

УДК 159.923.35:111.11-044.372(043.3)

Ю. Є. Кокоріна

ПОПЕРЕДЖЕННЯ ТА КОРЕКЦІЯ ЕКЗИСТЕНЦІЙНОЇ КРИЗИ ОСОБИСТОСТІ

Одеський національний медичний університет, Одеса, Україна

УДК 159.923.35:111.11-044.372(043.3)

Ю. Е. Кокорина

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ И КОРРЕКЦИЯ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОГО КРИЗИСА ЛИЧНОСТИ

Одесский национальный медицинский университет, Одесса, Украина

В данной статье рассматриваются психологические особенности предупреждения и коррекции экзистенциального кризиса личности, представлен теоретический и эмпирический анализ проблемы исследования экзистенциального кризиса, научные подходы относительно его структуры и возможных путей преодоления и профилактики, а именно: определен способ предупреждения и коррекции экзистенциального кризиса личности — экзистенциально-аналитический тренинг.

Ключевые слова: экзистенциальный кризис, экзистенциальные означающие, ценностные ориентации, защитные механизмы, копинг-стратегии.

UDC 159.923.35:111.11-044.372(043.3)

Y. E. Kokorina

PREVENTION AND CORRECTION OF EXISTENTIAL CRISIS OF PERSONALITY

The Odessa National Medical University, Odessa, Ukraine

The article deals with the psychological features of prevention and correction of existential crisis of personality. The theoretical and empirical analysis of existential crisis research problem, scientific approaches as for its structure and possible ways of overcoming and prophylaxis are presented.

Key words: existential crisis, existential denoting, value orientations, defense mechanism, coping-strategies.

Актуальність дослідження

Звернення до питання про попередження та корекцію екзистенційної кризи, формування конструктивних стратегій подолання екзистенційної кризи не втрачають своєї актуальності для наукового дискурсу в контексті збереження та підтримки психічного здоров'я людини. Сьогодні у зв'язку зі складними соціально-економічними та політичними реаліями актуальним постає питання про модус буття особистості у кризових умовах та її ресурси, що забезпечує не просто її виживання, але й повноцінне автентичне буття (В. П. Андрущенко, І. Д. Бех, В. М. Бондаровська, І. В. Бринза, О. І. Головаха, Л. В. Губерський, В. Г. Кремень, І. В. Кряж, С. Б. Кримський, Ю. М. Швалб та ін.).

Розуміння кризи як фундаментальної категорії людського буття відстежується в роботах як зарубіжних, так і вітчизняних учених (Б. Г. Ананьев, Л. І. Анциферова, О. Г. Асмолов, Дж. Бюджен-тал, Ф. Є. Василюк, П. П. Горностай, Е. Еріксон, Т. С. Кириленко, О. О. Кронік, Д. О. Леонтьєв, І. П. Маноха, Д. Маттесон, Р. Мей, С. Л. Рубін-

штейн, Л. В. Сохань, В. І. Слободчиков, Т. М. Титаренко та ін.).

У процесі переживання кризи відбувається зміна поглядів, ставлення до життя, трансформація ціннісно-сислової сфери, що посилює внутрішні протиріччя особистості, загострює тяжкі складності переживання, ускладнює планування та розгортання життєдіяльності (Ф. Є. Василюк, В. В. Знаков, В. В. Козлов, Р. Мей, В. С. Мухіна, В. І. Слободчиков, І. Ялом, К. Ясперс та ін.).

Психологічна допомога та підтримка були у сфері наукових інтересів таких дослідників, як О. Г. Асмолов, І. В. Бринза, І. В. Дубровіна, І. В. Єршова-Бабенко, О. О. Кулягінова, С. В. Кривцова, А. Г. Лідерс, Н. В. Муха, В. В. Ряшина, О. С. Ткаченко, В. Франкл, І. Ялом та ін. У дослідженнях указаних авторів розроблені основні підходи до екзистенційних проблем самовизначення, окреслені характеристики людини як суб'єкта життя, показані теоретичні та практичні можливості рішення питань психологічної підтримки.

Проте, незважаючи на широкий спектр досліджень, проблема критеріїв ефективності попередження та корекції екзистенційної кризи є най-

більш невизначеною, оскільки залишається відкритим питання критеріїв, за якими кризовий стан можна визначити як екзистенційний, та не позначені шляхи виходу особистості з екзистенційної кризи. Досить дискусійним зараз залишається питання про дефініцію категорії «психологічна допомога», оскільки немає певної ясності у визначенні таких понять, як «психологічна корекція», «психологічне консультування», «психотерапія», які тісно пов'язані між собою. Відсутність специфічних кризових технологій і технік, перш за все, пов'язана з унікальністю переживання кожною людиною екзистенційної кризи.

Складність, багатогранність і недостатня розробленість психологічних особливостей попередження та корекції екзистенційної кризи особистості й обумовили актуальність теми даної статті.

Мета роботи — на підставі осмислення результатів теоретичних та емпіричних досліджень способів попередження і корекції екзистенційної кризи особистості обґрунтувати основні ознаки екзистенційної кризи та запропонувати психологічні засоби її попередження та подолання.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати існуючі в науці погляди на проблему екзистенційної кризи та способи її попередження і корекції.

2. Уточнити чинники, що визначають зміст екзистенційної кризи у досліджуваних респондентів.

3. Виділити критерії, на підставі яких можна будувати прогноз про зарахування особистості до групи осіб, які переживають екзистенційну кризу.

4. Визначити показники, що характеризують екзистенційну кризу.

5. Виділити візуальні та вербальні символи екзистенційної кризи особистості та простежити взаємозв'язок візуальних символів із ціннісно-сисловою сферою особистості, системою захистів, копінг-стратегій; розробити спосіб попередження та корекції екзистенційної кризи.

Об'єкт дослідження — процес переживання екзистенційної кризи.

Предмет дослідження — психологічні способи попередження та корекції екзистенційної кризи.

Відповідно до поставлених завдань, застосовувався такий комплекс теоретичних і емпіричних методів дослідження: аналіз і узагальнення матеріалів літературних джерел; метод наукового спостереження, метод психодіагностичного обстеження, який включав низку психодіагностичних методик, спрямованих на вирішення завдань дослідження: тест смисложиттєвих орієнтацій (СЖО) Д. О. Леонтьєва; методика вивчення цінностей особистості (Ш. Шварц); опитувальник рівня суб'єктивного контролю (РСК), розроблений на базі шкали локусу контролю Дж. Ротте-

ра Є. Ф. Бажиним, О. О. Голинкіною, О. М. Еткіндом; опитувальник «Індекс життєвого стилю» (Life Style Index) Плутчика — Келлермана — Конте; методика діагностики духовної кризи (ДДК) Л. В. Шутової, О. В. Лящук; опитувальник адаптивної поведінки С. І. Хаїрова, створений на базі опитувальника WOCQ R. Lazarus і S. Folkman; проективна методика: MARI картковий тест (MARI Card Test) Дж. Келлог.

Інтерпретація отриманих результатів здійснювалася на основі використання кількісних порівняльно-статистичних методів із подальшим якісним аналізом і узагальненням результатів.

Результати дослідження та їх обговорення

Сучасні дослідники відзначають, що у зв'язку зі збільшенням впливу шкідливих чинників (як зовнішніх, так і внутрішніх) на людину спостерігається підвищення уваги до пошуку дієвих методів психологічної допомоги населенню, які б сприяли протидії дистресам, надмірному психоемоційному напруженню, виникненню непродуктивних внутрішньоособистісних і міжособистісних конфліктів (Ф. Ю. Василюк, І. В. Єршова-Бабенко, В. В. Козлов, Ю. О. Кисельов, І. Ялом та ін.).

Сьогодні у системі психологічної допомоги населенню існує багато класифікацій способів і методів психокорекції, психологічного консультування, серед яких найбільшого розповсюдження набули психоаналітичний, біхевіоральний, екзистенційно-гуманістичний, клієнт-центрований, когнітивний, арт-терапевтичний напрями та ін. Проте, незважаючи на різноманітність наведених напрямів, сучасна ситуація потребує від фахівців системного та комплексного підходів, інтеграції кращих сторін різних напрямів з метою пошуку єдиного начала та перевірки на практиці їх роботи (С. Л. Братченко, Дж. Бюджентал, Р. Кочюнас, Р. Мей, І. Ялом та ін.). Найповнішим інтегральним підходом у попередженні та корекції екзистенційної кризи особистості є арт-терапевтична техніка, зокрема малюнок, у межах якої виникає можливість достатньо безболісної особистісної інтеграції (Т. Ю. Колошина, О. І. Копитін, Дж. Келлог, М. Мілнер, К. Г. Юнг) через і завдяки тим символам, які породжує сама людина.

Категорія «кризи» знайшла своє відображення в наукових працях як вітчизняних (Б. Г. Ананьєв, Л. І. Анциферова, Ф. Є. Василюк, П. П. Горностаї, Т. С. Кириленко, В. В. Козлов, І. П. Маноха, Т. М. Титаренко та ін.), так і зарубіжних (Дж. Бюджентал, Р. Мей, Г. Олпорт, Е. Еріксон, В. Франкл, К. Ясперс, І. Ялом та ін.) дослідників. Багатозначність такого поняття, як «криза», розглядається дослідниками по-різному: разом із поняттям «екзистенційна криза» (М. Хайдеггер, І. Ялом, Р. Мей та ін.) використовується по-

няття «духовна криза» (Л. В. Шутова, О. В. Лящук), «психодуховна криза» (Р. Асаджолі, В. В. Козлов), «трансперсональна духовна криза» (С. Гроф, К. Гроф).

Таким чином, наведені змістовні характеристики екзистенційної кризи в контексті застосування арт-терапії створюють умови для реалізації в дослідженні системно-структурного й екзистенційно-гуманістичного підходів, які передбачають цілісне та глибинне вивчення людини та її життєвої ситуації.

У даному дослідженні взяли участь 250 осіб віком від 25 до 35 років — студенти, аспіранти, викладачі Одеського національного медичного університету, а також батьки Центру розвитку «Пелікан». Структура вибірки характеризується розподілом респондентів за статтю. З вищезазначеної вибірки були визначені досліджувані (102 особи), що переживають кризу у різних часових проміжках — минуле, сьогодні, майбутнє. Виявлено, що відсоток жінок (81 %), які переживають екзистенційну кризу, у наведеній віковій групі від 25 до 35 років вищий, ніж чоловіків (21 %).

Після збору емпіричних даних були зроблені обробка й аналіз отриманих результатів.

Використання статистичної процедури факторного аналізу дозволило виявити смислові конструкти, що визначають зміст екзистенційної кризи, куди увійшли шість чинників:

I чинник (17,928 % дисперсій) — із загальною назвою «Криза у минулому», або криза з регресивними тенденціями, тобто наявність переживання кризи у минулому та сьогодні, але зменшення переживання кризи в майбутньому;

II чинник (18,618 % дисперсій) — «Криза в майбутньому», або криза з прогресивними тенденціями, тобто наявність переживання кризи в сьогодні та майбутньому і відсутність кризи у минулому;

III чинник (15,07 % дисперсій) — «Смисло-життєві орієнтири»;

IV чинник (11,846 % дисперсій) — «Ціннісні орієнтації» — виражає зв'язок з нормативними цінностями й ідеалами;

V чинник (11,596 % дисперсій) — «Криза в сьогодні», або криза пікова, що може указувати на переживання емоційного шоку та розчарування життям;

VI чинник (8,72 % дисперсій) — «Захисна поведінка» — виражає взаємозв'язок із стратегіями поведінки і захисними механізмами психіки.

На підставі отриманих даних виділили п'ять груп досліджуваних, що переживають екзистенційну кризу в різних часових проміжках:

— у першу групу (I) увійшли досліджувані, що переживають екзистенційну кризу, але прагнуть позбутися цього почуття «втечею» в роботу і повсякденні турботи, т. з. стагнаційна криза — 43 (42,2 %) особи;

— другу групу (II) утворили досліджувані, які відчувають кризу в даний час — 19 (18,7 %) осіб;

— до третьої групи (III) увійшли особи, які відчувають кризу з прогресивними тенденціями — 13 (12,8 %) осіб;

— четверту групу (IV) утворили особи, які відчувають кризу з регресивними тенденціями — 16 (15,7 %);

— у п'яту групу (V) увійшли особи, які періодично входять у кризу, тобто низинна криза — 11 (10,6 %) осіб.

Установлено, що значущими змінними, які визначають відмінності між кризовими групами, стали:

— криза в минулому, криза у сьогодні, криза в майбутньому, невдачі в минулому, невдачі у сьогодні, невдачі в майбутньому, самотність у минулому, страждання у минулому, страждання в майбутньому, реактивне утворення та досягнення індивідуальні ($p < 0,001$);

— гріх у майбутньому та безпека індивідуальна ($p < 0,001$); самотність у сьогодні, самотність у майбутньому, мета, локус Я, проєкція, конформність індивідуальна, стимуляція індивідуальна, безпека нормативна ($p < 0,01$);

— духовна криза, гріх у сьогодні, відповідальність у сьогодні, смерть у майбутньому, безглуздя в минулому, безглуздя в майбутньому, самоконтроль, регресія, заміщення, інтелектуалізація, інтернальність у зоні невдач, інтернальність у зоні міжособистісних стосунків, конформність нормативна, доброта нормативна, досягнення нормативні ($p < 0,05$).

При цьому актуальним змістом для групи «криза» стають переживання кризи у сьогодні ($p < 0,001$) із включенням у неї переживань духовного змісту ($p < 0,05$), з відчуттям самотності ($p < 0,01$) і прийняттям відповідальності ($p < 0,05$) за власне життя, розуміння власного місця у світі, можливості знайти рішення екзистенційних проблем, що підтверджується низькими показниками за шкалою інтернальності (внутрішній локус контролю) в зоні невдач і в зоні міжособистісних стосунків. Основною захисною поведінкою стає самоконтроль ($p < 0,05$), що свідчить про наявність активної життєвої позиції, здатність конструктивно долати більшість труднощів і розв'язувати проблеми. Захисними механізмами на даному етапі проживання кризи стають реактивне утворення ($p < 0,001$) та регресія ($p < 0,05$). Основними ціннісними орієнтаціями особистості в даному кризовому періоді стають звернення до власних цінностей, таких як традиція ($p < 0,001$) та індивідуальні досягнення ($p < 0,001$), а також нормативна безпека ($p < 0,01$).

Актуальним змістом для групи «криза з прогресивними тенденціями» стають кризові переживання, спрямовані у майбутнє ($p < 0,001$), відчуття гріха у сьогодні ($p < 0,05$), який переходить у майбутнє ($p < 0,001$), що посилюється від-

чуттям самотності в майбутньому ($p < 0,01$), безглуздя в майбутньому ($p < 0,05$) і актуалізації страху смерті в майбутньому ($p < 0,05$). Існує позитивний зв'язок між вищеназваними показниками та показником «ціль у житті» ($p < 0,01$).

Основними захисними механізмами стали: проекція ($p < 0,01$), заміщення ($p < 0,05$) та інтелектуалізація ($p < 0,05$). При цьому спостерігається позитивний зв'язок з названими вище захисними механізмами та високим показником інтернальності в зоні невдач ($p < 0,05$). Основними ціннісними орієнтаціями в даному кризовому періоді стають нормативні ідеали, такі як доброта ($p < 0,05$), досягнення ($p < 0,05$) та індивідуальна стимуляція ($p < 0,01$).

Актуальним змістом для групи «криза з регресивними тенденціями» стає переживання кризи у сьогоденні ($p < 0,001$), яке супроводжується відчуттям невдачі у сьогоденні ($p < 0,001$), самоти ($p < 0,01$), гріха ($p < 0,05$) і відповідальності ($p < 0,05$), при цьому спостерігається позитивний зв'язок із високими показниками за шкалою «локус Я» ($p < 0,01$). Основними захисними механізмами стали проекція ($p < 0,01$), інтелектуалізація ($p < 0,05$) та реактивне утворення ($p < 0,001$).

При цьому спостерігається позитивний зв'язок із названими вище захисними механізмами та високим показником інтернальності у сфері невдач ($p < 0,05$). Основними ціннісними орієнтаціями в даному кризовому періоді стають, з одного боку, нормативні ідеали, такі як конформність ($p < 0,05$) і доброта ($p < 0,05$), з другого боку, індивідуальні пріоритети — конформність ($p < 0,01$), традиції ($p < 0,001$) та досягнення ($p < 0,001$).

Актуальним змістом для групи «низинна криза» стають переживання кризи в минулому ($p < 0,001$) та майбутньому ($p < 0,001$) із включенням у нього переживань духовного змісту ($p < 0,05$), де відчуття невдачі в минулому ($p < 0,001$) призводить до відчуття невдачі у сьогоденні ($p < 0,001$) і майбутньому ($p < 0,001$) з прийняттям відповідальності в минулому ($p < 0,01$); відчуття самоти в минулому ($p < 0,001$) призводить до страждання в минулому ($p < 0,001$), а потім відчуття самотності передається у майбутнє ($p < 0,01$), що призводить до страждань у майбутньому ($p < 0,001$).

Актуальним стає переживання безглуздя в минулому ($p < 0,05$) та гріха у сьогоденні ($p < 0,05$). Основними захисними механізмами стають регресія ($p < 0,05$), проекція ($p < 0,01$), заміщення ($p < 0,05$) та інтелектуалізація ($p < 0,05$), з якими існує позитивний зв'язок за шкалою інтернальності в зоні невдач ($p < 0,05$) та інтернальності в зоні міжособистісного спілкування ($p < 0,05$). Основними цінностями в даному кризовому періоді стають, з одного боку, нормативні ідеали, такі як конформність ($p < 0,05$), доброта ($p < 0,05$), досягнення ($p < 0,05$) і безпека ($p < 0,01$), з другого боку, індивідуальні пріоритети — стимуляція ($p < 0,01$), досягнення ($p < 0,0001$) і безпека ($p < 0,001$).

Актуальним змістом для групи «стагнація» стає переживання кризи в минулому ($p < 0,001$), забарвлене невдачами в минулому ($p < 0,001$), стражданнями у минулому ($p < 0,001$), безглуздя у минулому ($p < 0,05$), відповідальністю в минулому ($p < 0,01$), яка переходить у сьогодення ($p < 0,05$). При цьому спостерігається позитивний зв'язок із високими показниками за шкалами «мета у житті» ($p < 0,01$) і «локус Я» ($p < 0,01$). Основними захисними механізмами стають зрілі захисти: регресія ($p < 0,05$) і реактивне утворення ($p < 0,001$), з якими існує позитивний зв'язок за шкалою інтернальності в зоні невдач ($p < 0,05$) та інтернальності в зоні міжособистісного спілкування ($p < 0,05$). У даній групі були виділені такі ціннісні пріоритети: стимуляція ($p < 0,01$), досягнення ($p < 0,001$) та безпека ($p < 0,001$).

У результаті процедури дискримінантного аналізу були виділені значущі змінні, на підставі яких можна створювати прогноз щодо зарахування людини до однієї з кризових груп, куди увійшли такі шкали: криза в минулому, криза у сьогоденні, незадоволеність у сьогоденні, гріх у майбутньому, регресія, проекція, реактивне утворення, нормативна доброта, індивідуальний гедонізм, індивідуальна безпека.

Великого значення набуває оцінка ступеня близькості конкретного стану до того чи іншого класу, що важливо для оцінки рівня психоемоційного стану осіб, які знаходяться в зонах переходу з однієї групи в іншу (табл. 1).

Функція 1 є межею відмінностей між функцією «криза» та функцією «криза з прогресивними тенденціями»; функція 2 є межею відмінностей між функцією «криза з прогресивними тенденціями» та функцією «криза з регресивними тенденціями»; функція 3 є межею відмінностей

Таблиця 1

Змінні моделі розпізнавання груп на основі канонічного дискримінантного аналізу

Категорія аналізу	Стандартизовані коефіцієнти канонічних дискримінантних функцій			
	Функція 1	Функція 2	Функція 3	Функція 4
Криза в минулому	1,180	1,151	-0,444	0,339
Криза у сьогоденні	-1,135	-1,643	0,370	0,250
Незадоволеність у сьогоденні	0,747	0,083	0,438	0,186
Гріх у майбутньому	-0,352	0,628	0,299	-0,531
Регресія	0,646	-0,074	0,600	-0,126
Проекція	-0,725	0,568	-0,408	0,533
Реактивне утворення	0,378	-0,572	-0,454	-0,213
Доброта нормативна	-0,511	0,177	0,316	0,742
Гедонізм індивідуальний	-0,549	0,079	-0,524	0,006
Безпека індивідуальна	0,732	0,211	0,176	0,140

між функцією «криза з регресивними тенденціями» та функцією «криза низинна»; функція 4 є межею відмінностей між функцією «криза низинна» та функцією «стагнаційна криза».

На підставі дискримінантного аналізу було виділено дві канонічні дискримінантні функції: функція 1 (горизонтальна вісь) пов'язана з такими показниками, як переживання екзистенційної кризи та механізми психологічного захисту, саме за ними відбувається розділення між групами «низинна криза» та «криза з прогресивними тенденціями» й об'єднання груп «криза» та «криза з регресивними тенденціями». Друга канонічна дискримінантна функція пов'язана з такими показниками, як «екзистенційна даність існування».

Найбільше розрізняються між собою такі групи:

— «криза» та «криза з прогресивними тенденціями». Та, перш за все, відмінності пов'язані зі зміщенням переживання екзистенційної кризи у бік сьогодення у разі з групою «криза» або майбутнього — у разі з групою «криза з прогресивними тенденціями», що сформовані зрілими захисними механізмами, такими як інтелектуалізація, проєкція;

— «низинна криза» та «криза з прогресивними тенденціями» — відмінності між двома групами пов'язані з домінуванням копінг-стратегії самоконтролю в групі «криза з прогресивними тенденціями» та зниженням даної копінг-стратегії в групі «низинна криза»; зміщення переживання екзистенційної кризи у бік майбутнього або кризове переживання, що виникає періодично;

— «криза з регресивними тенденціями» та «низинна криза» — зниження переживання екзистенційної кризи в групі «криза з регресивними тенденціями» або кризове переживання, що виникає періодично в групі «низинна криза»; використання різних захисних механізмів — проєкції та реактивного утворення (криза з регресивними тенденціями) або регресії та інтелектуалізації (низинна криза).

Дослідження можливостей використання арт-терапевтичних методик і технік при роботі з екзистенційною кризою як найбільш важливим моментом внутрішньопсихічного життя особистості, її особистісного зростання, специфічного й унікального процесу індивідуалізації дозволило зосередитися на роботі з малюнками в колі (Дж. Келлог, К. Г. Юнг) [1; 5].

Отримані під час дослідження малюнки у колі було розподілено за стадіями Великого кола, представленого Дж. Келлог (MARI Card Test).

При цьому було виділено дві стадії розвитку особистості: 6-ту стадію «Парадоксальне розщеплення. Двобій з драконом», де $\chi^2 = 8,586$ ($p < 0,1$), дана стадія є характерною для групи «криза з регресивними тенденціями»; та 10-ту стадію «Брама смерті», де $\chi^2 = 11,205$ ($p < 0,01$), дана стадія є характерною для групи «низинна криза».

Аналіз візуальних символів, отриманих шляхом малювання, дозволив виділити ті символи, що характерні для кризових груп. Такими символами стали:

1) для групи «криза»: шапка — $\chi^2 = 8,526$ ($p < 0,1$); овал — $\chi^2 = 8,737$ ($p < 0,1$); чорний колір — $\chi^2 = 8,458$ ($p < 0,1$);

2) для групи «криза з регресивними тенденціями»: хмари — $\chi^2 = 10,356$ ($p < 0,05$); овал — $\chi^2 = 8,737$ ($p < 0,1$); дощ — $\chi^2 = 13,385$ ($p < 0,01$);

3) для групи «низинна криза»: квадрат — $\chi^2 = 8,067$ ($p < 0,1$); паркан — $\chi^2 = 16,182$ ($p < 0,01$); яблуна — $\chi^2 = 9,709$ ($p < 0,05$); акваріум — $\chi^2 = 9,934$ ($p < 0,05$); правий бік листа — $\chi^2 = 8,817$ ($p < 0,1$);

4) для групи «стагнація»: люди — $\chi^2 = 7,796$ ($p < 0,1$); яблуна — $\chi^2 = 9,709$ ($p < 0,05$).

У ході застосування контент-аналізу було досліджено семантичний простір екзистенційної кризи особистості й описані екзистенційні означаючі суб'єкта, через які він бачить свою екзистенцію, а через них і можливості до самодослідження, самоспостереження за тим, як і навколо яких означаючих будується його мислення і життя, що, у свою чергу, по-новому висвітлює способи та прийоми психокорекційних заходів, спрямованих на подолання кризових переживань особистості. Категоріями аналізу стали страх смерті, самотність, свобода, гріх, страждання, відповідальність, безглуздість.

Дані екзистенціали були взяті з методики «Діагностика духовної кризи» (Л. В. Шутова, А. В. Ляшук), яка стала головною тестовою методикою при виявленні екзистенційної кризи [2–4].

Були отримані такі смислові одиниці:

— «Страх смерті» включає в себе смислові одиниці, найчастіше представлені в оповіданнях респондентів за ступенем значущості: «загроза життю» ($p < 0,03$), «не боюся смерті» ($p < 0,02$), «страх смерті близьких» ($p < 0,02$), «страх невідомості» ($p < 0,02$), «порожнеча» ($p < 0,01$), «страх не встигнути щось зробити» ($p < 0,01$);

— «Самотність» включає в себе такі смислові одиниці, найчастіше представлені в оповіданнях респондентів за ступенем значущості: «не відчуваю підтримки» ($p < 0,04$), «немає односторонців» ($p < 0,03$), «відчуваю себе самотньо (порожнеча)» ($p < 0,02$), «ніхто не розуміє» ($p < 0,02$), «недостатність себе» ($p < 0,01$), «стан відчуження» ($p < 0,01$), «час для обдумування про себе» ($p < 0,01$);

— «Свобода» включає в себе такі смислові одиниці, найчастіше представлені в оповіданнях респондентів за ступенем значущості: «вирішувати (робити вибір)» ($p < 0,04$), «робити, що хочу» ($p < 0,04$), «не підлаштовуватися під інших» ($p < 0,02$), «незалежність (без обмежень)» ($p < 0,02$), «свій простір» ($p < 0,01$);

— «Гріх» включає в себе такі смислові одиниці, найчастіше представлені в оповіданнях респон-

Таблиця 2

**Категоріальна модель контент-аналізу
екзистенційної кризи**

Категорія аналізу	Частота використання		Коефіцієнт використання	
	абс. t_i	відн. $p_i = t_i / \sum t_i$	Різноманітність, невизначеність за К. Шенноном	Внесок категорій у загальне різно- маніття, %
Страх смерті	102	0,11	0,623	12
Самотність	145	0,16	0,99	20
Свобода	126	0,13	0,664	13
Гріх	115	0,12	0,649	13
Страждання	120	0,13	0,744	14
Відпові- дальність	123	0,16	0,809	17
Безглуздя	104	0,12	0,662	13
L-95	$\sum t_i = 835$	$\sum p_i = 0,92$	$H = 5,141$	100

дентів за ступенем значущості: «робити щось погане» ($p < 0,04$), «біблійні гріхи» ($p < 0,03$), «спосіб життя» ($p < 0,02$), «відсутність моралі», «погане ставлення до людей», «почуття провини перед собою» ($p < 0,01$);

— «Страждання» включає в себе такі смислові одиниці, найчастіше представлені в оповіданнях респондентів за ступенем значущості: «переживання негативних емоцій» ($p < 0,05$), «утиск», «нестача любові», «почуття власної меншовартості», «самозвинувачення», «нестача чогонебудь», «неможливість витримувати навколишню дійсність», «смуток» ($p < 0,01$);

— «Відповідальність» включає в себе такі смислові одиниці, найчастіше представлені в опові-

даннях респондентів за ступенем значущості: «турбота про інших» ($p < 0,04$), «відповідати за свої вчинки» ($p < 0,03$), «відповідати за своє життя», «виконання доручення», «розуміння того, що щось залежить від мене» ($p < 0,02$), «необхідність для морального життя», «серйозне ставлення до чогось» ($p < 0,01$);

— «Безглуздість» включає в себе такі смислові одиниці, найчастіше представлені в оповіданнях респондентів за ступенем значущості: «виконання марної роботи», «нерозуміння сенсу» ($p < 0,03$), «даремне існування», «відсутність мети» ($p < 0,02$), «безвихідь — смуток», «невпевненість у своїх діях» ($p < 0,01$).

Як видно з наведеної табл. 2, найбільша факторна вага притаманна таким категоріям, як «самотність» (20 %) і «відповідальність» (17 %).

Продовжуючи дослідження в межах визначення найбільш прийнятних способів попередження та корекції екзистенційної кризи особистості, звернемо увагу на конкретну форму психологічної допомоги, а саме групову психотерапію, завдяки якій створюються умови, де через стосунки з іншими людьми суб'єкт приходить до відносин із собою.

Метою даного екзистенційно-аналітичного тренінгу стало вивчення життєвого простору суб'єкта і пошук шляхів подолання проблеми.

Для виявлення впливу тренінгу на показники духовної кризи використовувалося порівняння вибірок до і після впливу тренінгу за допомогою t -критерію Ст'юдента для парних вибірок.

Як видно з наведеної табл. 3, статистично вірогідні відмінності виявлені в такій змінній, як «криза в минулому».

Після проведення тренінгу були встановлені відмінності для показників «криза в минулому» ($p < 0,01$), «самотність у минулому» ($p < 0,05$), «гріх у минулому» ($p < 0,05$).

Далі кластерним аналізом (метод Варда) досліджувані були розподілені за показником «екзистенційна криза» на три групи, у яких ця криза переживалася в минулому, сьогодні або майбутньому. Після розподілу на кризові групи був зроблений порівняльний аналіз даних, отриманих до проходження тренінгу та після такого. На підставі виявлених результатів можна зробити висновок про те, що підсумком тренінгу стало посилення взаємозв'язку між показниками духовної кризи.

За допомогою регресійного аналізу був проаналізований масив даних, отриманих при тестуванні респондентів до проведення тренінгу, а також вивчено захисні механізми, їх можливу зміну після проходження тренінгу.

За допомогою регресійного аналізу були виявлені системні взаємозв'язки між показником «криза в минулому» і психологічними захистами (табл. 4). Для кризи в минулому найбільш актуальними захисними механізмами стали реактивне утворення ($p < 0,005$), регресія ($p < 0,001$) і замі-

Таблиця 3

Вплив тренінгу на змінну «криза»

Змінна	До		Після		t	p
	M	σ	M	σ		
Духовна криза	41,62	14,77	42,79	10,95	-0,44	0,661
Екзистенційний вакуум	45,65	13,48	48,87	11,59	-1,69	0,101
Криза в минулому	39,92	18,13	46,60	15,32	-3,08	0,004*
Криза в сьогодні	41,21	14,45	43,27	15,96	-0,81	0,422
Криза в майбутньому	37,73	14,81	38,15	12,09	-0,22	0,830

Примітка. * — рівень значущості $p < 0,01$.

Таблиця 4

Порівняльний аналіз захисних механізмів

Змінна	До		Після		t	p
	M	σ	M	σ		
Заперечення	59,50	27,44	62,52	29,33	-0,50	0,618
Витискування	56,26	27,41	65,23	27,78	-1,57	0,122
Регресія	68,42	22,82	76,68	19,85	-1,89	0,063
Компенсація	52,03	25,99	56,60	23,38	-0,90	0,369
Проекція	63,64	27,89	74,76	28,59	-1,86	0,068
Заміщення	51,13	24,43	61,53	23,44	-2,09	0,041*
Інтелектуалізація	60,96	27,28	71,26	26,62	-1,83	0,072
Реактивне утворення	69,75	22,60	77,23	18,36	-1,81	0,074

Примітка. * — рівень значущості $p < 0,05$.

щення ($p < 0,003$), тобто до проходження тренінгу коефіцієнт множинної кореляції, що відображає зв'язок між змінною «криза в минулому» із сукупністю показників психологічних захистів, становив $R = 0,338$, після тренінгу $R = 0,666$. Коефіцієнти детермінації становили $R^2 = 0,114$ до тренінгу і $R^2 = 0,666$ після тренінгу. Відповідно 11,4% варіації показників змінної «криза в минулому» зумовлені варіаціями показників психологічних захистів.

У регресійну модель до тренінгу увійшли психологічні захисти — реактивне утворення, регресія, заміщення. При цьому такі психологічні захисти, як реактивне утворення та регресія, мають позитивний кореляційний зв'язок, а заміщення — негативний. Після тренінгу частка дисперсії змінної «криза в минулому», яка залежить від варіації психологічних захистів, зростає до 66,6%. При цьому в дану модель входить тільки заміщення з негативним коефіцієнтом. Критерій Фішера в

моделі до проходження тренінгу становив $F = 8,824$ ($p < 0,001$); після тренінгу $F = 2,592$ ($p < 0,031$), що вказує на вірогідність моделей. Характер кореляційних зв'язків у регресійній моделі до тренінгу показує, що переживання кризи в минулому дифузне, розпливчасте та пов'язане з реактивним утворенням, регресією та заміщенням. Після тренінгу переживання стає гострішим, чіткіше локалізованим, втрачає зв'язок з реактивним утворенням і регресією, послаблюється із заміщенням.

Висновки

Таким чином, основними чинниками, що визначають зміст екзистенційної кризи, є: суб'єктивне кризове переживання в одному з трьох часових вимірюваннях (минуле, сьогодні або майбутнє); зрушення у бік цінностей смислу, складових змісту життя; наявність захисної поведінки, яка дозволяє упоратися з екзистенційною фрустрацією та виробити адаптивні стратегії поведінки, а також зрілі психологічні захисні механізми. А також виявлено, що екзистенційно-аналітичний тренінг є якісною психологічною допомогою суб'єктам, які переживають екзистенційну кризу, і може бути застосований у практичній роботі психологів.

ЛІТЕРАТУРА

1. *Диагностика в арт-терапии. Метод «Мандала»* / под ред. А. И. Копытина. – СПб.: Речь, 2002. – 80 с.
2. *Кокорина Ю. С.* Порівняльна характеристика суб'єктів, які переживають екзистенціальну кризу / Ю. С. Кокорина // Актуальні проблеми психології: Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія. – 2011. – Вип. 19. – С. 220–232.
3. *Кокорина Ю. Е.* Экзистенциальные означающие субъекта / Ю. Е. Кокорина // Вісник Харківського національного університету ім. В. М. Каразіна. – 2012. – № 1009. – С. 19–26.
4. *Лакан Ж.* Функция и поле речи и языка в психоанализе / Ж. Лакан. – М., 1995. – 135 с.
5. *Юнг К. Г.* Человек и его символы / К. Г. Юнг. – М.: Серебряные нити, 2002. – 304 с.

УДК 159.923:165.194

Е. В. Медянова

КОГНИТИВНЫЕ СОСТАВЛЯЮЩИЕ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ ЦЕННОСТНОЙ СФЕРЫ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА-МЕДИКА

Одесский национальный медицинский университет, Одесса, Украина

УДК 159.923:165.194

О. В. Медянова

КОГНИТИВНІ СКЛАДОВІ ЯК ЧИННИК РОЗВИТКУ ЦІННІСНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТА-МЕДИКА

Одесский национальный медицинский университет, Одесса, Украина

У статті порушено проблему впливу когнітивних складових особистості на розвиток її ціннісної сфери у студентів-медиків під час первинної професіоналізації.

Ключові слова: когнітивні складові особистості, ціннісна сфера особистості, когнітивні стилі, типи мислення, ціннісний конфлікт, студенти-медики.