

Проходження життєвої кризи особистості в ракурсі переживання свободи та відповідальності

Дорогавцева М. А.

магістрантка ННІ психології,

ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,

e-mail: Dorohavtseva@krok.edu.ua

Живоглядов Ю. О.

кандидат психологічних наук, доцент,

ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,

e-mail: YuriyGo@krok.edu.ua,

ORCID: 0000-0002-6763-2737

У широкому розумінні, кризу можна розглядати як стан, який виник внаслідок накопичення нерозв'язаних життєво важливих проблем, суперечностей або подій, що призвели до втрати сенсу попереднього стилю життя, поведінки й діяльності. Як вважає М. Варій, переживання кризи зумовлює перебудову психологічної структури особистості [1].

Т. Титаренко особливу увагу приділяє питанню активності людини, як суб'єкта власної поведінки, здатного контролювати кризову ситуацію.

Дослідниця визначає кризу як гострий, і водночас тривалий, внутрішній конфлікт щодо життя загалом, його сенсу, основних цілей та шляхів їх досягнення. А життєвою кризою називає період, впродовж якого змінюються спосіб детермінації процесів розвитку, життєвий задум, траєкторія життєвого шляху [2].

В цілому ж життєва криза-це складний і багатовимірний стан, який мобілізує творчий потенціал особистості, захоплюючи при цьому різні підструктури організму. Це знаходить своє відображення в різноманітних емоційних і функціональних станах. Процес розгортання життєвої кризи має наступну послідовність-стрес, фрустрація, конфлікт, криза [3].

Існує багато визначень поняття «життєвої кризи», але спільного між ними залишається те, що життєві кризи особистості є невід'ємною частиною людської екзистенції, а саме способи проходження життєвих криз, як результат, формують особистість. В свою чергу, слідування власним бажанням, усвідомлення своєї свободи та відповідальності впливає на рівень суб'єктивної задоволеності своїм життям. Саме цей аспект проходження життєвої кризи особистістю в ракурсі переживання свободи та відповідальності я розглядатиму в своїй роботі, бо вважаю саме його фундаментальним у формуванні особистості.

Люди зіткнулися з подіями, які не тільки загрожують життю в буквальному сенсі, а ще й із тим, що є тут найскладнішим, втратою базового почуття безпеки, втратою відчуття контролю над власним життям, та навіть втратою цінностей. Все це значною мірою підсилює фонову тривожність. Окрім того, через постійну зміну навколишніх обставин, через воєнні дії, як наслідок, людина змушена постійно приймати рішення, кожного разу обираючи щось, від чогось іншого відмовляється. Все вище перелічене є значущими факторами, які впливають на відчуття суб'єктивного благополуччя людини.

Отже цей період пандемії та війни, в якому зараз знаходяться всі українці, можна вважати життєвою кризою, коли перед кожною людиною постає питання необхідності приймати рішення і нести за них особисту відповідальність.

О. Донченко та Т. Титаренко вважають, що криза означає появу «підсумовуючого ставлення до життя, з народженням індивідуального образу себе в житті, яке пов'язане зі ставленням людини до часового фактору. Усвідомлення замислу, що зірвався, і неможливість його реалізації, супроводжується здійсненням суб'єктивної зупинки часу і різким обмеженням життєвого простору».

Зіткнення особи з кризовими явищами актуалізує її екзистенційні ресурси, розкриває її суб'єктивну позицію через задіяння таких екзистенційних данностей, як свобода та відповідальність, тим самим зумовлюючи збагачення світогляду, світовідчуття і світобачення конкретної людини, як особистості.

Але, нажаль, не у всіх людей в процесі формування, однаково та достатньо розвинені свобода та відповідальність, для того щоб вони втілювали свою екзистенцію в повній мірі та у співвіднесенні зі своїми цінностями. Так, людська свобода обмежена, але це не означає, що у зв'язку із цим від неї треба відмовитись повністю.

Найскладнішою формою свободотворчості є акт самотворення, який супроводжується генерацією все нових і нових можливостей та задумів людини. Усвідомлення необхідності перетворення долі у фактор особистого життя індивіда-це і є здійснення свободи, творчість власного життя. «Внутрішня свобода» вимагає свого втілення у «зовнішній свободі», в утворенні комплексу суспільних свобод і гарантій, які забезпечують право особистості на саморозвиток і самореалізацію відносно незалежно від реально існуючих багатовекторних ідеологічних, соціо-економічних, політичних сил. [4]. В свою чергу відповідальність відображає певну узгодженість дій. Відповідальна людина має право стверджувати: я відповідаю всім своїм життям, кожний мій акт і переживання є моментом мого життя як відповідальності [5].

В екзистенціальному аналізі А. Ленгле йдеться про виявлення внутрішньої розмови, яка бере початок на емоційно-фізичному рівні та приводить до персональної глибини розуміння та совісті. Після цього обережного та всебічного співвіднесення, та базуючись на цьому, динаміка волі, в кінцевому рахунку, стає явною та реалізується на практиці. А вільний вчинок неминуче має на увазі відповідальність, не залежно від того, знає про це людина чи ні [6].

За результатами проведеного нами дослідження проходження життєвої кризи особистості в ракурсі переживання свободи та відповідальності, із застосуванням кореляційного аналізу Спірмена, показано прямий сильний взаємозв'язок між показником свободи та відповідальності із рівнем показника життєстійкості ($r=1,0$). Це означає що підвищення показників свободи та відповідальності безпосередньо впливає на рівень життєстійкості із $p=0,05$.

Метою данного дослідження є розробка рекомендацій для практичного застосування щодо розвитку свободи та відповідальності особистості вже в дорослому віці, для більш ефективного супроводу клієнтів, які звернулись по психологічну допомогу у зв'язку з проходженням життєвої кризи.

Список використаних джерел

1. Варій М. Й. *Психологія особистості : навч. посіб. К. : Центр учбової літератури, 2008.-592 с.*
2. Титаренко Т. М., Ларіна Т. О. *Життєстійкість особистості: Соціальна необхідність та безпека. Київ : Марич, 2009. 76 с.*
3. *The XI International Science Conference «Theoretical approaches of Fundamental Sciences. Theory, Practice and prospects», April 26-28, 2021, Geneva, Switzerland. 280 p.-p.212*

4. ISSN 2522-1558 *Добрий Пастир: науковий вісник Івано-Франківської академії Івана Золотоустого. Богослов'я. Філософія. Історія. 2022. Вип. 17.*
5. Бех І. Д. *Відповідальність особистості як мета виховання. Початкова школа. 1994. №9–10. С. 4–8.*
6. Лэнгле А. *Экзистенциальный анализ свободы. О практическом и психотерапевтическом обосновании персональной свободы (Часть 2) // Консультативная психология и психотерапия. 2019. Т. 27. № 1. С. 119—139. doi: 10.17759/cpp.2019270108*