає Людиною, лише коли сама пройде через труднощі життя. Саме на основі породження “нового особистісного досвіду” ґрунтується ініціальна психологія. Сутністю ініціального шляху розвитку особистості є твердження того, що через новий досвід “...в людині вперше встановлюються нові стани, відшуковуються нові смисли і відкриваються нові можливості. Можна сказати, що людина кожен раз в самому ж досвіді і народжується, тобто народжується у самій роботі, на кожному її кроці. Так знаходиться шлях здійснення себе”⁵⁰. “Відкриваючи можливість бути живим, ініціальний досвід живить нас, дає сили

⁴⁹ Штепа О.С. Трансформація особистості у тренінгах особистісного зростання та способи її вимірювання. Практична психологія та соціальна робота. 2004. – №3. С.53-57.

⁵⁰ Буякас Т.М. Инициальный путь развития личности: возможности психологической работы. Вопросы психологии. 2003. № 5. С. 68-79.

залишатися живим в складних, деколи безнадійних, обставинах”⁵¹. Для того, щоб віднайти цей досвід потрібно прийти в рух, привести в рух себе та ту, що вразила нас реальність.

За іншими даними під час переживання життєвої кризи можуть відбуватися трансформації елементів ціннісно-сислової сфери особистості; відбувається акумулювання досвіду, його структурування; активізація власних можливостей, творчих здібностей людини; розширення кола форм і засобів існування; і, нарешті, усвідомлення наявності сформованих у неї особистісних змін і власної продуктивної самореалізації⁵².

Розглянувши проблему трансформацій особистості та їх ініціювання ми дійшли висновку, що вказаний феномен доволі досліджений в психологічній літературі. Так, вчені виділяють: ознаки та властивості особистісних трансформацій, класифікації трансформацій, структуру трансформацій, стадії особистісних змін, силу мотивації до змін тощо. Також спорідненим є феномен ініціацій в давніх та сучасних культурах, який також призводить до змін людини. Отже, саме ініціювання є тим запусковим механізмом, котрий спонукає людину до змін та, як наслідок, подолання ознак кризовості. Саме через ініціювання особистісних трансформацій людина запускає процес саморозвитку та самовдосконалення, оновлюється задля вступу на новий шлях розвитку. Але, на нашу думку, існують психологічні особливості ініціювання особистісних трансформацій, які можуть різнитися між собою в різноманітних умовах, відсутня їх типологія. Висунуті гіпотези дослідження зазнають своєї послідовної перевірки в ході подальшої роботи.

⁵¹ Буякас Т.М. Инициальная терапия как практика феноменологического подхода к человеку. Вопросы психологии. 2007. №1. С. 70-80.

⁵² Пилипенко Н.М. Соціально-психологічний тренінг формування особистісних змін в умовах моделювання екзистенційної кризи. Практична психологія та соціальна робота. 2004. № 1. С. 68 -70.

Висновки до першого розділу

1. Розуміння феномена “життєвої кризи” в психології має досить різноманітну направленість залежно від змісту, характеру та причин психологічної проблеми. Аналоговими поняттями визнано наступні: “кризова ситуація життя”, “важка життєва ситуація”, “неможлива ситуація”, “духовна криза”, “психотравмуюча ситуація”, “біографічна подія”, “критична ситуація”, “критичний стан буття”, “переломна, екстремальна ситуація” та ін. Криза розуміється та визначається нами як буттєвий стан, який породжується проблемою, що постала перед особистістю як буттєвий виклик, якої вона не може уникнути і яку вона не може розв’язати швидко і звичним способом.

2. Причини виникнення криз і, як наслідок, кризових станів, містяться в протиріччях, зумовлених природними суперечностями розвитку людини. Переживання кризового стану людини відзначається певними стадіями та фазами розвитку, які свідчать про ступінь враженості індивіда. При цьому спостерігається відповідна фізіологічна та психологічна симптоматика, оскільки криза зачіпає всі рівні буття особистості. Людина формує суб’єктивну модель кризи, змінює систему ставлень до свого внутрішнього та зовнішнього світів. Кризові стани є нормальною адаптаційною реакцією на психічну травму, розряджаючи внутрішню напругу, яка накопичилася, а виявлені психогенні порушення можуть минути внаслідок оптимального вирішення кризового стану.

3. Особливості розв’язання кризового стану характеризуються реакцією подолання. Воно відбуваються на таких рівнях: інтелектуальному (когнітивному), емоційному, поведінковому та соціально-психологічному. Людина застосовує різні стратегії і тактики при вирішенні проблеми: перетворення ситуації, пристосування до неї, втеча (або – уникнення). Одним із найбільш ефективних способів виходу із кризового стану є прогресивна особистісна трансформація.

4. Трансформація особистісної сфери людини в умовах подолання кризових станів особистості має свою структуру, стадії, механізми, види та рівні. Особистісна трансформація – процес та результат зміни особистісної сфери

людини внаслідок внутрішнього або зовнішнього впливу. Вихідним результатом особистісної трансформації при гармонійному подоланні кризового стану є зміна певних характеристик особистості з удосконаленням та підвищенням рівня розвитку індивіда. Відбуваються: зміни елементів ціннісно-сислової сфери особистості; відбувається акумулювання досвіду, його структурування; активізація власних можливостей, творчих здібностей людини; розширення кола форм і засобів існування; і, нарешті, – усвідомлення наявності сформованих у неї особистісних змін і власної продуктивної самореалізації. При цьому головним в самій трансформації є її започаткування або ініціювання безпосередньо суб'єктом розвитку.

5. Ініціювання постає як особливий процес започаткування особистісних дій з породження нових явищ та феноменів в життєдіяльності людини. Ініціювання є тим запусковим механізмом, котрий спонукає людину до змін та, як наслідок, подолання ознак кризовості. Саме через ініціювання особистісних трансформацій людина запускає процес саморозвитку та самовдосконалення, оновлюється задля переходу на новий рівень розвитку. Існують психологічні особливості ініціювання особистісних трансформацій, які можуть різнитися між собою за природою і походженням, по-різному проявлятися у різноманітних умовах та обставинах, призводити до полярних, антиномічних наслідків. Ініціювання особистісних трансформацій – це специфічний комплекс особистісних дій людини, котрі сприяють виникненню змін її особистісної сфери та, як наслідок, – подоланню кризових станів.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТІ ОСОБИСТІСНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ В УМОВАХ ПОДОЛАННЯ КРИЗОВИХ СТАНІВ

2.1. Процедура та методи емпіричного дослідження

Основний етап емпіричного дослідження складається з трьох блоків, які розкриваються через постановку дослідницьких завдань, опис аналітичної та статистичної процедур їхньої реалізації та вказання на застосовуваних методів.

Емпіричне дослідження проводилося упродовж 2023-2024 рр. У дослідженні взяло участь 80 осіб віком від 18 до 25 років: 40 осіб, що відбували покарання у виправних закладах Дніпропетровської області та знаходилися в стані переживання й подолання кризи (позбавлення волі) та кризи життєвих помилок (скоєний злочин) та 40 осіб – студенти вищих навчальних закладів м. Дніпро.

Досліджувані першої групи знаходились на 1, 3 та 5 роках навчання у ЗВО, де загальний термін навчання триває 5 років. При цьому умови навчання передбачають короткотривалі сесії, на яких відбувається здача екзаменів та заліків упродовж 1-2 місяців. При цьому у студентів проявляються та долаються різні кризи навчання.

Дослідження в другій групі проводилось в перший рік після позбавлення волі досліджуваних, після проходження певного адаптаційного періоду, який був потрібен їм для пристосування до умов виправного закладу. З урахуванням того, що середній термін ув'язнення до 5 років, можна сказати, що досліджувані знаходились на початковому етапі виправлення і відчутної трансформації у їх стані ще не було помічено. Всі вони знаходились на обліку у психолога з констатацією кризового стану та проходили психологічні заходи з реабілітації та подолання кризового стану.

Вибірка групи кризи особистісної автономії є репрезентативною, тобто адекватно відображає генеральну сукупність переживання життєвих криз навчання, особистісної автономії (позбавлення волі) та кризи життєвих помилок (скоєний злочин).

Дослідження проводилось у тихій, затишній обстановці з відсутністю сторонніх подразників, з оптимальною налаштованістю емоційно-вольової сфери

досліджуваних на виконання завдань. При цьому після виконання кожного завдання досліджуваним надавалась невеличка перерва на 5 – 10 хвилин без дозволу покидати приміщення для експерименту. Дослідження проводилося як онлайн так і оффлайн в залежності від ситуації та розташування респондентів.

Обраний методичний інструментарій повинен забезпечити емпіричну кваліфікацію всієї сукупності типологізованих ознак, тому для забезпечення завдань емпіричного дослідження нами обрані:

1. Анкетування респондентів.
2. Тест-отувальник смисложиттєвої кризи (К.В. Карпинський).
3. Тест смисложиттєвий орієнтацій (СЖО) (Д.О. Леонтьєв).
4. Опитувальник особистісної зрілості (М. Кроз, Л.Я. Гозман).
5. Тест «Рівень суб'єктивного контролю» (Дж. Роттгер, адаптація Бажина Е.Ф., Голинкіної С.А., Еткінда А.М.).
6. Тест-опитувальник самоствавлення (В.В. Столін, С.Р. Пантелєєв).

Процедура дослідження: спочатку зачитувалась інструкція і визначалось чи всім присутнім зрозуміле завдання. Якщо виникали запитання, на них одразу давались відповіді. У деяких випадках інструкція повторювалась. Потім досліджувані приступали до виконання завдань тестів на заздалегідь розданих бланках. Експериментатор увесь час спостерігав за умовами виконання тестів. У разі виникнення труднощів у досліджуваних (невстигання, незрозумілість деяких вправ, відсутність думок, наснаги) хід роботи узгоджувався із загальною масою відповідаючих, а з іншими допрацьовувалось індивідуально після закінчення дослідження.

Послідовно представимо обраний методичний інструментарій з позицій його призначення і застосування у рамках нашого дослідження.

Анкетування. Процедура дослідження полягала у проведенні структурованого анкетування. Структура анкетування відповідає чотирьохкомпонентній моделі розгортання життєвої кризи і включає питання, що актуалізують особливості виникнення кризового стану, його переживання, подолання та трансформації особистісної сфери.

Комплекс запитань анкети можна розділити на п'ять блоків:

1) *біографічні дані*, куди відносяться: стать, вік, сімейне положення, освіта, спеціальність;

2) *розуміння життєвої кризи та її місце в житті респондента*, де запитується про пережиті кризи людини, останню кризу, її причину, термін перебування у кризовому стані;

3) *процес переживання кризового стану*, в якому вивчаються фізична та психологічна симптоматика перебігу кризового стану, відчуття людини, наявність внутрішніх ресурсів, стійкість людини тощо;

4) *шляхи подолання кризового стану*, в якому розглядаються стратегії та тактики, які застосовувались при виході із кризової ситуації;

5) *трансформації особистості внаслідок подолання кризового стану*, в якому вивчаються особистісні зміни людини за такими показниками:

- залишкові явища посттравматичної стресової ситуації;
- усвідомлення власних змін та їх якісні характеристики;
- внутрішні зміни людини (структура ставлень, світогляд, життєві цінності);
- зовнішні зміни (практично-дійова структура життя);
- набуття якостей та властивостей, які є цінними при подоланні кризових ситуацій (навчаємість);
- узагальнене розуміння того, що пережила людина, розширення самоідентичності за рахунок включення кризового досвіду.

Вказані запитання, актуалізують характер проживання пережитої кризи та екстеріоризації набутого досвіду з подолання ознак кризи та ініціювання особистісних трансформацій.

Внаслідок проведеного інтерв'ю було виявлено 7 видів криз, у яких на момент початку проведення дослідження перебували респонденти та відповідно за якими проходили психологічну корекцію (Таблиця 2.1.):

Таблиця 2.1

Кваліфіковані види життєвих криз експериментальної групи

Відсутність самореалізації	Безробіття	Криза здоров'я	Втрата кохання	Наркозалежність	Втрата матеріальних цінностей	Психологічна агресія
37,5%	15%	12,5%	12,5%	10%	7,5%	5%

Була помічена закономірність, що чим старша людина, тим більш важливим для неї є досвід останніх років, а про віддалене минуле (молодість) – не згадується. Пережита криза залишила свій відбиток у пам'яті досліджуваних відповідно до глибини переживань цієї кризи та пов'язаних з нею наслідків. Наприклад, група в минулому наркозалежних вказує тільки ті кризові ситуації, які були пов'язані саме з вживанням психотропних речовин (це відсутність коштів, конфлікти в сім'ї, відсидка, втрата сім'ї, роботи, навчання, проблеми з міліцією, зі здоров'ям тощо) і зовсім витіснились з пам'яті ті проблеми і те життя, що було до початку вживання наркотичних речовин. Серед пережитих раніше криз (та окрім тієї, що на момент опитування була актуальною) респонденти вказують: розчарування в коханні, нерозділене кохання, страх бути побитим у школі, конфлікти в сім'ї, безробіття, розлучення батьків, зміна місця проживання, нова робота, самотність, виключення з ЗВО, власне розлучення, проблеми зі здоров'ям.

Остання життєва криза, яку описує респондент, має різний термін тривалості від 2 тижнів до 11 – 16 років в залежності від виду кризи та причини її виникнення (на думку респондента), що представлено в Таблиці 2.2.

Як видно з аналізу показників результатів, найбільший термін тривалості мають кризи наркозалежності, на другому місці – кризи відсутності самореалізації, на третьому – кризи безробіття та кризи здоров'я (кілька років). Кризи втрати кохання, втрати матеріальних цінностей та психологічна агресія мають менший термін тривалості (кілька місяців).

Процес переживання кризового стану характеризується фізичною та психологічною симптоматикою, що виражається у респондентів: тривогою і депресією, захопленістю проблемою, гнівом, соромом і відчуттям провини,

порушенням сну, відчуттям неконтрольованості того, що відбувається, відчуттям тягара відповідальності, порушенням мислення і концентрації уваги. Рідше зустрічаються: втрата апетиту, м'язове напруження, загострення хронічних або виникнення нових хвороб. Досить суттєво відрізняються відчуття групи наркозалежних людей в минулому, а саме: галюцинаціями, відчуттям виходу з тіла, сприйманнями знаків Всесвіту, що вказують правильний шлях, матеріалізацією думок, читанням думок оточуючих, зустріччю з невідомими явищами (бог, ангел, демон тощо), відчуттям голосу іншої істоти, які можна пояснити або дією психоактивних речовин, або переконаною вірою в існуючі явища (всі опитувані займалися за системою “12 кроків”).

Таблиця 2.2

Атрибути залежності терміну перебування у кризовому стані від виду кризи та причин її виникнення

Атрибути	Причина кризи (суб'єктивна)	Причина кризи (об'єктивна)
Наркозалежність 4 – 16 років	Відс. самосвідомості, бажання гострих відчуттів, молодість, нічим зайнятись	Залежність від наркотичної речовини
Безробіття 6 – 18 місяців	Відсутність роботи, грошей, соц. статусу	Відсутність роботи
Кризи здоров'я 2 – 18 місяців	Неуважне ставлення до свого здоров'я, стреси, великі навантаження	Хвороба
Втрата кохання 1 – 3 місяці	Невпевненість у собі, довіра до людини, роль ”власника”	Ухід коханої людини
Відсутність самореалізації 1,5-2 роки	Нездійсненні життєві плани	Неможливість реалізувати себе у житті
Втрата матеріальних цінностей 1 – 2 місяці	Неуважність, незібраність, забудькуватість	Власна неуважність
Психологічна Агресія 2 – 8 тижні	Почуття невпевненості у собі, страх, тривога за себе	Психологічна слабкість, слабкість нервової системи

На запитання: “Чи було у Вас бажання покінчити з життям під час кризового стану?” 15% досліджуваних відповіли позитивно (більшість – наркозалежні в минулому, які мали такі спроби). Як вони позбавились цього бажання: стримували

“любов до рідних”, “страх перед невідомим потойбіччям”, “молитва”, “пройшло само собою”, “відчуття відповідальності за своє життя”.

Окремо розглядалися питання відносно того, де бралися сили, енергія, ресурси, щоб триматися під час кризи і що допомагало триматися. На це респонденти відповідають так: “бажання вижити і власні ілюзії”, “допомога інших”, “батьків”, “віра в Бога”, “надія у власні сили”, “воля, бажання перемогти”, “сила духу”, “упевненість у кращій долі”, “підтримка оточуючих”, “переключення уваги на улюблені справи”, “книги”, “природа”, “мистецтво”, у “творчості” і “коханні” тощо.

Шляхи подолання кризового стану. При аналізі відповідей респондентів було виявлено, що більша кількість респондентів зверталась за допомогою до спеціалістів (психолог, медик) (37,5%), на другому місці стоять ситуації, вирішені за допомогою близьких (родичі, друзі) (25%), на третьому – за допомогою власних особистісних якостей (сила волі, стійкість, наполегливість) (22,5%). Менша кількість опитуваних розв’язувала життєву кризу за допомогою представників нетрадиційних шкіл допомоги (цілителі, маги, екстрасенси) (7,5%) і за допомогою власної віри у надприродні сили (7,5%), що представлено в табл. 2.3 та рис. 2.1.

Таблиця 2.3

Способи розв’язання життєвих криз експериментальною групою

Подолання	Шляхи подолання	Відсотковий показник
Самостійно	Особистісні якості	22,5%
	Віра у надприродні сили	7,5%
	Загальне	30%
За допомогою інших людей	Близьких (родичі, друзі)	25%
	Спеціалістів	37,5%
	Нетрадиційні заходи	7,5%
	Загальне	70%

При аналізі шляхів подолання кризової ситуації опитувані використовували наступні стратегії: “медитацію”, “роздуми”, “зміну стратегій життя”, “переоцінку цінностей”, “осмислення ситуації”, “розв’язання ситуації шляхом безпосередньої включеності”, “очікування”, “ситуація розв’язувалась сама”.

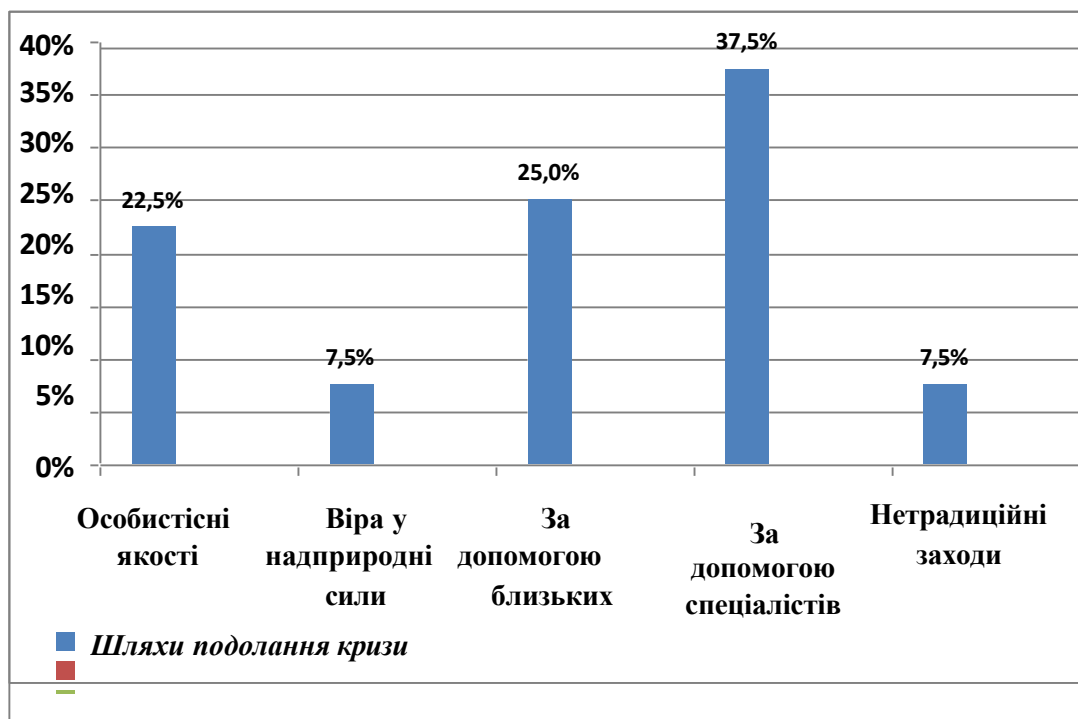


Рис. 2.1. Способів розв'язання життєвих криз

Усі використані стратегії нами були класифіковані на когнітивні (35%) і поведінкові (65%), що відображено в табл. 2.4 та рис. 2.2.

Таблиця 2.4

Стратегії, що використовувались при розв'язанні життєвих криз

Стратегії подолання	Стратегії	Кількість
Когнітивні	Прийняття ситуації	5%
	Зміна ставлення до ситуації	20%
	Зміна бачення самої ситуації	10%
	Загальне	35%
Поведінкові	Адаптація до ситуації	17,5%
	Зміна стратегій життя	35%
	Зміна самої ситуації	12,5%
	Загальне	65%

Домінуючою є зміна стратегій життя (35%), на другому місці – зміна ставлення до ситуації (20%), на третьому – поведінкова адаптація до ситуації (приспосування) – 17,5%. Менше використовувались: поведінкова зміна самої ситуації (12,5%), когнітивна зміна самої ситуації (10%), прийняття ситуації (5%).

Як видно з наведених даних при подоланні кризових ситуацій найчастіше використовувалась допомога інших людей (70%) і рідше розв'язувались самостійно

(30%). Також помітне переважання поведінкових стратегій подолання (65%) над когнітивними (35%).

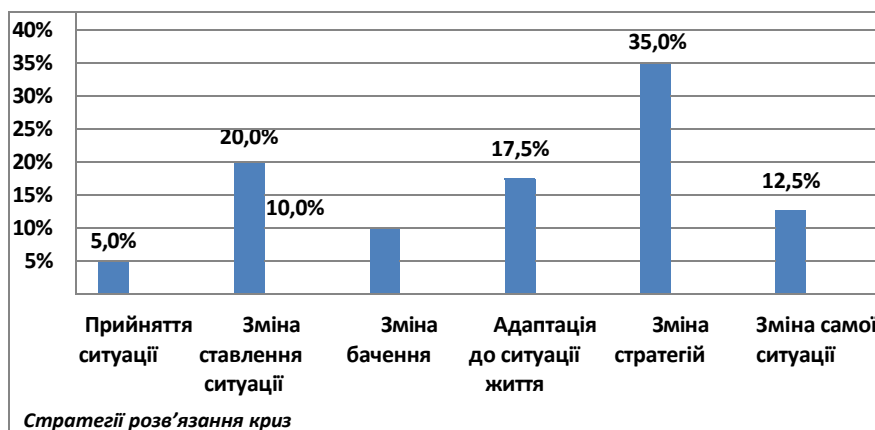


Рис. 2.2. Стратегій розв'язання життєвих криз

Трансформації особистості. При аналізі особистісних змін, що відбулися внаслідок подолання кризової життєвої ситуації розглядалися залишкові явища посттравматичної стресової ситуації, що показано в табл. 2.5. За даними анкетних відповідей досліджуваних усі 100% опитуваних подумки інколи повертаються до подій минулої кризи, при цьому у 65% спостерігаються негативні почуття (“сором”, “образа на себе”, “почуття приреченості”, “занепокоєння”, “тривога”, “відчай”) характерні для періоду перебування у кризовому стані. Позитивні почуття виникають у 35% респондентів (“гарний урок”, “гордість за себе”, “полегшення, що все позаду”), які більш гармонійно змогли пережити стан кризи.

Пригадування подій минулої кризи відбувається при потраплянні в аналогічну складну ситуацію, при зустрічі людей, які пов'язані з протіканням кризи тощо.

Таблиця 2.5

Залишкові явища посттравматичної стресової ситуації респондентів

Показники	Згадування минулої кризи		Почуття, що виникають при згадуванні		Σ заг.
	так	ні	позитивні	негативні	
Кількість					
Відсотковий показник	100%	0%	35%	65%	100%

Респонденти у більшості (80%) відчують, що з ними відбулися зміни, вони стали іншими людьми.

Лише 20% опитуваних так не вважають, хоча деякі аспекти впливу життєвої кризи на власне життя вказують, але не вважають їх суттєвими, що показано в табл. 2.6.

Таблиця 2.6

Показники змін, що відбулися з представниками респондентів після подолання кризи

Показники Кількість	Усвідомлення власних змін		Σ заг.	Характеристика змін		Σ заг.
	так	ні		внутрішні	зовнішні	
Відсотковий показник	80%	20%	100%	25%	75%	100%

Характерною особливістю названих змін є їх направленість на зовнішнє життя (практично-дійова структура життя) (75%), а саме: набуття навичок життя у змінених умовах (кризи втрати матеріальних цінностей, втрати кохання), зміна стратегій життя від непродуктивних до більш гармонійних (кризи наркозалежності, здоров'я, відсутності самореалізації), розширення меж існування (поява роботи, сім'ї, вступ до ЗВО, поява нових інтересів).

Кількість респондентів, що вказують на помітні внутрішні зміни менша (25%). До цих змін можна віднести: перебудову структури ставлення, світогляду, зміни в ієрархії життєвих цінностей.

Динаміка базових ставлень «до» і «після» кризи

Час \ Ставлення	До себе	До оточуючих	До життя
«До» кризи	“Негативне, погано знав себе, невпевненість, вважав себе слабким, не вірив у себе, нелюбов до себе, не поважав себе, переоцінював власні сили, власнолюбство тощо...”	“Нерозумів людей, нейтральне, недовіра, боявся їх, недовіряв, люди – погані, я їх використовував, споживацьке ставлення, не поважав...”	“Загальні фрази, немає в житті справедливості, багато проблем, життя – це страждання, неусвідомленість свого життя, нецікаве життя, не думав, просто жив...”
«Після» кризи	“Позитивне, відкрив у собі багато нового, став упевненим, почав поважати себе, вірю в себе, гарне, Я – королева, Я – самодостатній і вільний, адекватна оцінка, критичне, став сильнішим...”	“Став краще розуміти інших, почав довіряти людям, зрозумів, що вони такі ж як і я, всі люди – яскраві індивідуальності, люди чогось варті, з’явилась любов до інших, добре, поважаю інших, прошу поради, приймаю їх такими які вони є...”	“Життя починається з себе, інколи воно справедливе, стало веселіше, страждання – для слабких, радість – для сильних, усвідомив власне життя, життя гарне, цікаве, хочеться жити, відчув відповідальність за життя...”

Помітним є те, що внутрішні зміни простежуються у кількісному та якісному показниках у порівнянні ставлення респондентів до та після кризи стосовно таких аспектів “ставлення до себе, до оточуючих, до життя”, “поняття життя і смерті, добра і зла, істини, бога, сенсу життя” і “головних життєвих цінностей”.

Це видно з наведених прикладів відповідей, а саме: негативним, незрозумілим, нероздумливим ставленням до вище вказаних понять (до кризи), що проявлялося у скупості слів і фраз при поясненні понять або в їх песимістичному представленні. Після кризи, навпаки, досліджувані у яскравій, багатослівній формі пояснювали задані поняття, з чого видно, що зміни відбулися до позитивного, оптимістичного ставлення до них, більш якісного розуміння себе та оточуючого світу, що говорить

про рефлексію власного досвіду переживання життєвої кризи та її вплив на внутрішній світ людини.

Таблиця 2.9

**Життєві цінності представників експериментальної групи
«до» та «після» кризи**

Цінності Час	Головні життєві цінності
«До» кризи	“Розваги, друзі, навчання, знання, гарно провести час, сім’я, матеріальні блага, гроші, Я на першому місці, комфорт, задоволення власних бажань, всього і побільше, кар’єра, не відставати від оточуючих, бути як усі, встигати за модою...”
«Після» кризи	“Сім’я, підтримка оточуючих, самовдосконалення, духовний і творчий ріст, друзі, справедливість, пізнання самого себе, близькі люди, робота, любов, стосунки з людьми, розуміння і любов, бажання жити, залишити добру згадку про себе, примноження добра у світі, прагнення до гармонії та миру...”

Отже, процес переживання життєвої кризи та вихід з неї є передумовою змін особистості людини, її внутрішнього світу та зовнішньої практично-дійової структури життя, він розширює досвід людини, надає змогу продуктивно, гармонійно жити у оточуючому світі та адекватно реагувати на виникаючі складні життєві ситуації, по-філософському ставитись до життя та його явищ.

За проведеним анкетуванням “Розуміння ініціювання особистісних трансформацій людини” було окремо поставлено 6 запитань.

“Як ви розумієте поняття “ініціювання особистісних трансформацій?””, “Яким чином відбувається ініціювання особистісних трансформацій?””, “Що в особистості людини може сприяти ініціюванню особистісних трансформацій?””, “Що в особистості людини може заважати ініціюванню особистісних трансформацій?””, “Як можна стимулювати процес ініціювання?””, “Які особистісні типи ініціювання особистісних трансформацій ви можете виділити?””.

За результатами аналізу отриманих даних ми можемо констатувати, що ініціювання особистісних трансформацій опитаними розуміється як: “поштовх, каталізатор, перший крок, свідомі зусилля на зміну, започаткування, прагнення, спонукання змін, стимулювання, запускання” тощо. Ці дані відображено в табл. 2.10. Дані лексичні утворення дають змогу представити процес ініціювання змін як

свідомий процес створення певної мотиваційного ґрунту для подальшої реалізації процесу трансформації.

Таблиця 2.10

Зведена таблиця зондувального емпіричного дослідження “Розуміння ініціювання особистісних трансформацій людини”

Запитання анкети	Зміст відповіді
1	2
<p>1. Як ви розумієте поняття “ініціювання особистісних трансформацій”?</p>	<p><i>“Необхідний певний поштовх каталізатор яким може виступати певна ситуація. Деякий поштовх у зміні особистісних якостей. Певна зміна особистісних уявлень під впливом різних чинників. Перший крок до внутрішньо особистісних перетворень. Заміна негативних якостей особистості найбільш сприятливими. Зміни самою людиною. Заміна якостей людини новими при свідомих зусиллях особистості. Започаткування якісних змін особистості. Зміна якостей особистості які заважають жити. Складний процес, прагнення змін. Зміни як прогресивні так і регресивні. Спонування до розвитку, вдосконалення. Спонування до змін внаслідок різних чинників. Стимулювання змін. Стимулювання до перетворення. Спонування до змін. Усвідомлення змін. Чинники котрі сприяють змінам. Поштовх до змін. Запускання змін. Стимулювання змін. Комплекс дій за допомогою яких відбувається зміна певних структур особистості”.</i></p>
<p>2. Яким чином відбувається ініціювання особистісних трансформацій?</p>	<p><i>“Осмислення, бажання щось змінити, користь для самої себе. Бажання людини, розуміння, користь від змін. Під впливом групи, колективу, людини, самонавіювання, ЗМІ. В результаті дії зовнішніх чинників у взаємодії з якими знаходяться внутрішні якості людини, які носять адаптивних характер. Самонавіювання, допомога психолога. Людина сама цього хоче, або на неї впливає якась життєва подія. Відвідування гуртків, збільшення кількості знайомих, читання літератури. Власне прагнення людини змінити себе. Розуміння того, що не подобається. Під впливом різних факторів. Зовнішні та внутрішні чинники.</i></p>

1	2
<p>3. Яким чином відбувається ініціювання особистісних трансформацій?</p>	<p><i>Проблема яка спонукає до саморозвитку. Проблема та її розуміння. Зміна поведінки, поглядів на життя, цінностей. Зміна ціннісних орієнтацій. Незадоволення індивіда собою. Вплив середовища, саморозвиток, самоаналіз. Зміни поглядів на життя. Переоцінка та перегляд життя. Зміни або + або - .Певні стресові ситуації. Життєві зміни, бажання втекти від себе. Мотиви, бажання. Стресові ситуації. Осмислення подій – аналіз подій – зміна особистості. Довготривала, багатовимірна. Обряди. Внаслідок криз розвитку”.</i></p>
<p>4. Що в особистості людини може сприяти ініціюванню особистісних трансформацій?</p>	<p><i>“Власне бажання певні ситуації. Бажання щось змінити, ставлення оточуючих. Прагнення до крацих змін, пізнання свого Я. Відсутність відповідності особистісних якостей запитам зовнішнього світу, готовність і прагнення змін, потяг до новизни. Ситуація, що заважає продуктивно жити. Бажання бути кращою перед іншими. Характер, витримка, сила волі, самоаналіз, самооцінка. Подія життя та переоцінка себе. Власні негаразди, вплив соціуму. Вплив оточення. Прагнення до самоактуалізації. Темперамент, характер, події, люди, книги. Новоутворення. Власні прагнення, обставини. Риси особистості. Події. Мотив. Нова ціль та орієнтири. Подія. Самопочуття, нервозність, агресія. Ситуації, події. Оточення, внутрішні конфлікти, успіхи та невдачі. Соціум. Переломні події. Мотиви, установки. Прагнення до вдосконалення. Зміни умов життя, проблеми. Лабільність. Цілеспрямованість. Воля, установки, мотиви. Цілеспрямованість, мотивація, здатність до самостійних активних дій</i></p>

Продовження табл. 2.10.

1	2
<p>5. Що в особистості людини може заважати ініціюванню особистісних трансформацій?</p>	<p><i>“Страх перед змінами, слаба сила волі, не бажання щось змінювати. Страх перед новим, не бажання змінюватись.</i></p> <p><i>Не впевненість у собі, слабка сила волі, не бажання працювати над собою. Не усвідомленість проблеми, не бажання її вирішувати, консерватизм, впертість, страх перед невідомим, однотипність оточення. Виховання, ціннісні орієнтації. Не бажання змін. Впертість, егоїзм, замкнутість, закомплексованість, не вміння аналізувати.</i></p> <p><i>Егоїзм. Невпевненість, слаба воля. Темперамент, освіта, низькі вимоги до себе та прагнення. Установки, певні норми поведінки. Переконавання, вірування, фізіологічні обмеження. Регрес особистості. Темперамент. Темперамент, характер. Напруження, дискомфорт. Люди, переконання та принципи. Внутрішні суперечки. Характер. Небажання змін. Фобії і комплекси. Виховання. Ригідність, меланхолічний тип темпераменту, застрягаючий тип акцентуації. Захворювання, психічні розлади. Байдужість”.</i></p>
<p>6. Як можна стимулювати процес ініціювання?</p>	<p><i>“Певними методиками і способами (показати як це може виглядати і довести позитивні наслідки зміни).</i></p> <p><i>Переконавання, навіювання, зміна оточення, створення мотивації до самовдосконалення. Вирішення негативних якостей. Працювати над собою, читати літературу. Сама повинна захотіти змін. Життєва ситуація. Самоаналіз, осмислення. Відчуття Самості, баланс та гармонія. Любов та інтерес до пізнання, бажання щось змінити.</i></p> <p><i>Підкріплення, мотивація, стимули. Цікава інформація, що спонукає. Цікава інформація. Зацікавлення в змінах.</i></p> <p><i>Саморозвиток. Самовизначення. Власне прагнення до змін.</i></p> <p><i>Стимули. Показати нові шляхи життя. Позитивне підкріплення. Заохочення. Нові види діяльності, зміна зовнішності, відпустка, зміна кола спілкування. Заохочення.</i></p>

Тест-опитувальник смисложиттєвої кризи (К.В. Карпинський)

призначений для вивчення негативних аспектів суб'єктивних переживань та поведінки людини, яка має проблеми з визначенням та практичним втіленням смислу життя. Він є спеціалізованим інструментом для аналізу феноменології кризи безсенсовості і саме тому низький бал, отриманий досліджуваним за результатом опитування, не може інтерпретуватися як високий рівень осмисленості життя. В даному випадку можна з упевненістю стверджувати, що досліджуваний не страждає від кризи смислу життя, але це ще не свідчить, що його життя проникне та осяяно глибоким сенсом.

Загальна кількість балів, набрана за опитувальником характеризує загальний функціональний рівень смислової регуляції життєвого шляху, а також рівень загального осмислення життя, включаючи осмислення минулого, теперішнього та майбутнього. Чим вищий цей показник, тим сильніше, стійкіше та глибше людина переживає симптоми безсенсовості.

Високі бали за опитувальником вказують на низький рівень осмисленості та наявність специфічних забруднень у смисловій регуляції смислоутворення життєвого шляху. Така людина сприймає своє життя як нудне, нецікаве, непродуктивне, безцільне, непослідовне та недостатньо організоване. Потреба у смислі життя у неї не розвинута або сильно фрустрована; смислопошукова активність майже не виражена. Пошук та реалізацію сенсу життя вона вважає даремним і навіть шкідливим заняттям, намагається уникати думок про власне життя та його сенс. У повсякденній активності найчастіше керується простими потребами, ніж ідеалами. Інтенсивно переживає внутрішнє спустошення, вичерпаність, нереалізованість у житті. Переважає суб'єктивна незадоволеність життям. Спостерігається падіння мотивації життєдіяльності: людина апатична та байдужа до того, що відбувається у житті, у неї відсутнє бажання змінити життя в кращий бік і взагалі взяти її перебіг під контроль. Рівень життєвих домагань знижений; людина не прагне досягти в житті чогось значного; сторониться справ, які потребують довготривалої, наполегливої роботи та самопосвяти. Проглядається значне розходження між усвідомленими уявленнями про сенс життя та реально діючим

сенсом: людина реалізує в житті не ті цінності, котрі переживає як значимі на емоційному рівні. У цьому зв'язку багато повсякденних справ та обов'язків сприймаються як зовсім безсенсові, як такі, що не представляють будь-якої значимості; виникають труднощі із розподіленням значимого та не значимого у житті, виробленням внутрішніх критеріїв для прийняття життєво важливих рішень, оцінюванням життєвих досягнень. Уявлення про найбільш важливі цінності в житті не стійкі та внутрішньо конфліктні. Людина схильна обесцінювати та радикально переоцінювати ті цінності, котрі вважала найголовнішими в минулому. Затруднюється з упорядкуванням цінностей – джерел смислу життя за значимістю для себе. В цілому вважає життя залежним від зовнішніх обставин, а не від власних зусиль.

Тест смисложиттєвих орієнтацій (СЖО) (Д.О. Леонтьєв) є адаптованою версією тесту “Ціль у житті” (Purpose-in-Life Test, PIL) Джеймса Крамбо та Леонарда Махоліка. Методика була розроблена на основі теорії прагнення до смислу та йоготерапії В. Франкла⁵³ та переслідувала мету емпіричної валідації ряду уявлень із цієї теорії.

На основі факторного аналізу адаптованої Д.А. Леонтьєвим версії цієї методики дослідниками (Леонтьєв, Калашников, Калашникова) був створений тест СЖО. Він включає, поряд із загальним показником усвідомленості життя, п'ять субшкал, щ відображують конкретні смисложиттєві орієнтації (цілі в житті, насиченість життя, задоволеність самореалізацією) та два аспекти локусу контролю (локус контролю – Я та локус контролю – життя).

Тест СЖО містить 20 пар протилежних тверджень, що відображають уявлення про фактори усвідомленості життя особистості. Досліджуваному пропонується інструкція: “Вам будуть запропоновані пари протилежних тверджень. Ваше завдання – вибрати одне з двох тверджень, яке, на Вашу думку, більше відповідає дійсності, та відмітити одну з цифр 1, 2, 3 в залежності від того, наскільки Ви впевнені у виборі (або 0, якщо обидва твердження, на Ваш погляд, однаково вірні)”.

⁵³ Frankl V. Man's Search for Meaning. Beacon Press; 1st edition. 2006. 188 p.

Обробка даних здійснюється за семибальною шкалою у відповідності з бланком-ключем до тесту (мінімальні та максимальні значення субшкал наведені в у кваліфікаційній таблиці). Інтерпретація субшкал:

1. Цілі в житті. Бали за цією шкалою характеризують наявність чи відсутність у житті досліджуваного цілей у майбутньому, які надають життю осмисленість, спрямованість та часову перспективу.

2. *Процес життя, чи інтерес і емоційна насиченість життя.* Зміст цієї шкали співпадає з відомою теорією про те, що єдиний сенс життя полягає в тому, щоб жити. Цей показник говорить про те, чи сприймає сам досліджуваний процес свого життя як цікавий, емоційно насичений та наповнений смислом. Низькі бали за цією шкалою – ознака незадоволеності життям.

3. *Результативність життя, чи задоволеність самореалізацією.* Бали за цією шкалою відображують оцінку пройденого відрізка життя, відчуття того, наскільки продуктивна та осмислена була прожита її частина.

4. *Локус контролю-Я (Я – хазяїн життя).* Високі бали відповідають уявленню про себе як про сильну особистість, що має достатню свободу вибору, щоб побудувати своє життя у відповідності зі своїми цілями та уявленнями про її смисл. Низькі бали – зневіра у своїх силах контролювати події власного життя.

5. *Локус контролю-життя, чи керованість життя.* При високих балах – переконання в тому, що людині дано контролювати своє життя, вільно приймати рішення та втілювати їх у життя. Низькі бали – фаталізм, переконаність у тому, що життя людини не підвладне свідомому контролю, що свобода вибору ілюзорна, та безглуздо що-небудь задумувати на майбутнє.

Загальний показник осмисленості життя рахується сумуванням балів по усіх 20 субшкалах СЖО.

Опитувальник особистісної зрілості (М. Кроз, Л.Я. Гозман) є російськомовною адаптацією відомого опитувальника особистісних орієнтацій Е.Шострома, створеного в Інституті терапевтичної психології (Каліфорнія) на основі теорії самоактуалізації А. Маслоу, концепцій психологічного сприйняття часу і

тимчасової орієнтації Ф. Перлза і Р. Мея, ідей К. Роджерса і інших теоретиків екзистенціально-гуманістичного напрямку в психології.

У 1981 – 1984 рр. на кафедрі соціальної психології МГУ Ю.Е. Альошина, Л.Я. Гозман, М.В. Загика і М.В. Кроз зробили спробу адаптувати цей тест. В процесі роботи методика Е. Шострома зазнала істотної зміни, фактично авторами був створений оригінальний психодіагностичний інструмент, який одержав назву «Самоактуалізаційний тест» – САТ (Л.Я. Гозман та ін., 1995). Самоактуалізаційний тест побудований за тим же принципом, що і РОІ, і складається з 126 пунктів, кожний з яких включає дві думки ціннісного або поведінкового характеру. Проте, випробовуваному пропонується вибрати те з них, яке більшою мірою відповідає його уявленням або звичному способу поведінки.

Задача даного тесту – виявити схильності, переважання у тій або іншій сфері діяльності людини, тобто вказати лінію дій, що обіцяє оптимальний розвиток всіх здібностей, досягнення «життєвого успіху». Методика призначена для оцінки рівня самоактуалізації особистості, якостей, що розглядаються як критерії особової зрілості. Рекомендується як якісний інструмент для інтегрального вивчення особистості.

Тест «Рівень суб'єктивного контролю (РСК)» (*Дж. Ротттер адаптація Бажина Е.Ф., Голинкіної С.А., Еткінда А.М.*). В основі визначення РСК особистості є дві передумови:

– люди розрізняються між собою по тому, як і де вони локалізують контроль над значимими для себе подіями. Можливі два полярні типи такої локалізації: екстернальна і інтернальна. У першому випадку людина вважає, що події, які відбуваються з нею, є результатом дії зовнішніх сил, зокрема – інших людей і т.п. У другому випадку людина інтерпретує значущі події як результат своєї власної діяльності. Будь-якій людині властива певна позиція на континуумі, що тягнеться від екстернального до інтернального типу;

– локус контролю, характерний для індивіда є універсальним по відношенню до будь-яких типів подій і ситуацій, з якими йому доводиться стикатися. Один і той

же тип контролю характеризує поведінку даної особи у разі невдач і у сфері досягнень, причому це в рівній мірі торкається різних сфер соціального життя.

Тест-опитувальник ставлення до себе (В.В. Столін, С.Р. Пантелєєв) являє собою традиційний тест-опитувальник з чітко виявленим предметом діагностики – ставленням особистості до власного “Я”, до окремих його аспектів. Методика ґрунтується на розумінні емоційно-оціночної підструктури самосвідомості в контексті уявлень про смисл “Я” (В.В. Столін).

В основі методики лежить розуміння ставлення до себе як складної, рівневої емоційно-оціночної системи, для адекватного та повного опису якої недостатньо існуючих уявлень про два рівні самооцінки: глобальної самооцінки та парціальних самооцінок. В.В. Століним було виділено три виміри емоційно-оцінювального ставлення до себе – симпатія, повага та близькість. Було висунуто положення про те, що ставлення до себе можна розуміти як вираження смислу “Я” для суб'єкта, як деяке стійке почуття на адресу власного “Я”, яке, не зважаючи на узагальненість, містить ряд специфічних модальностей, що розрізняються як за емоційним тоном переживання, так і за семантичним змістом.

Опитувальник включає наступні шкали: *шкала S* – вимірює інтегральне почуття “за” чи “проти” власного “Я” досліджуваного; *шкала I* – самоповага; *шкала II* – аутосимпатія; *шкала III* – очікування позитивного ставлення від інших; *шкала IV* – самоінтерес.

Опитувальник містить також сім шкал, спрямованих на вимірювання вираженості установки на ті чи інші дії на адресу “Я” досліджуваного. *шкала 1* – самовпевненість; *шкала 2* – ставлення інших; *шкала 3* – самоприйняття; *шкала 4* – самокерівництво, самопослідовність; *шкала 5* – самозвинувачення; *шкала 6* – самоінтерес; *шкала 7* – саморозуміння.

Загалом тест містить 57 тверджень і за сукупністю кваліфікаційних можливостей є необхідним у нашій спробі типологізувати феномен ініціювання особистісних трансформацій в умовах кризи.

2.2. Аналіз емпіричного дослідження особливості прояву смисложиттєвої кризи в умовах іншого типу криз

Емпіричне дослідження ознак смисложиттєвої кризи здійснювалося за допомогою методики «Смисложиттєва криза» („СЖК”) К.В. Карпинського.

Параметри розподілів отриманих емпіричних даних щодо рівня смисложиттєвої кризи наступні: середнє значення смисложиттєвої кризи у вибірці студентів дорівнює 88,8, що говорить про середню вираженість смисложиттєвої кризи досліджуваних з тенденцією до низької (табл. 2.11).

Таблиця 2.11

Результати середньоквадратичного відхилення за показниками опитувальника «Смисложиттєва криза» групи криз навчання

	Описова статистика				
	Мінімум	Максимум	Середнє	Стандартна похибка середнього	Середньоквадратичне відхилення
СЖК	64	135	88,8	2,1	14,3

У групі криз навчання найбільш виражений середній рівень смисложиттєвої кризи (66%), на другому місці стоїть низький рівень смисложиттєвої кризи (32%) та найменш виражений високий рівень смисложиттєвої кризи (2%). Ці дані говорять, що більшість студентів Університету імені Альфреда Нобеля на момент проведення дослідження знаходились у кризовому стані середнього рівня (див. табл. 2.12).

Таблиця 2.12

Рівні вираження СЖК у групі криз навчання

Рівень вираження СЖК		
низький	середній	високий
32%	66%	2%

У групі криз особистісної автономії отримали інші результати. Так середнє значення за СЖК – 108, що говорить про середню вираженість смисложиттєвої кризи за всією вибіркою досліджуваних, причому маємо наступний розподіл високого, середнього та малих значень 50%:25%:25% (табл. 2.13 та рис. 3.4).

Таблиця 2.13

Показники смисложиттєвої кризи групи кризи особистісної автономії

СЖК	Мін	Макс	%
Низькі значення	50	80	25
Середні значення	81	123	25
Високі значення	124	200	50

Таким чином представники групи кризи особистісної автономії (середнє значення – 108) мають більш виражені показники переживання смисложиттєвої кризи у порівнянні з представниками криз навчання (середнє значення – 88,8). При цьому у них переживання кризи характеризується високими показниками, тоді як представники криз навчання мають більш виражений середній рівень переживання смисложиттєвої кризи.

Співвідношення показників за обома групами представлені на Рис. 2.3:

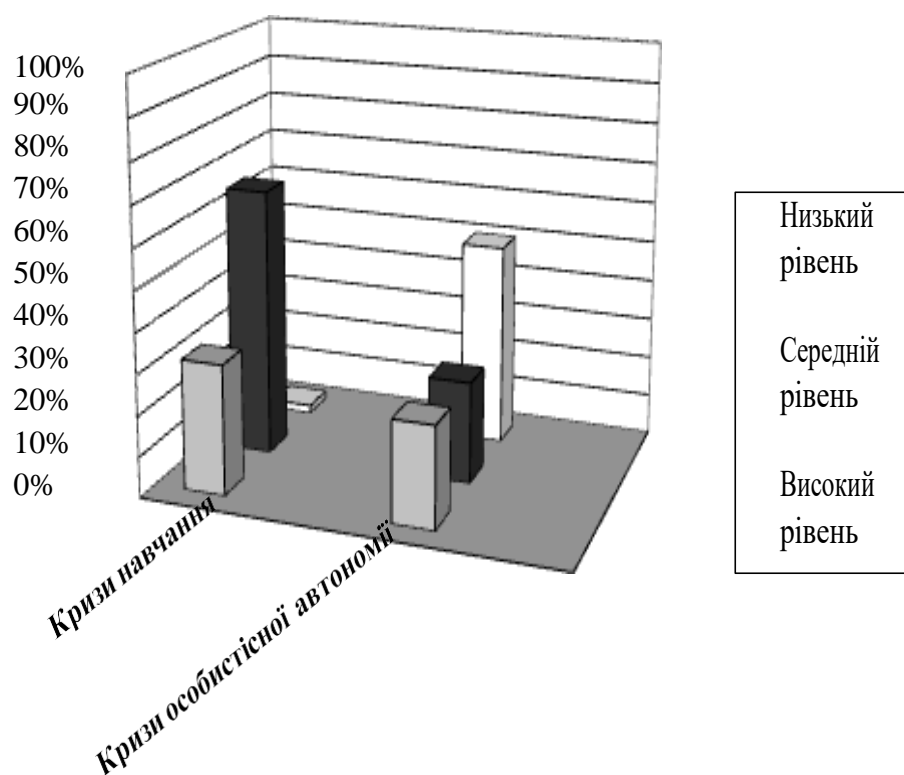


Рис. 2.3. Співвідношення показників рівнів вираження СЖК різних груп досліджуваних

Отже, представники і групи кризи особистісної автономії, і групи кризи навчання характеризуються переживанням кризи смислу життя. Суб'єктивними та поведінковими ознаками кризи смислу життя є:

- ускладнення в усвідомлюваній смисловій саморегуляції життєвого шляху;
- деформації переживання психологічного часу, ставлення до психологічного минулого, теперішнього та майбутнього;
- деформації в побудові суб'єктивної картини життєвого шляху;
- переживання загальної незадоволеності життям;
- порушення суб'єктивного контролю життя;
- виникнення переживання відчуження як порушення в структурі відносин особистості зі світом у картині світу;
- відчуття внутрішньої порожнечі, нудьги, «онтологічного шоку» як страху, безнадії та розпачу, пов'язаних із усвідомленням безглуздості існування.

Загалом отримані результати підтвердили наше припущення, що будь-який тип життєвих криз актуалізує для особистості смисложиттєві питання і проблеми. Залежно від рівня і глибини кризи, смисложиттєві «коливання» вирізнятимуться показниками глибини, деструктивності та нагальності вирішення. Проте, у будь-якому випадку, у якому б типі криз не перебувала людина, «смисложиттєвий вимір» і «контент» проявляться, а отже мають бути враховані при дослідженні будь-якого типу кризи.

Звісно, спосіб перебування у смисложиттєвій кризі, як і спосіб її подолання, будуть індивідуальні, характерні для кожного окремо. Проте, закономірності «потрапляння» і тенденції виходу – типологічні.

Саме це зумовило включення нами до методичного пулу низки методичних засобів, які зорієнтовані на дослідження смисложиттєвих орієнтацій особистості, а у типології ініціювання особистісних трансформацій даний компонент представлений як одна із типологічних ознак.

Критеріальна валідність визначалась шляхом розрахунку кореляцій Спірмена зі шкалами та загальними показниками за методиками: тесту смисложиттєвої кризи (К.В. Карпинський), смисложиттєвих орієнтацій (Д.О. Леонт'єв), особистісної

зрілості (М. Кроз, Л.Я. Гозман), рівня суб'єктивного контролю (Дж. Роттер адаптація Бажина Е.Ф., Голинкіної С.А., Еткінда А.М.), самоствалення (В.В. Столін, С.Р. Пантелеев), суб'єктивними звітами досліджуваних про наявність у них кризового стану, бажання його подолати та прагнень до змін. Так були виявлені достовірні кореляції тесту зі шкалами вказаних методик. Порівняння ініціювальних типів з відповідними шкалами методик дає нам можливість впевнено кваліфікувати тенденції, а у майбутньому (після процесу розширеної валідизації) – мати можливість визначати та кваліфікувати закономірності ініціювання особистісних трансформацій.

Так, за сукупністю отриманих емпіричних даних за зазначеними методиками, маємо наступні середньозначимі показники для виділених типів ініціювання особистісних трансформацій (див. таб. 2.14):

Таблиця 2.14.

Показники зв'язку ініціювальних типів особистості зі шкалами інших методик

Шкали	Ініціальний тип особистості				Загальне
	тип Т1	тип Т2	тип Т3	тип Т4	
СЖК	88,81	90,78	96,22	76,78	88,80
Інтернальність загальна	17	23,78	5,89	36	20,54
Інтернальність сімейна	2,69	7	2,56	1,56	3,33
Інтернальність міжособистісна	1,63	3,33	3,44	6,89	3,67
Очікуване уявлення	9,69	10	11,22	11,33	10,48
Ставлення інших	4,94	5,11	5,89	5,78	5,39
Підтр-мка	48	42,83	41,83	45,67	46,14
Спон-танність	10,36	9	7,83	11	9,72
Уявлення про природу людини	4,27	5	4,83	5,33	4,93

Для першого – *раціонально-самоствійного* – типу характерні:

- 1) середній рівень смисложиттєвої кризи (89);
- 2) загальна інтернальність середнього рівня (4);
- 3) інтернальність у сімейних стосунках середнього рівня (5);
- 4) інтернальність у міжособистісних стосунках середнього рівня (5);
- 5) шкала очікуваних ставлень від інших не виражена (6%);

- б) шкала ставлення інших не виражена (32%);
- 7) шкала підтримки середнього рівня (48);
- 8) шкала самоповаги середнього рівня (10);
- 9) шкала уявлень про природу людини середнього рівня (4).

За іншими шкалами вказаних методик статистично значимих різниць не виявлено.

Для другого – *креативно-вольового* – типу характерні:

- 1) середній рівень смисложиттєвої кризи (91), але більше, ніж у першого типу;
- 2) загальна інтернальність середнього рівня (5);
- 3) інтернальність у сімейних стосунках середнього рівня (7), але ближче до високого;

4) інтернальність у міжособистісних стосунках середнього рівня (6);

5) шкала очікуваних ставлень від інших виражена (53%);

б) шкала ставлення інших не виражена (32%);

7) шкала підтримки середнього рівня (42);

8) шкала самоповаги середнього рівня (9);

9) шкала уявлень про природу людини середнього рівня (5).

За іншими шкалами вказаних методик статистично значимих різниць не виявлено.

Для третього – *соціально-залежного* – типу характерні:

1) середній рівень смисложиттєвої кризи (96), але показник більший, ніж в інших типах;

2) загальна інтернальність середнього рівня (6);

3) інтернальність у сімейних стосунках середнього рівня (5);

4) інтернальність у міжособистісних стосунках середнього рівня (6);

5) шкала очікуваних ставлень від інших виражена (72%);

б) шкала ставлення інших виражена (51%);

7) шкала підтримки середнього рівня (42);

8) шкала самоповаги середнього рівня (8);

9) шкала уявлень про природу людини середнього рівня (5).

За іншими шкалами вказаних методик статистично значимих різниць не виявлено.

Для четвертого – *ситуативно-домінантного* – типу характерні:

- 1) низький рівень смисложиттєвої кризи (77), що значно відрізняється від інших трьох типів;
- 2) загальна інтернальність середнього рівня (6);
- 3) інтернальність у сімейних стосунках середнього рівня (5);
- 4) інтернальність у міжособистісних стосунках високого рівня (7);
- 5) шкала очікуваних ставлень від інших виражена (72%);
- 6) шкала ставлення інших виражена (51%);
- 7) шкала підтримки середнього рівня (45);
- 8) шкала самоповаги середнього рівня (11);
- 9) шкала уявлень про природу людини середнього рівня (5).

За іншими шкалами вказаних методик статистично значимих різниць не виявлено.

Ще одна процедура стандартизації результатів дослідження – емпірична кваліфікація однорідності вибірки – була застосована нами: по кожній шкалі обраних 5-ти методик дослідження було розраховано середньоквадратичне відхилення стосовно отриманих даних (див. таб. 2.15). Можна говорити, що середньоквадратичне відхилення за всіма шкалами у вибірковій сукупності невисоке, що вказує на однорідність вибірки.

Таблиця 2.15.

**Результати середньоквадратичного відхилення
за виділеними факторами**

Таблиця дисперсійного аналізу							
			Сума квадратів	df	Середня площа	F	Знак
Регресія фактору 5 для аналізу 1	Між групами	Комбін.	8,884	5	1,777	2,138	0,097
	У групах		19,116	23	0,831		
	Загальне		28	28			
Регресія фактору 6 для аналізу 1	Між групами	Комбін.	9,412	5	1,882	2,329	0,075
	У групах		18,588	23	0,808		
	Загальне		28	28			

Отримавши показники середньоквадратичного відхилення за всіма шкалами, ми можемо вирахувати коефіцієнт варіації по виборці для кожної шкали (див. таб. 2.16). Так, за показником смисложиттєвої кризи коефіцієнт дорівнює 16%, що говорить про малу варіацію. За шкалою цілей також коефіцієнт дорівнює 16%, процесу – 18%, результату – 16%, локус Я – 15%, локус життя – 17%, орієнтації життя – 12%, що також говорить про малу варіативність вибірки (**методика „СЖО”**).

За методикою **„РСК”** за шкалою „інтернальності загальної” коефіцієнт дорівнює 112%, що говорить про високу варіацію по виборці, за шкалою „інтернальність досягнень” – 134%, за шкалою „інтернальних невдач” – 236%, за шкалою „інтернальність сімейних стосунків” – 236%, за шкалою „інтернальність виробничих відносин” – 226%, за шкалою „інтернальність міжособових стосунків” – 108%, за шкалою „інтернальність здоров’я” – 183%, що також свідчить про велику варіацію по виборці за цими шкалами.

За **методикою „Самоставлення”** за інтегральною шкалою коефіцієнт дорівнює 18%, за шкалою „самоповага” – 24%, за шкалою „аутосимпатії” – 26%, за шкалою „очікування” – 14%, за шкалою „самоінтереси 1” – 16%, за шкалою „самовпевненість” – 26%, за шкалою „ставлення інших” – 22%, за шкалою „самоприйняття” – 27%, шкалою „самокерівництво” – 24%, що говорить про малу

варіативність вибірки. За шкалою „самозвинувачення” коефіцієнт дорівнює 36%, що вказує на середню варіативність вибірки. За шкалою „самоінтереси 2” коефіцієнт 18%, за шкалою „саморозуміння” – 50% (середня варіативність вибірки).

Таблиця 2.16.

Результати тесту Левена на однорідність дисперсії

	Статист.	df1	df2	Значимість
Регресія оцінки фактором 1 для аналізу 1	1,131	4	23	,367
Регресія оцінки фактором 2 для аналізу 1	,743	4	23	,572
Регресія оцінки фактором 3 для аналізу 1	1,676	4	23	,190
Регресія оцінки фактором 4 для аналізу 1	,890	4	23	,486
Регресія оцінки фактором 5 для аналізу 1	,539	4	23	,709
Регресія оцінки фактором 6 для аналізу 1	1,291	4	23	,303
Регресія оцінки фактором 7 для аналізу 1	2,492	4	23	,071

За методикою „Самоактуалізація” за шкалою „орієнтації у часі” коефіцієнт дорівнює 30%, за шкалою „підтримки” – 18%, за шкалою „ціннісних орієнтацій” – 29%, за шкалою „гнучкість поведінки” – 22%, за шкалою „сензитивність” – 31%, за шкалою „спонтанність” – 29%, за шкалою „самоповаги” – 26% за шкалою „самоприйняття” – 29%, за шкалою „уявлення про природу людини” – 35%, за шкалою „синергії” – 44%, за шкалою „прийняття агресії” – 29%, за шкалою „контактності” – 20%, за шкалою „пізнавальних потреб” – 36%, за шкалою „креативності” – 39%, що говорить про малу та середню варіативність вибірки.

Дисперсійний аналіз допомагає нам дослідити вплив незалежних змінних на залежні зміни (багатовимірний аналіз). Так, ми знаходимо середньогрупові значення по методу «ІТО» та шкалам інших методик та можемо робити висновок щодо шкал, за якими виявлені множинні відмінності ($<0,05$). Це шкали: „смісложиттєвої кризи” (0,008), „інтернальність загальна” (0,025), „інтернальність сімейних стосунків” (0,03), „інтернальність міжособистісна” (0,08), „очікування” (0,004), „ставлення інших” (0,02), „підтримки” (0,07), „самоповаги” (0,08), „уявлення про природу людини” (0,04).

Відмінності між ініціальними типами по даним шкалам є значущими, і саме тому ми вираховуємо середні значення по шкалах.

За методом кореляції Кендалла ми можемо встановити, які шкали між собою пов'язані:

- 1) шкала „цілі”;
- 2) шкала „процес”;
- 3) шкала „результат”;
- 4) шкала „локус Я”;
- 5) шкала „локус життя”;
- 6) шкала „орієнтації життя”;
- 7) шкала „інтернальність загальна”;
- 8) шкала „інтернальність досягнень”;
- 9) шкала „інтернальних невдач”;
- 10) шкала „інтернальність сімейних стосунків”;
- 11) шкала „інтернальність виробничих відносин”;
- 12) шкала „інтернальність міжособистісних стосунків”;
- 13) шкала „інтернальність здоров'я”;
- 14) шкала „самоствавлення інтегральне”;
- 15) шкала „самоповаги”;
- 16) шкала „аутосимпатії”;
- 17) шкала „очікування”;
- 18) шкала „самоінтереси 1”;
- 19) шкала „самовпевненість”;
- 20) шкала „ставлення інших”;
- 21) шкала „самоприйняття”;
- 22) шкала „самокерівництво”;
- 23) шкала „самозвинувачення”;
- 24) шкала „самоінтереси 2”;
- 25) шкала „саморозуміння”;
- 26) шкала „орієнтація у часі”;
- 27) шкала „підтримки”;
- 28) шкала „ціннісні орієнтації”;

- 29) шкала „гнучкість поведінки”;
- 30) шкала „сензитивність”;
- 31) шкала „спонтанність”;
- 32) шкала „самоповаги”;
- 33) шкала „сприйняття”;
- 34) шкала „уявлення про природу людини”;
- 35) шкала „синергії”;
- 36) шкала „прийняття агресії”;
- 37) шкала „контактність”;
- 38) шкала „пізнавальних потреб”;
- 39) шкала „креативність”.

Дисперсійний аналіз за факторами, що визначилися під час проведеного факторного аналізу по всім шкалам тестів з виділенням 7 факторів, дає нам можливість визначити найбільш значимі фактори для методу ІТО. Так, за тестом Левена на однорідність дисперсії всіх шкал отримуємо показник ($>0,05$), що говорить про рівність показників дисперсії і дозволяє як продовжувати процедуру дисперсійного аналізу, так і впевнено спиратись на його результати.

Таблиця 2.17.

Результати тесту ANOVA

		Сума квадратів	df	Середнє квадратів	F	заг.
Регресія фактору 1 для аналізу 1	Між групами	7,501	5	1,500	1,683	,179
	У групах	20,499	23	,891		
	Загальне	28,000	28			
Регресія фактору 2 для аналізу 1	Між групами	4,171	5	,834	,805	,558
	У групах	23,829	23	1,036		
	Загальне	28,000	28			
Регресія фактору 3 для аналізу 1	Між групами	6,164	5	1,233	1,299	,299
	У групах	21,836	23	,949		
	Загальне	28,000	28			
Регресія фактору 4 для аналізу 1	Між групами	6,967	5	1,393	1,524	,221
	У групах	21,033	23	,914		
	Загальне	28,000	28			
Регресія фактору 5 для аналізу 1	Між групами	8,884	5	1,777	2,138	,097
	У групах	19,116	23	,831		
	Загальне	28,000	28			
Регресія фактору 6 для аналізу 1	Між групами	9,412	5	1,882	2,329	,075
	У групах	18,588	23	,808		
	Загальне	28,000	28			
Регресія фактору 7 для аналізу 1	Між групами	7,437	5	1,487	1,664	,183
	У групах	20,563	23	,894		
	Загальне	28,000	28			

За *статистичним тестом ANOVA* ми отримуємо загальну значимість різниць за даними змінними між підгрупами по 7 факторах (див. табл. 2.17). І бачимо, що лише значення по двох факторах отримує 10% (5 та 6 фактори). Саме по ним ми розраховуємо значимі різниці для ІТО (див. табл. 2.18).

Таблиця 3.18

Значимі різниці факторів та ІТО

Загальні ІТО		Регресія фактору 5 для аналізу 1	Регресія фактору 6 для аналізу 1
виражений тип Т1+	Середнє	,5377353	-,4646193
	Помилка середнього	,24168400	,29691795
виражений тип Т2+	Середнє	-,7022492	-,4230869
	Помилка середнього	,44203839	,36539188
виражений тип Т3+	Середнє	-,3335718	,8391290
	Помилка середнього	,36824825	,38989749
виражений тип Т4+	Середнє	,0310552	,7347631
	Помилка середнього	,66281378	,22953356
	Помилка середнього	,24920039	,06341612
Загальне	Середнє	,0000000	,0000000
	Помилка середнього	,18569534	,18569534

Коефіцієнт Ета, який є аналогом коефіцієнта кореляції, це підтверджує: за 5 фактором значення дорівнює 32%, за 6 фактором – 34%. (див. табл. 2.19). Застосування даного методу є важливим з огляду на потребу підтвердження значущості зв'язків всередині факторних груп

Таблиця 2.19

Результати коефіцієнту Ета за виділеними факторами методик

	Ета	Квадрат Ета
Регресія фактору 5 для аналізу 1 загальні ініціювальних типів особистості	,563	,317
Регресія фактору 6 для аналізу 1 загальні ініціювальних типів особистості	,580	,336

За результатами застосування тесту ANOVA для подальшого аналізу всіх інших шкал обираємо лише наступні: „смиложиттєва криза” (0,02), „інтернальність загальна” (0,002), „інтернальність міжособових стосунків” (0,009), „очікування” (0,04), „підтримки” (0,07), „самоповаги” (0,08), „уявлення про природу людини” (0,04), які мають статистично значимі різниці. (див. Додаток Е). За іншими шкалами цих різниць не знайдено.

Таблиця 2.20.

Результати коефіцієнту Ета шкал методик з статистично значимими різницями

	Ета	Квадрат Ета
СЖК * узагальнені ІТО	,525	,276
ІЗАГ * узагальнені ІТО	,610	,373
ІМ * узагальнені ІТО	,555	,308
Очікування * узагальнені ІТО	,496	,246
П * узагальнені ІТО	,581	,338
СПО * узагальнені ІТО	,576	,332
УПЛ * узагальнені ІТО	,615	,378

Коефіцієнт Ета це підтверджує. (див. табл. 2.20.) Так, за „смиложиттєвою кризою” – 28%, за „інтернальністю загальною” – 37%, за „інтернальністю міжособових стосунків” – 31%, за „очікуванням” – 25%, за „підтримкою” – 34%, за „самоповагою” – 33%, за „уявленням про природу людини” – 38%.

Згідно методу обертання VARIMAX ми можемо виокремити 7 факторів, найбільш впливових для даного емпіричного розподілу даних (див. табл. 2.21. та рис. 2.4).

Таблиця 2.21.

Результати по 7 факторам за шкалами 5-ти методик

Компонент	Початкові власні значення			Обертання суми квадратів навантаження		
	Заг.	% дисперсії	сукупність %	Заг.	% дисперсії	сукупність %
1	9,459	24,253	24,253	5,044	12,933	12,933
2	4,505	11,552	35,804	4,984	12,779	25,712
3	4,061	10,412	46,216	4,436	11,374	37,086
4	3,296	8,451	54,667	4,022	10,312	47,398
5	2,952	7,569	62,236	3,440	8,819	56,218
6	2,448	6,278	68,514	3,352	8,596	64,814
7	1,845	4,732	73,246	3,289	8,432	73,246

Scree Plot

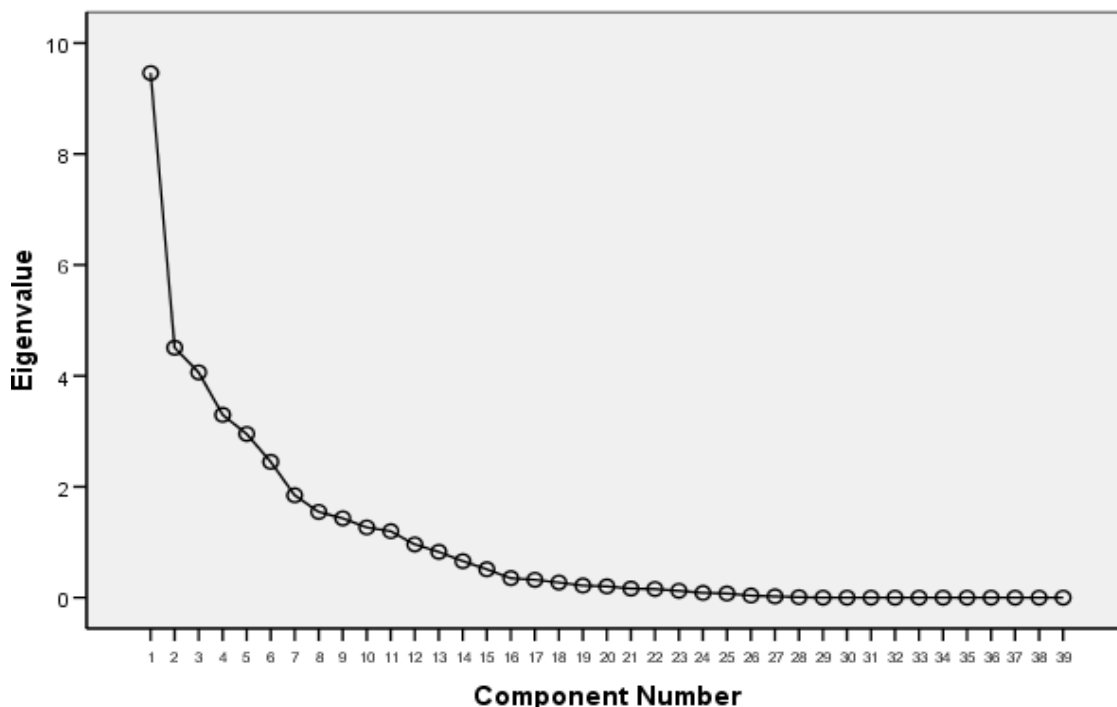


Рис. 2.4. Факторний розподіл шкал 5-ти методик

Таблиця 2.22.

Результати факторного наповнення шкал 5-ти методик

	Компонент						
	1	2	3	4	5	6	7
Цілі	-,114	,623	,204	,346	,032	-,041	-,428
Процес	-,011	,622	-,122	-,074	,161	,079	,611
Результат	,058	,648	,125	,155	,125	-,077	,618
ЛК_Я	,186	,711	,347	,156	,073	-,033	-,083
ЛК_життя	,011	,888	,103	,150	,030	-,069	,054
ОЖ	,016	,873	,187	,167	,178	,006	,200
ІЗАГ	,060	,186	,110	,883	,211	-,120	,158
ІД	,143	,117	-,002	,785	-,107	-,240	,157
ІН	,110	-,019	,027	,897	,004	,052	-,006
ІС	,123	,276	-,192	,783	-,075	,034	,111
ІВ	-,221	-,160	,267	,701	,298	-,309	-,254
ІМ	-,064	,036	-,012	,124	-,136	-,121	,779
ІЗ	,264	,347	,168	,124	,669	,298	,000
Інтегральна	-,005	,319	,842	,021	,140	,216	-,083
Самоповага	,007	-,093	,861	,040	-,120	-,050	,074
Аутосимпатії	,146	,414	,517	-,170	,486	-,242	,056
Очікування	,006	-,146	,423	,101	-,189	,778	,054
Самоінтереси1	-,030	-,028	-,202	-,209	,128	,734	,014
Самовпевненість	,178	,171	,765	-,049	,247	,178	,104
Відношення інших	-,187	-,265	,164	,065	-,153	,520	,268
Самоприйняття	-,035	,027	,445	-,094	,630	-,177	,296
Самокерівництво	-,144	-,525	,072	,054	-,363	-,358	,001
Самозвинувачення	-,216	-,476	-,541	,002	-,133	,165	,004
Самоінтереси2	-,099	,105	,065	-,288	,030	,792	-,004
Саморозуміння	,058	,183	,880	,076	-,059	,063	-,036
ОЧ	,327	,380	,048	-,215	,126	-,174	-,015
П	,850	,086	,045	,132	,384	-,159	,213
ЦО	,547	,182	,051	,008	,479	,158	,236
ГП	,698	,229	,059	,079	,069	-,032	,264
СЕН	,516	-,053	,088	,060	,573	,199	-,222
СП	,740	-,004	,026	,115	,005	,336	-,084
СПО	,618	,426	,188	-,029	,429	-,092	,141
СПР	,575	-,031	,051	-,018	,160	-,432	,159
УПЛ	,145	-,026	,044	,135	,234	,146	,788
СИН	,435	,017	,151	-,034	,208	,289	,674
ПА	,833	-,074	,265	-,019	,011	-,140	-,092
К	,617	,010	-,226	,201	-,213	-,318	-,089
ПП	,096	,185	-,105	,070	,712	-,166	,111
КР	,458	,212	-,099	,342	,447	-,053	,021

Як можемо бачити з таблиці 2.22, факторне наповнення виокремлених 7-ми факторів дозволяє згрупувати індивідуально-психологічні показники у додаткові типологічні блоки ознак і доповнити нашу первинну типологію ініціювання особистісних трансформацій в умовах кризи.

Таким чином нами було досліджено *індивідуально-психологічні ознаки та відмінності різних типів ініціювання особистісних трансформацій*, здійснено *процедури верифікації та стандартизації* отриманих емпіричних результатів.

На основі отриманих результатів доповнено та розширено перелік типологічних ознак, актуальних для типів ініціювання особистісних трансформацій. Це дозволило додати ще один рівень типізації і наповнити додатковими ознаками типологічний портрет кожного з типів.

Так, *раціонально-самостійний тип* характеризується відсутнім очікуваним ставленням від інших; відсутнім саморозумінням.

Креативно-вольовий тип має: високий локус життя; високу орієнтацію життя; високу інтернальність досягнень; у нього відсутня сенситивність; відсутнє самосприйняття; відсутнє прийняття агресії.

Соціально-залежний тип ініціювання має високе уявлення про природу людини; у нього відсутня орієнтація у часі; відсутня гнучкість поведінки; відсутнє прийняття агресії.

Ситуативно-домінантний тип має високі: інтернальність загальну; інтернальність досягнень; інтернальність міжособових стосунків; самоповагу.

2.3. Аналіз типологічних моделей ініціювання особистісних трансформацій в умовах подолання різних типів криз

Подальшим етапом нашого дослідження було дослідження виділених типів ініціювання особистісних трансформацій в умовах подолання різних типів криз (наприкладі *кризи навчання* та *кризи особистісної автономії*), а також – встановлення схожих та відмінних тенденцій і ознак у представників кожної групи досліджуваних (відповідно до типу криз).

Керуємось при порівнянні побудованою типологічною моделлю ініціювання особистісних трансформацій (Рис. 2.5.), яка окрім базових типів (раціонально-самостійний, креативно-вольовий, соціально-залежний, ситуативно-домінантний) представляє *онтологічні, глибинно-сутнісні вектори активності людини* (буттєве конструювання та буттєве перетворення), а також *напрями трансформаційної активності людини* (зовнішня та внутрішня трансформація). Такий комплекс типологічних блоків, представлений у даній типологічній моделі, розширює коло кваліфікаційних можливостей базової типології та відкриває перспективи більш широкого та повного опису типологічних моделей поведінки й діяльної активності людини в умовах кризи.

Аналізуючи особливості ініціювання особистісних трансформацій досліджуваними під час подолання *кризи особистісної автономії* (позбавлення волі) та *кризи життєвих помилок* (скоєний злочин) ми робимо наступні висновки. У вибірці досліджуваних з *кризами особистісної автономії* отримані високі значення за 3 типом (87%), 4 типом (68,75%), 2 типом (56%), та середнє значення за 1 типом (63%) – відповідно до типології ініціювання особистісних трансформацій, що відображено в табл. 2.23.

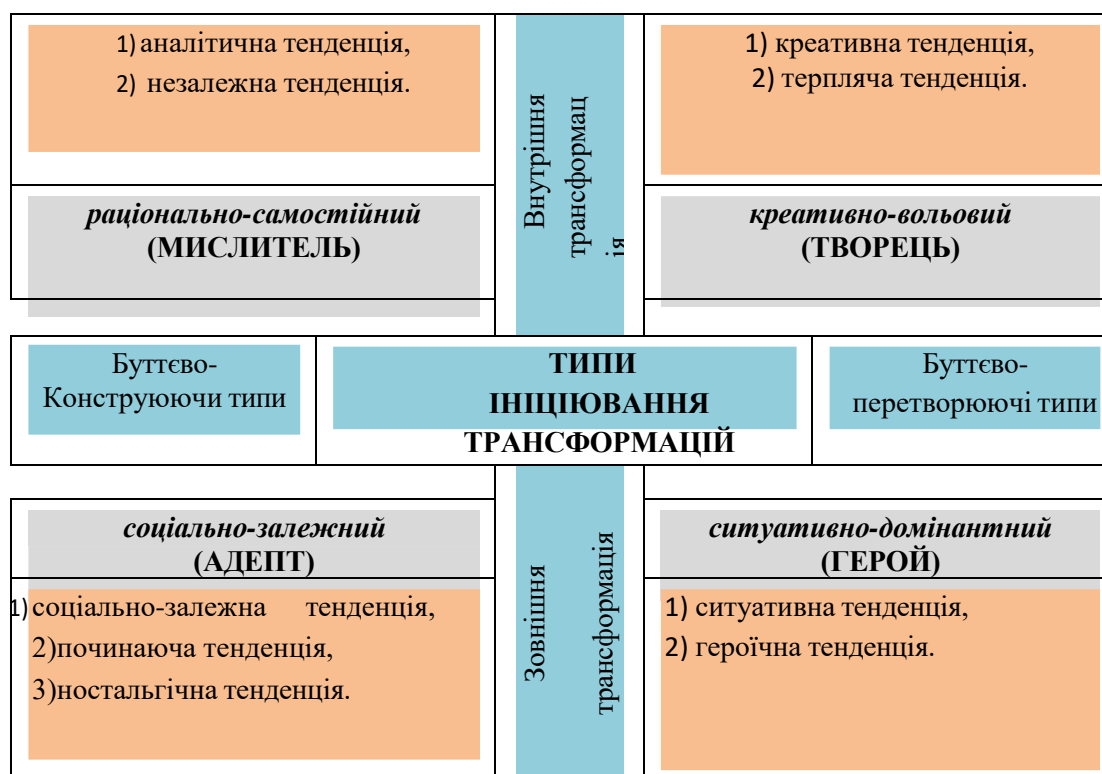


Рис. 2.5. Типологічна модель ініціювання особистісних трансформацій

Таблиця 2.23

Показники ініціувальних типів групи кризи особистісної автономії

Тип	Значення			
	низьке	середнє	високе	розподіл
Тип 1 (раціонально-самостійний)	-2 0%	-1 – 1 63%	2 37%	12%
Тип 2 (креативно-вольовий)	-2 -0 7%	1-2 37%	3-4 56%	23%
Тип 3 (соціально-залежний)	-2 0%	-1 – 1 13%	2 87%	34%
Тип 4 (ситуативно-домінантний)	-2 0%	-1 – 1 31,25%	2 68,75%	30%
Нульовий тип (відсутній тип)	---	---	---	1%

Проаналізуємо зв'язок шкал різних методик з вибіркою даного типу кризи (Рис. 2.6). За шкалами самоствалення (Методика Самоствалення Століна-Пантелєєва) ми отримали показники, які свідчать, що наявні яскраво виражені ознаки самоінтересу (66%), загального самоствалення (65%) та самоповаги (65%).

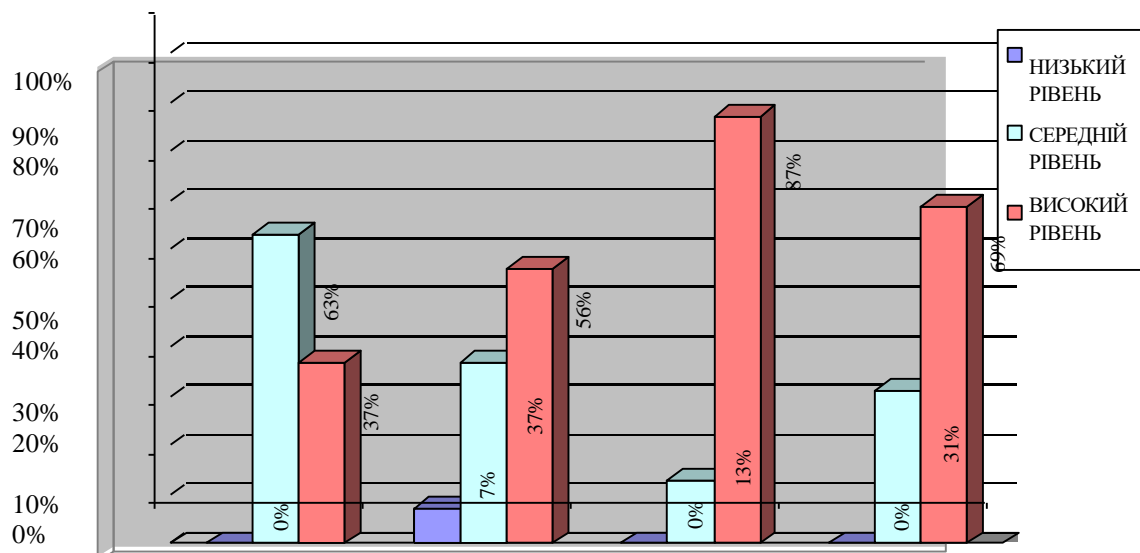


Рис. 2.6. Співвідношення показників ініціальних типів групи кризи особистісної автономії (I – раціонально-самостійного, II – креативно-вольового, III – соціально-залежного, IV – ситуативно-домінантного)

При цьому не виражена шкала самозвинувачення, а інші мають середні показники вираженості (див. табл. 2.24).

Таблиця 2.24.

Показники шкал самоствавлення групи кризи особистісної автономії

Самовідношення	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII
Середні значення	77,1	75,3	68,2	59,3	71,3	64,5	49,4	61,3	73,5	41,3	72,9	58,2
Не вираж	5%	9%	21%	26%	17%	30%	46%	42%	5%	74%	17%	40%
Виражена	30%	26%	37%	53%	30%	21%	37%	21%	42%	9%	17%	30%
Яскраво виражена	65%	65%	42%	21%	53%	49%	17%	37%	53%	17%	66%	30%

Примітка: I – інтегральна шкала, II –самоповаги, III –самосимпатії, IV – очікуваного ставлення, V – самоінтересів, VI – самовпевненості, VII – ставлення інших, VIII – самоприйняття, IX – самокерівництва, X – самозвинувачення, XI – самоінтерес, XII – саморозуміння

За локусом контролю (Методика дослідження рівня суб'єктивного контролю Дж. Ротттера в адаптації Бажина Е.Ф., Голинкіної С.А., Еткінда А.М.), ми маємо переважання екстернального локусу за шкалою загальної інтернальності, невдач, виробничих відносин. Переважання інтернального локусу за шкалами досягнень та міжособистісних стосунків. За сімейними стосунками та здоров'ям рівні показники як за інтернальним, так і за екстернальним локусами контролю (див. табл. 2.25).

Таблиця 2.25.

Показники шкал локусу контролю групи кризи особистісної автономії

Локус контролю	бал	Інт. заг.	Інт. дос.	Інт. невдач	Інт. сімейна	Інт. виробн	Інт. міжособ	Інт. здоров'я
Середні значення	5,5	4,7	6,7	4,9	4,9	3,8	6,5	5,1
Інтернальний	6-10	33%	83%	45%	50%	17%	83%	50%
Екстернальний	1-5	67%	17%	55%	50%	83%	17%	50%

За методикою Смесложиттєвих орієнтацій Д. Леонтєєва отримані низькі значення за всіма шкалами по всій вибірці досліджуваних групи кризи особистісної автономії (див. табл. 2.26).

Таблиця 2.26.

Показники шкал смесложиттєвої орієнтації групи кризи особистісної автономії

Смесложиттєві орієнтації	загальна ОЖ	цілі	процес	результат	Локус контролю- Я	Локус контролю- життя
Середні значення	83,4	28,9	25,8	20,2	19,1	16,3
Низькі	67%	72%	56%	72%	83%	100%
Середні	22%	10%	33%	28%	17%	0%
Високі	11%	17%	11%	0%	0%	0%

Нас цікавлять особливості кожного з ініціювальних типів особистості групи кризи особистісної автономії. З цією метою було визначено середні показники за всіма шкалами обраних методик.

Відповідно, для *1 типу (раціонально-самостійного)* характерні ознаки: очікуване ставлення яскраво виражене, самоінтерес яскраво виражений, ставлення інших яскраво виражене, саморозуміння яскраво виражене, висока гнучкість поведінки, екстернальний локус досягнень, інтернальний локус невдач.

Для *2 типу (креативно-вольового)* характерні: низький рівень смесложиттєвої кризи, інтегральне самоставлення яскраво виражене, не виражена самосимпатія, не виражене очікуване ставлення інших, не виражений самоінтерес, не виражена самовпевненість, не виражене само- прийняття, яскраво виражене самокерівництво, яскраво виражене самозвинувачення, не виражений самоінтерес,

не виражене саморозуміння, високий рівень орієнтації у часі, низький рівень сенситивності, низький рівень пізнавальних потреб, інтернальний локус здоров'я.

Для *3 типу (соціально-залежного)* характерні: середній рівень смисложиттєвої кризи, виражене інтегральне самоствалення, виражена самосимпатія, виражене очікуване ставлення інших, виражений самоінтерес, виражена самовпевненість, виражене самоприйняття, не виражене самокерівництво, виражене самозвинувачення, виражений самоінтерес, виражене саморозуміння, низька орієнтація у часі, висока сенситивність, високі пізнавальні потреби, екстернальний локус здоров'я.

Для *4 типу (ситуативно-домінантного)* характерні: виражена самоповага, виражене ставлення інших, виражене самокерівництво, не виражене самозвинувачення, яскраво виражений самоінтерес, низькі ціннісні орієнтації, високе самоприйняття, низьке уявлення про природу людини, висока синергія, низьке прийняття агресії.

У групі досліджуваних також виокремилася група, емпіричні показники представників якої були нижче середнього рівня значень, а отже не було констатоване домінування жодного з чотирьох типів ініціювання особистісних трансформацій в умовах кризи. Припускаємо, що ця група може бути віднесена до *типу*, типологічною ознакою якого буде саме ***відсутність тенденцій ініціювання особистісних трансформацій.***

Відповідно, група досліджуваних, у якої відсутній виражений тип ініціювання особистісних трансформацій, має свої особливості: середній рівень СЖК, не виражені ставлення інших, самозвинувачення; низька орієнтація у часі, підтримка, ціннісні орієнтації, гнучкість поведінки, сенситивність, спонтанність, самоприйняття, синергія, контактність, пізнавальні потреби та креативність; загальний екстернальний локус контролю, екстернальність невдач, сімейних та виробничих стосунків, здоров'я; інтернальність досягнень та міжособистісних стосунків; низькі показники смисложиттєвих орієнтацій; яскраво виражене інтегральне самоствалення, самоповага; виражені: самосимпатія, очікуване ставлення інших, самоінтерес, самовпевненість, самоприйняття, самокерівництво,

самоінтерес, сам розуміння; високий рівень самоповаги, уявлення про природу людини, прийняття агресії. Це може свідчити про подальше збереження особами даної групи наявного статусу та рівня розвитку, внаслідок відсутності виражених тенденцій до ініціювання особистісних трансформацій.

Аналізуючи особливості ініціювання особистісних трансформацій досліджуваними, які належать до групи подолання кризи навчання, ми отримали відповідні результати та можемо зробити наступні висновки.

Так за типологією ініціювання особистісних трансформацій у вибірці досліджуваних з кризами навчання отримані високі значення за 3 типом (75%), 2 типом (70%), та за 1 типом (50%). Четвертий тип не був представлений у вибірці (див. табл. 2.27).

Таблиця 2.27.

Показники ініціувальних типів групи кризи навчання

Тип	Значення			
	низьке	середнє	високе	розподіл
Тип 1 (раціонально-самостійний)	-2 15%	-1 – 1 35%	2 50%	14%
Тип 2 (креативно-вольовий)	-2 -0 20%	1-2 10%	3-4 70%	28%
Тип 3 (соціально-залежний)	-2 5%	-1 – 1 20%	2 75%	52%
Тип 4 (ситуативно-домінантний)	-2 0%	-1 – 1 0%	2 0%	0%

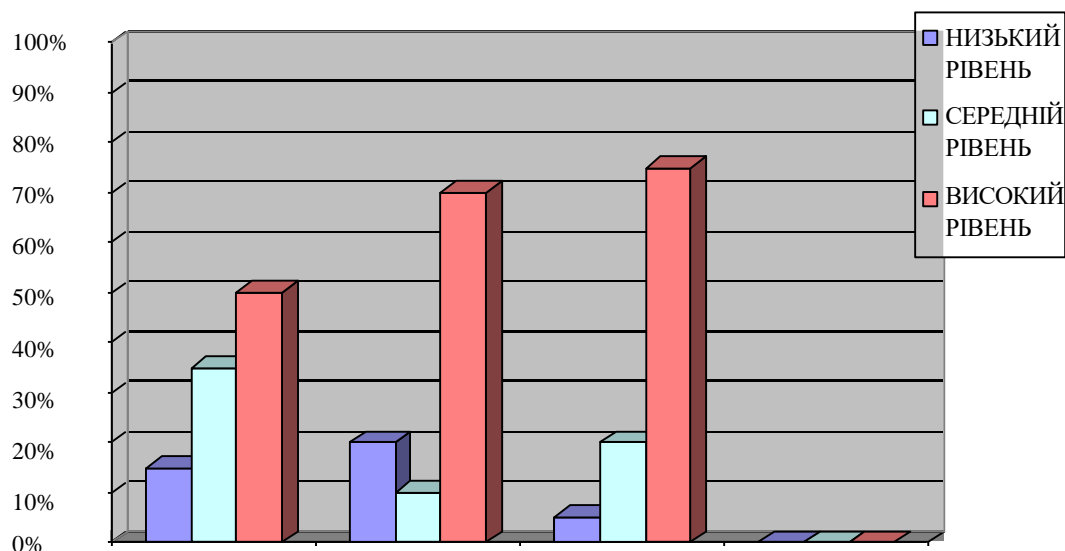


Рис. 2.7. Співвідношення показників ініціальних типів групи криз навчання (I – раціонально-самостійного, II – креативно-вольового, III – соціально-залежного, IV – ситуативно-домінантного)

Проаналізуємо зв'язок шкал різних методик з вибіркою даного типу кризи (Рис. 2.8.). За шкалами самоствлення (Методика Самоствлення Століна-Пантелєєва)ми отримали показники, які говорять, що яскраво виражені ознаки загального самоінтересу (65%), самоповаги (60%). При цьому не виражена шкала самозвинувачення, а інші мають середні показники вираженості (див. табл. 2.28.).

Таблиця 2.28.

Показники шкал самоствлення групи криз навчання

Самоствлення	Середні значення	Не виражена	Виражена	Яскраво виражена
Інтегральна	68,2	5%	35%	60%
Самоповаги	72,3	10%	30%	60%
Самосимпатії	64,1	20%	40%	40%
Очікуваного ставлення	58,3	21%	26%	53%
Самоінтереси	68,2	20%	30%	50%
Самовпевненість	62,5	30%	25%	45%
Ставлення інших	45,4	40%	40%	20%
Самоприйняття	62,1	38%	25%	37%
Самокерівництво	70,2	10%	40%	50%
Самозвинувачення	38,2	70%	10%	20%
Самоінтерес	68,5	20%	15%	65%
Саморозуміння	52,1	50%	25%	25%

За шкалами Методики дослідження особистісної зрілості Кроза-Гозмана (у т.ч. – самоактуалізації особистості) самоактуалізації особистості ми маємо високі

показники за шкалою підтримки, гнучкості поведінки, ціннісних орієнтацій, сприйняття та низькі результати за іншими шкалами (див. Табл. 2.29.).

Таблиця 2.29

Показники шкал Самоактуалізації групи кризи навчання

Самоактуалізація	Середні значення	Низький	Високий
Орієнтація у часі	8,0	56%	44%
Підтримка	45,7	52%	48%
Ціннісні орієнтації	11,3	40%	60%
Гнучкість поведінки	11,6	53%	47%
Сензитивність	7,0	51%	49%
Спонтанність	7,4	76%	24%
Самоповага	9,6	28%	72%
Сприйняття	10,6	62%	38%
Потреба пізнання	4,8	30%	70%
Синергія	3,5	62%	38%
Прийняття агресії	7,7	22%	78%
Контактність	9,0	72%	28%
Пізнання	5,3	70%	30%
Креативність	5,3	86%	14%

За локусом контролю (Методика дослідження рівня суб'єктивного контролю Дж. Роттера в адаптації Бажина Е.Ф., Голинкіної С.А., Еткінда А.М.), ми маємо переважання екстернального локусу за шкалою виробничих відносин, загальної інтернальності. Переважання інтернального локусу за шкалами досягнень, міжособистісних стосунків сімейними стосунками та здоров'ям (див. табл. 2.30).

Таблиця 2.30

Показники шкал локусу контролю групи кризи навчання

Локус контролю	бал	Інт. Заг.	Інт. Дос.	Інт. невд ач	Інт. сімей на	Інт. виро бн	Інт. міжсо б	Інт. здоро в'я
Середні значення	5,0	4,4	5,6	4,3	5,6	3,6	6,4	5,4
Інтернальний	6-10	40%	65%	42%	55%	15%	64%	52%
Екстернальний	1-5	60%	35%	38%	45%	85%	36%	48%

За методикою Смишловиттєвих орієнтацій (Д. Леонтєв) отримані високі значення за шкалою процесу та результату. Середні значення за загальною орієнтацією життя, локусом контролю життя. Низькі значення за цілями та локусом контролю Я (див. табл. 2.31).

Таблиця 2.31

Показники шкал смисложиттєвої орієнтації групи кризи навчання

Смисложиттєві орієнтації	загальна ОЖ	цілі	процес	результат	Локус контролю- Я	Локус контролю- життя
Середні значення	107,3	33,2	32,6	26,4	22,3	32,4
Низькі	15%	50%	20%	30%	60%	15%
Середні	55%	35%	35%	30%	40%	50%
Високі	30%	15%	45%	40%	0%	35%

Представники раціонально-самостійного типу ініціювання особистісних трансформацій характеризуються середнім рівнем вираження смисложиттєвої кризи; підвищеними, в порівнянні з іншими типами, значеннями шкал (за тестом Самоствалення) аутосимпатії та низьким рівнем саморозуміння; за Самоактуалізаційним тестом – значимих різниць не виявлено, а переважаючим показником є середній за всіма шкалами; за рівнем суб'єктивного контролю – екстернальний локус контролю за всіма показниками; за смисложиттєвими орієнтаціями – середні та низькі показники.

Представники креативно-вольового типу мають низький рівень вираження смисложиттєвої кризи; за тестом Самоствалення підвищений показник аутосимпатії та низький показник саморозуміння; за Самоактуалізаційним тестом переважаючим показником є середній рівень за всіма шкалами, але виявлена низька сензитивність; за рівнем суб'єктивного контролю значимих різниць не виявлено; за смисложиттєвими орієнтаціями – середній рівень цілей, високі процес, результат та локус контролю-життя.

Представники соціально-залежного типу мають середній рівень вираженості смисложиттєвої кризи; за тестом Самоствалення високі показники ставлення інших та самозвинувачення; за Самоактуалізаційним тестом високі ціннісні орієнтації, спонтанність, самоповагу, пізнавальні потреби та креативність; за рівнем суб'єктивного контролю інтернальний загальний локус контролю; за смисложиттєвими орієнтаціями – середні та низькі показники.

Ситуативно-домінантний тип ініціювання особистісних трансформацій в представників кризи навчання не представлений. «Нульовий» тип за

Самоактуалізаційним тестом має низькі пізнавальні потреби та креативність; за іншими шкалами методик – низькі та середні показники.

На відміну від групи «кризи особистісної автономії», представники групи «кризи навчання» мають достатньо високі та більш виражені показники за смисложиттєвими орієнтаціями, що може говорити про вираження у них цілей, процесу та результативності життя.

Отже, представники наявних чотирьох типів ініціювання особистісних трансформацій в умовах подолання кризових станів особистості (на прикладі криз особистісної автономії та криз навчання) характеризуються більш вираженими у порівнянні з нульовим типом ініціювання рисами самоактуалізованої особистості, високимитхарактеристиками самоствавлення та смисложиттєвими орієнтаціями, тобто направлені на розгортання свого потенціалу індивідуального буття, в той час як за відсутності ініціювання переважають особливості низької самоактуалізації та рівня розвитку особистості, що направлено на згортання свого потенціалу індивідуального буття та підтверджує нашу гіпотезу дослідження.

Порівнюючи особливості ініціювання особистісних трансформацій під час переживання криз особистісної автономії та криз навчання ми можемо зробити наступні висновки.

У представників групи з кризою особистісної автономії найбільш виражені два типи ініціювання особистісних трансформацій: соціально-залежний та ситуативно-домінантний. Це може говорити про те, що в умовах обмеження особистісної свободи та знаходження у виправних закладах пенітенціарної системи досліджувані звертаються до двох стратегій поведінки – це спонукання до дій, направлених на отримання допомоги, як від персоналу виправного закладу, так і залучення до ієрархічної системи виправного закладу з її неформальною ієрархією. А також, це другий варіант, менш виражений ніж перший – героїчне відстоювання свого права на існування та постійна боротьба за себе та за свій розвиток і особистісну трансформацію, що відображено в ситуативно-домінантному типі ініціювання особистісних трансформацій.

При цьому соціально-залежний тип ініціювання має свої (емпірично виявлені) особливості:

- висока аутосимпатія;
- високе очікуване ставлення інших;
- високий самоінтерес;
- високе самозвинувачення;
- висока самовпевненість;
- високі пізнавальні потреби;
- високе самоприйняття;
- висока сенситивність;
- екстернальний локус контролю;
- не виражене самокерівництво;
- низька орієнтація у часі.

Ситуативно-домінантний тип має наступні відмінності:

- висока самоповага;
- високе очікуване ставлення інших;
- високе самокерівництво;
- висока синергія;
- високий самоінтерес;
- високе самосприйняття;
- не виражене самозвинувачування;
- низькі ціннісні орієнтації;
- низьке уявлення про природу людини;
- низьке прийняття агресії.

У групі кризи навчання найбільш виражений також соціально- залежний тип та креативно-вольовий тип ініціювання особистісних трансформацій. Це може говорити також про дві стратегії поведінки в умовах криз навчання: 1) пошук підтримки та стимулів ініціювання трансформацій в інших, в ролі яких можуть виступати як співробітники сфери студентської соціально-психологічної служби, так і представники інших організацій, які надають психологічну, соціальну та

моральну допомогу; 2) творення своїх змін шляхом напруження внутрішніх психологічних сил та зміна наявної ситуації, використовуючи метод конструювання власної реальності та свого плану розвитку, який поступово перетворює наявну кризову ситуацію на конструктивну та відкриває таким чином нові смисли та задачі розвитку, що розширює кордони самоактуалізації особистості людини. Тим паче студенти протягом 4 – 5 років навчання розвивають свої мисленнєві та творчі функції.

При цьому соціально-залежний тип ініціювання має свої особливості:

- високе ставлення інших;
- високе самозвинувачення;
- високі ціннісні орієнтації;
- висока спонтанність;
- висока самоповага;
- високі пізнавальні потреби;
- висока креативність;
- інтернальний загальний локус контролю.

Креативно-вольовий тип має наступні особливості:

- висока аутосимпатія;
- низьке саморозуміння;
- низька сензитивність;
- високий процес життя;
- високий результат життя та локус контролю-життя.

Таким чином нами було досліджено та проаналізовано психологічні особливості вираження типів ініціювання особистісних трансформацій в умовах подолання криз особистісної автономії та криз навчання. Так було з'ясовано, що в групі представників криз особистісної автономії представлено найбільш виражені два типи ініціювання особистісних трансформацій: соціально-залежний та ситуативно-домінантний. Соціально-залежний тип ініціювання має свої особливості: високу самосимпатію; високе очікуване ставлення інших; високий самоінтерес; високе самозвинувачення; високу самовпевненість; високі пізнавальні

потреби; високе самоприйняття; високу сенситивність; екстернальний локус контролю; не виражене самокерівництво; низьку орієнтація у часі.

Ситуативно-домінантний тип має наступні відмінності: високу самоповагу; високе очікуване ставлення інших; високе самокерівництво; високу синергію; високий самоінтерес; високе самосприйняття; не виражене самозвинувачування; низькі ціннісні орієнтації; низьке уявлення про природу людини; низьке прийняття агресії.

В групі криз навчання найбільш представлено соціально-залежний та креативно-вольовий типи ініціювання особистісних трансформацій. При цьому соціально-залежний тип ініціювання має свої особливості: високе ставлення інших; високе самозвинувачення; високі ціннісні орієнтації; високу спонтанність; високу самоповагу; високі пізнавальні потреби; високу креативність; інтернальний загальний локус контролю.

Креативно-вольовий тип має наступні особливості: високу аутосимпатію; низьке саморозуміння; низьку сензитивність; високий процес життя; високі результат життя та локус контролю-життя.

Загалом, представники кожного з чотирьох типів ініціювання особистісних трансформацій в умовах подолання кризових станів особистості (на прикладі кризи особистісної автономії та кризи навчання) характеризуються більш вираженими у порівнянні з «нульовим типом ініціювання» (коли особистість не ініціює трансформаційних змін, а зорієнтована навіть на регрес чи збереження існуючих характеристик) рисами самоактуалізованої особистості, високими характеристиками самоставлення та смисложиттєвими орієнтаціями в той час, як за відсутності ініціювання переважають особливості низької самоактуалізації та рівня розвитку особистості, що підтверджує нашу гіпотезу дослідження.

Висновки до другого розділу

На основі емпіричного дослідження можна зробити наступні висновки:

1. Емпіричне дослідження особливостей прояву смисложиттєвої кризи в умовах іншого типу криз (у даному випадку – кризи особистісної автономії та кризи навчання) підтвердило наше припущення, що будь-який тип життєвих криз актуалізує для особистості смисложиттєві питання і навіть кризи. Встановлено, що представники і групи кризи особистісної автономії, і групи кризи навчання, характеризуються переживанням кризи смислу життя. Встановлено, що суб'єктивними та поведінковими ознаками кризи смислу життя є: ускладнення в усвідомлюваній смисловій саморегуляції життєвого шляху; деформації переживання психологічного часу, ставлення до психологічного минулого, теперішнього та майбутнього; деформації в побудові суб'єктивної картини життєвого шляху; переживання загальної незадоволеності життям; порушення суб'єктивного контролю життя; виникнення переживання відчуження як порушення в структурі відносин особистості зі світом у картині світу; відчуття внутрішньої порожнечі, нудьги, «онтологічного шоку» як страху, безнадії та розпачу, пов'язаних із усвідомленням безглуздості існування.

2. Емпіричне дослідження інтегративних ознак типів ініціювання особистісних трансформацій дозволило встановити індивідуально-психологічні комплекси відмінностей, характерних для кожного типу. Встановлено, що у представників раціонально-самостійного типу відсутні ініціювання очікуваного ставлення від інших та саморозуміння; у представників креативно-вольового типу домінантно виражені ознаки високого локусу життя орієнтації на життя, та інтернальність досягнень, проте відсутнє ініціювання сенситивності, самосприйняття та прийняття агресії. Виявлено, що для представників соціально-залежного типу домінантними є високе уявлення про природу людини та відсутність орієнтації у часі, гнучкості поведінки й прийняття агресії. Представники ж ситуативно-домінантного типу мають домінантні ознаки високої

загальної інтернальності, а також інтернальності досягнень, інтернальності міжособових стосунків та самоповаги.

3. Порівняльний аналіз типологічних моделей ініціювання особистісних трансформацій у представників, що перебувають у різних типах криз (група кризи особистісної автономії та група кризи навчання) дозволив виявити принципові відмінності. Так у осіб з кризою особистісної автономії найбільш виражені два типи ініціювання особистісних трансформацій: соціально-залежний (87%) та ситуативно-домінантний (69%). У групі кризи навчання найбільш виражений соціально-залежний тип (75%) та креативно-вольовий тип (70%) ініціювання особистісних трансформацій. Оскільки інші типи особистісних трансформацій представлені у потенційно-активному континуумі середніх значень 30-50% вираженості, вони можуть бути кваліфіковані як такі, що є потенційно можливими і готовими до актуалізації, і за певних умов ініціювання (зовнішнього чи внутрішнього) можуть перейти в актуальний стан, що зумовить особистісне перетворення і зростання.

4. Емпірично встановлена наявність певних специфічних зв'язків ініціувальних типів у стані кризи та ціннісно-сисловою сферою і самоактуалізацією особистості, які саме й вказують на ті риси особистості, що розвиваються, або можуть зумовити розвиток. Так представники всіх чотирьох типів ініціювання особистісних трансформацій в умовах подолання кризових станів особистості (на прикладі кризи особистісної автономії та кризи навчання) характеризуються більш вираженими (у порівнянні з нульовим типом ініціювання, зорієнтованого на стагнацію або регрес) рисами самоактуалізованої особистості (74-78%), високими характеристиками самоствавлення (65%) та смисложиттєвими орієнтаціями (40-45%), що підтверджує нашу гіпотезу дослідження.

ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній магістерській роботі представлено узагальнені результати теоретико-емпіричного дослідження, що дало змогу дійти таких висновків:

1. Узагальнені теоретичні й емпіричні підходи щодо проблеми особистісних трансформацій в умовах подолання кризових станів, а також здійснені аналіз та обґрунтування їх структурно-функціональних особливостей дозволяють стверджувати, що трансформація особистісної сфери людини має вивчатись як багаторівневий та багатофакторний феномен, що має свою структуру, стадії, механізми, види та рівні, вихідним результатом якої, при гармонійному подоланні, є зміна особистісних структур з удосконаленням та підвищенням рівня розвитку індивіда. При цьому головним в самій трансформації є її започаткування або ініціювання суб'єктом розвитку.

2. Теоретична модель дослідження місця та ролі закономірностей ініціювання особистісних трансформацій, розглянута на основі теоретичного аналізу концептуальних та емпіричних напрямів дослідження взаємодії кризових станів особистості та їх подолання, ґрунтується на засадах суб'єктного підходу до вивчення особистості, ініціальної психології, культурно-історичного напрямку, концепції багатовимірності особистості та ін. Онтологізація багатовимірної моделі особистості дає можливість визначити шість інваріант, що зумовлюють вісімнадцять ініціувальних тенденцій особистісних трансформацій, які проявляються в умовах подолання кризових станів особистості: просторово-часова орієнтація (на минуле, сучасне, майбутнє); потребнісно-вольові переживання (небезторонність); змістовна спрямованість діяльності особистості (предмет – засіб-продукт; інша людина; процес; сам суб'єкт); рівні опанування особистістю діяльності (навчання, відображення, творчості); форми реалізації діяльності (моторна, інтуїтивна, мовленнєво-розумова); результативність діяльності (вдосконалення, застій, регресія). Саме вони постають основою типологізації ініціальних тенденцій особистості.

3. При проведенні емпіричного дослідження на основі факторного аналізу підтвержені контури та ознаки типологічних моделей ініціювання особистісних

трансформацій, об'єднані у 4 основні типи (раціонально-самостійний, креативно-вольовий, соціально-залежний, ситуативно-рольовий), які мають статистично значущі відмінності у показниках досліджуваних груп переживання життєвих криз. Факторизація емпіричних даних дала змогу отримати факторну структуру кожного типу за індивідуально-психологічними характеристиками.

4. Багатовимірність ініціювання особистісних трансформацій в умовах подолання кризових станів особистості характеризується вираженням у осіб з кризою особистісної автономії соціально-залежного типу (34%), ситуативно-домінантного типу (30%), креативно-вольового (23%), та раціонально-самостійного (12%), їх поєднання та відсутністю типів. В осіб з кризами навчання ініціювання особистісних трансформацій характеризується проявом соціально-залежного типу (52%), креативно-вольового типу (28%), раціонально-самостійного (14%), їх поєднанням, а також – відсутністю ситуативно-домінантного (0%) типу ініціювання. Представники кожного типу (на прикладі криз особистісної автономії та криз навчання) характеризуються більш вираженими у порівнянні з «нульовим типом» ініціювання (1/4% - експериментальна/контрольна група, відповідно) рисами самоактуалізованої особистості, високими характеристиками самоставлення та смисло-життєвими орієнтаціями, що свідчить про розгортання потенціалу індивідуального буття, в той час, як за відсутності ініціювання змін переважають низька самоактуалізація та екстернальний локусу контролю, що говорить про згортання свого потенціалу та підтверджує гіпотезу дослідження.

Проведене дослідження не вичерпує усіх аспектів окресленої проблеми. Перспективи подальших наукових пошуків вбачаємо у більш глибокій диференціації структурних компонентів ініціювання особистісних трансформацій, розширенні теоретико-методологічних підходів у вивченні даного психологічного феномена та прикладних аспектів його впровадження.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Абульханова-Славская К.А. О путях построения типологии личности. Психологический журнал. Том 4. № 1. 1983.
2. Анцыферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита. Психологический журнал. 1994. Т.15. №1. С.3-18.
3. Бондаренко О.Ф. Психологічна допомога особистості. Харків: Фоліо, 1996. 237с.
4. Буякас Т.М. Инициальная терапия как практика феноменологического подхода к человеку. Вопросы психологии. 2007. №1. С. 70-80.
5. Буякас Т.М. Инициальный путь развития личности: возможности психологической работы. Вопросы психологии. 2003. № 5. С. 68-79.
6. Варбан Є.О. Стратегії і прийоми психологічного подолання життєвих криз особистості. Практична психологія та соціальна робота. 1998. № 8. С. 7-9.
7. Василюк Ф.Е. Жизненный мир и кризис: типологический анализ критических ситуаций. Психологический журнал. 1995. Т. 16. № 3. С. 90 -101
8. Василюк Ф.Е. Психологический анализ переживания преодоления критических ситуаций: автореф. дис. ...канд. психол. наук: 19.00.01. Москва, 1981. 18 с.
9. Василюк Ф.Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. 200с.
10. Гримак Л.П. Резервы человеческой психики: Введение в психологию активности. М.: Политиздат, 1987. С. 172 с.
11. Донченко Е.А. Личность: конфликт, гармония. К.: Политиздат Украины, 1989. 185с.
12. Жизненный путь личности / Под ред. Л.В. Сохань. К.: Наукова думка, 1987. 280 с.

13. Зайва О.О. Особливості використання почуття гумору як ресурсу психологічного подолання : автореф. дис... канд. психол. наук : .19.00.01. Харків, 2006. 19 с.

14. Зайва О.О. Особливості використання почуття гумору як ресурсу психологічного подолання: Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Харків, 2006. 191 с.

15. Копець Л.В. Психологія особистості: Навч. посібник. К.: Вид. дім Києво-Могилянська академія, 2007. 460с.

16. Лактіонов О.М. Структурно-динамічна організація індивідуального досвіду. Дис. ... доктора психол. наук: 19.00.01. Харків, 2000. 418 с.

17. Линдемманн Э. Клиника острого горя. Психология эмоций. Тексты. : под ред. В.К. Вилюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтер. М.: Изд-во МГУ, 1984. С. 212-19.

18. Лушин П.В. Психология личностного изменения. Кировоград, 2002. 352 с.

19. Лушин П.В. Психология личностного изменения. Кировоград, 2002. 352 с.

20. Лэнгтон К. Волшебные сказки: ориентирование на цель метафоры при лечении взрослых и детей. Воронеж: НПО "МОДЭК", 1996. 432с.

21. Магомед-Эминов М.Ш. Трансформация личности. М.: Психоаналитическая Ассоциация, 1998. 496 с.

22. Малкина-Пых И.Г. Возрастные кризисы взрослости. М.: Изд-во Эксмо, 2005. 416 с.

23. Маноха І.П. Психологія потаємного "Я". К.: Поліграфкнига, 2001. 448 с.

24. Назарук О.М. Вікові особливості розуміння особистого досвіду. Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. Київ, 2004. 213 с.

25. Носенко Е.Л. Походження, зміст та форми виявлення гумору як ресурсу психологічного подолання. Вісник Дніпропетр. ун-ту. Сер. Педагогіка та психологія. Дн-ськ, 2004. № 7. С. 22-31.

26. Особистісний вибір: психологія відчаю та надії / За ред. Т.М. Титаренко. К.: Міленіум, 2005. 336 с.

27. Пилипенко Н.М. Адаптація особистості до життєвої кризи. Журнал практикуючого психолога. 2000. Вып. 6. С. 140-148.

28. Пилипенко Н.М. Вплив кризи професійного становлення на саморозвиток особистості. Педагогіка і психологія. 2005. №2. С. 116-126.

29. Пилипенко Н.М. Соціально-психологічний тренінг формування особистісних змін в умовах моделювання екзистенційної кризи. Практична психологія та соціальна робота. 2004. № 1. С. 68 -70.

30. Психологія життєвої кризи / Відп. ред. Т.М. Титаренко. К.: Агропром-видав України, 1998. 348с.

31. Психологія особистості: Словник-довідник / За ред. П.П. Горностая, Т.М. Титаренко. К.: Рута, 2001. С. 137.

32. Розов В. Адаптивні здібності людини в умовах травматичного стресу. Соціальна психологія. № 3(17). 2006. С. 108-120.

33. Санникова О.П. Психологический портрет кризисной личности Вісник Харківського університету. Серія Психологія. 2000. № 498. С. 115-121.

34. Титаренко Т.М. Кризова особистість у психолого-антропологічному вимірі. Соціально-гуманітарна освіта України та шляхи її розбудови, Київ: Вид-во Генеза, 1997. С. 264-268.

35. Штепа О.С. Трансформація особистості у тренінгах особистісного зростання та способи її вимірювання. Практична психологія та соціальна робота. 2004. – №3. С.53-57.

36. Aycok K.J. Coping resources, coping styles, mastery, social support, and depression in male and female college students. Dissertation, Georgia State University, 2011. 88 p. Відновлено з:
https://scholarworks.gsu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1064&context=cps_diss

37. Brown J. (2001). Resilience education. Thousand Oaks, CA: Corwin Press, 105 p. Відновлено з:
https://books.google.com.ua/books/about/Resilience_Education.html?id=E8dr5uCuvXcC&redir_esc=y

38. Comas-Diaz L. (2014). The road to resilience. American Psychological Association. Відновлено 3 <https://advising.unc.edu/wp-content/uploads/sites/341/2020/07/The-Road-to-Resiliency.pdf>

39. Conway M.A. (2005). Memory and the self. *Journal of Memory and Language*. 53. P. 594-628.

40. Conway M.A. and Pleydell-Pearce C.W. (2000). The construction of autobiographical memories in the self-memory system. *Psychological Review*. 107 (2). P. 261-288.

41. Frankl V. (2006). *Man's Search for Meaning*. Beacon Press; 1st edition. 188 p.

42. Frydenberg E. (2004). *Coping Competencies. Theory into Practice*. Vol. 43. № 1. P. 14-22.

43. Masten A. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychology*, № 56. P. 227-238.

44. Neill, J. T. & Booth, J. (2017). Coping strategies and the development of psychological resilience. *Journal of Outdoor and Environmental Education*, 20(1), 47-54. <https://doi.org/10.1007/BF03401002>

45. Roisman G. (2005). Conceptual Clarifications in the Study of Resilience. *American sychologist*, Vol 60(3). P. 264-265.

46. Sandler J. (1992). *The Patient and the Analyst: The Basis of the Psychoanalytic Process*. Routledge; 1st edition. 250 p.

47. Shatte A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. N.Y.: Broadway, 272p.

48. Turner V. (1970). *The Forest of Symbols: Aspects of Ndembu Ritual*. Cornell University Press; First Edition. p.81

49. Weber H. (2003). Breaking the rules: Personal and social responses to coping normviolations. *Anxiety, Stress and Coping: An International Journal*. Vol. 16. № 2. P. 133–153.

50. Zaika V. (2014). Initiation of personal transformations as possibility of manifestation of man`s freedom. *European humanities studies: State and Society*. Issue 1. P. 233-241.

51. Zaika V. (2014). The Method of psychological research of initial types of personal transformation «ITP»: introduction. Academic scientific digest. Krakow : KA-EEIP, XII. P. 31-35.

ДОДАТКИ

Додаток А

		T1	T2	T3	T4
СЖК	Correlation Coefficient	-0,0027	0,06788	-0,01262	-0,29934
	Sig. (2-tailed)	0,98580 7	0,65398 7	0,93367 5	0,04328 4
Цілі	Correlation Coefficient	-0,03924	0,22371 4	0,09739 8	-0,00404
	Sig. (2-tailed)	0,79568 9	0,13502 8	0,51961 5	0,97872
Процес	Correlation Coefficient	-0,10852	0,36176 8	0,18262 9	0,18285 3
	Sig. (2-tailed)	0,47283 8	0,01349 6	0,22443 9	0,22386
Результат	Correlation Coefficient	-0,16935	0,29052 4	0,15348 2	-0,00299
	Sig. (2-tailed)	0,26054 2	0,05015 1	0,30850 2	0,98427 5
ЛК_Я	Correlation Coefficient	0,00724 7	0,08175 2	-0,00655	-0,00322
	Sig. (2-tailed)	0,96187 8	0,58911 7	0,96555 6	0,98306 4
ЛК_життя	Correlation Coefficient	-0,0497	0,32646 7	0,02938 9	0,20770 6
	Sig. (2-tailed)	0,74292 7	0,02680 6	0,84626 6	0,16601 6
ОЖ	Correlation Coefficient	-0,06189	0,32288 4	0,08994 4	0,10374
	Sig. (2-tailed)	0,68282 4	0,02862 4	0,55221 2	0,49265 7
ІЗАГ	Correlation Coefficient	-0,01098	0,17265 3	0,06220 4	0,39716 2
	Sig. (2-tailed)	0,94226 4	0,25121 3	0,68131	0,00627 7
ІД	Correlation Coefficient	0,03298 9	0,30749 1	0,07812 2	0,30931 4
	Sig. (2-tailed)	0,82770 6	0,03763 9	0,60581 3	0,03646 2
ІН	Correlation Coefficient	0,00835 8	0,08185 3	0,22208 1	0,15345 3

	Sig. (2-tailed)	0,95603 9	0,58865 4	0,13797 7	0,30859 7
IC	Correlation Coefficient	0,06383 5	0,26406 3	0,27851	0,06180 5
	Sig. (2-tailed)	0,67341 6	0,07617 9	0,06089 8	0,68324 6
IB	Correlation Coefficient	0,06688	0,04961 4	0,10774 3	0,23800 7
	Sig. (2-tailed)	0,65876 8	0,74333 4	0,47602	0,11120 4
IM	Correlation Coefficient	-0,29273	0,17056 5	0,25832 8	0,34202 8
	Sig. (2-tailed)	0,04835 3	0,25707 9	0,08302 3	0,01998 9
ІВ	Correlation Coefficient	-0,04594	-0,14731	-0,03875	0,01146 6
	Sig. (2-tailed)	0,76176 5	0,32860 3	0,79820 7	0,93971 5
Інтегральна	Correlation Coefficient	-0,13601	0,09474 7	-0,22297	0,28070 1
	Sig. (2-tailed)	0,36742 8	0,53109 7	0,13636 2	0,05881 1
Самоповага	Correlation Coefficient	-0,24235	0,05318 1	-0,23779	0,15999 2
	Sig. (2-tailed)	0,10464	0,72557 7	0,11153 6	0,28818 3
Аутосимпатії	Correlation Coefficient	0,11414 6	0,06447	-0,26478	0,22359
	Sig. (2-tailed)	0,45004 2	0,67035	0,07535	0,13525 2
Очікування	Correlation Coefficient	-0,33771	-0,19855	0,07679 7	0,08932 5
	Sig. (2-tailed)	0,02171 7	0,18591 3	0,61196	0,55496 4
Самоінтереси1	Correlation Coefficient	-0,04514	0,00091 2	0,08131 5	0,26706 7
	Sig. (2-tailed)	0,76577	0,99519 9	0,59111 8	0,07277 6
Самовпевненість	Correlation Coefficient	-0,10743	-0,0238	-0,21113	0,13588

	Sig. (2-tailed)	0,04439 3	0,05090 8	0,94490 9	0,69559 8
Самоприйняття	Correlation Coefficient	0,17023 5	-0,03326	-0,251	0,27787
	Sig. (2-tailed)	0,25801 4	0,82628 7	0,09245 9	0,06151 9
Самокерівництво	Correlation Coefficient	-0,2473	-0,02984	-0,05896	-0,0316
	Sig. (2-tailed)	0,09752 6	0,84394 6	0,69709 3	0,83487 9
Самозвинувачен я	Correlation Coefficient	0,08630 9	-0,09381	0,26315 1	-0,12562
	Sig. (2-tailed)	0,56845 3	0,53516 8	0,07723 7	0,40547 6
Самоінтереси2	Correlation Coefficient	-0,13143	-0,11418	0,13896 7	0,12554 3
	Sig. (2-tailed)	0,38394 3	0,44988 9	0,35701 7	0,40578 4
Саморозуміння	Correlation Coefficient	-0,3541	-0,06199	-0,07947	0,04075 1
	Sig. (2-tailed)	0,01576 6	0,68232 8	0,59957 6	0,78801 1
ОЧ	Correlation Coefficient	0,09305 9	-0,07958	-0,34615	0,18743 2
	Sig. (2-tailed)	0,63113	0,68154 7	0,06585 5	0,33024 7
П	Correlation Coefficient	0,24326 9	-0,20646	-0,20128	0,12287 9
	Sig. (2-tailed)	0,20350 6	0,28257 1	0,29509 5	0,52540 9
ЦО	Correlation Coefficient	0,20788 8	0,10164 7	0,04845 3	0,21705 1
	Sig. (2-tailed)	0,27918 8	0,59981 3	0,80289 8	0,25806
ГП	Correlation Coefficient	0,12242 7	-0,07822	-0,31462	0,19575 8
	Sig. (2-tailed)	0,52694 4	0,68671 1	0,09645 9	0,30881 7
СЕН	Correlation Coefficient	0,11012	-0,3366	-0,02986	0,05687 2
	Sig. (2-tailed)	0,56958 3	0,07418 8	0,87780 3	0,76949 8
СП	Correlation Coefficient	0,12091 5	-0,20825	-0,07566	-0,00245

	Sig. (2-tailed)	0,5321	0,27834 2	0,69646 9	0,98995 5
СПО	Correlation Coefficient	0,21372 8	0,04969 7	-0,16988	0,30434 3
	Sig. (2-tailed)	0,26559 9	0,79794 1	0,37829 5	0,10845 2
СПП	Correlation Coefficient	0,14239 9	-0,29634	-0,421	0,00819 8
	Sig. (2-tailed)	0,46119 5	0,11854 1	0,02294 7	0,96633 5
УПД	Correlation Coefficient	-0,25053	0,25886 4	0,36478 6	0,17651 2
	Sig. (2-tailed)	0,18991 1	0,17511 5	0,05169 5	0,35969 2
СНН	Correlation Coefficient	-0,10999	0,08863 5	0,16338 2	0,05098
	Sig. (2-tailed)	0,57004 5	0,64751 3	0,39707 8	0,79283 7
ПА	Correlation Coefficient	-0,1074	-0,29667	-0,37597	-0,024
	Sig. (2-tailed)	0,57920 8	0,11810 6	0,04442 7	0,90166 7
К	Correlation Coefficient	0,03273 6	0,07974 3	-0,04989	-0,18704
	Sig. (2-tailed)	0,86612 8	0,68092 9	0,79719 2	0,33128 7
ПП	Correlation Coefficient	0,14141 2	-0,25308	0,00223 4	0,01436 1
	Sig. (2-tailed)	0,46434 2	0,18530 6	0,99082 3	0,94106
КР	Correlation Coefficient	0,27260 8	0,01706 1	0,06143 8	0,03310 2
	Sig. (2-tailed)	0,15250 8	0,93000 3	0,75154 7	0,86464 4
Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).					
Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).					

Додаток Б

Дисперсійний аналіз шкал методик

Tests of Between-Subjects Effects						
Source	Dependent Variable	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
тип	СЖК	2074,817	5	414,963	4,08735	0,00841
	Цілі	99,83333	5	19,9666	0,97674	0,45281
	Процес	190,3093	5	38,0618	1,11912	0,37793
	Результат	153,2032	5	30,6406	1,93955	0,12651
	ЛК_Я	23,45611	5	4,69122	0,44830	0,81008
	ЛК_життя	304,7231	5	60,9446	2,04858	0,10928
	ОЖ	1245,794	5	249,158	1,79117	0,15448
	ІЗАГ	6119,959	5	1223,99	3,15636	0,02586
	ІД	567,8182	5	113,563	1,42560	0,25251
	ІН	426,2534	5	85,2506	1,42631	0,25228
	ІС	719,8015	5	143,960	2,86411	0,03744
	ІВ	213,384	5	42,6768	0,64053	0,67114
	ІМ	141,1897	5	28,2379	2,25903	0,08251
	ІЗ	139,1155	5	27,8230	1,40424	0,25981
	Інтегральна	75,70585	5	15,1411	1,29103	0,30194
	Самоповага	26,22623	5	5,24524	1,01365	0,43232
	Аутосимпатії	47,48903	5	9,49780	1,40441	0,25976
	Очікування	28,59822	5	5,71964	4,58175	0,00479
	Самоінтереси1	4,064786	5	0,81295	0,56712	0,72424

	Самовпевненість	10,85266	5	2,17053	1,55125	0,21339
	Відн_інш	15,35841	5	3,07168	3,09205	0,02803
	Самоприйняття	23,97701	5	4,79540	1,85889	0,14101
	Самокерівництво	6,464472	5	1,29289	0,88128	0,50924
	Самозвинувачення	8,489028	5	1,69780	0,69058	0,63561
	Самоінтереси2	5,732497	5	1,14649	0,82248	0,54640
	Саморозуміння	10,66092	5	2,13218	1,06224	0,40650
	ОЧ	29,76646	5	5,95329	1,02426	0,42657
	П	632,6149	5	126,523	2,34900	0,07323
	ЦО	39,36938	5	7,87387	0,66142	0,65623
	ГП	52,29519	5	10,4590	1,70590	0,17330
	СЕН	40,59248	5	8,11849	2,08525	0,10404
	СП	5,362591	5	1,07251	0,19596	0,96090
	СПО	58,41432	5	11,6828	2,28922	0,07927
	СПР	53,32811	5	10,6656	1,11060	0,38209
	УПЛ	31,68025	5	6,33605	2,79271	0,04103
	СИН	17,86938	5	3,57387	1,60222	0,19926
	ПА	26,78892	5	5,35778	1,01032	0,43414
	К	11,61964	5	2,32392	0,71994	0,61514
	ПП	16,10502	5	3,22100	0,77870	0,57518
	КР	7,369383	5	1,47387	0,26115	0,92964

Додаток В
Тест ANOVA

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
СЖК * обобщённые инициальные типов личности	Between Groups	(Combined)	2521,635	5	504,327	3,046	,020
	Within Groups		165,596	40	4,141		
Total			2521,635	45			
ІЗАГ * обобщённые инициальные типов личности	Between Groups	(Combined)	8782,969	5	1756,594	4,752	,002
	Within Groups		14786,444	40	369,661		
Total			23569,413	45			Total
ІС * обобщённые инициальные типов личности	Between Groups	(Combined)	389,727	5	77,945	1,345	,266
	Within Groups		2318,382	40	57,960		