

## ФОРМУВАННЯ САМОДЕТЕРМІНАЦІЇ В УМОВАХ ОСОБИСТІСНИХ КРИЗ

Слободяник Н.В.

*У статті досліджено перехід до кожного наступного вікового етапу, який відбувається у формі криз психічного розвитку, або вікових криз. Зазначено, що будь-яка вікова криза має дві сторони, які необхідно враховувати, розкриваючи її психологічний зміст і значення для подальшого розвитку особистості. Зауважено, що під час кризи завжди здійснюються конструктивні процеси, відбуваються позитивні зміни, які складають головний зміст кожного переломного періоду, психічні новоутворення.*

*Доведено, що процес самодетермінації у кожен кризовий період відбувається ускладнено. Позитивне вирішення кризи є способом формування самодетермінації особистості.*

**Ключові слова:** особистість, особистісні кризи, самодетермінація.

*В статье исследован переход к каждому следующему возрастному этапу, происходящий в форме кризисов психического развития, или возрастных кризисов. Утверждается, что любой возрастной кризис имеет две стороны, которые необходимо учитывать, раскрывая его психологическое содержание и значение для дальнейшего развития личности. Обращено внимание, что кризис сопровождается конструктивными процессами, происходят положительные изменения, составляющие основное содержание каждого переломного периода, психические новообразования.*

*Доказано, что процесс самодетерминации в каждый кризисный период происходит затруднительно. Положительное решение кризиса является способом формирования самодетерминации личности.*

**Ключевые слова:** личность, личностные кризисы, самодетерминация.

*Psychologically, the transition to each age stage occurs in the form of management of mental development, or age crises. Any age crisis has two aspects that must be considered, revealing its psychological meaning and significance for the further development of the individual. There is always carried out and design processes occurring positive changes which are the main content of each watershed period, mental tumors.*

*At the same time we must bear in mind that the character of the crisis largely depends on specific situations. However, fractures, qualitative changes in development are inevitable.*

*According to research done in this article, we can say that the self-determination process in every crisis period is difficult. We believe that a positive solution of the crisis this is a method of forming self-determination personality.*

**Keywords:** identity crisis development, self-determination theory.

Актуальність обраної нами теми статті зумовлена тим, що попри наявність значної кількості досліджень з питань самодетермінації питання самодетермінації у процесі особистісних криз залишається мало досліджуваним. Така ситуація особливо значуща сьогодні, коли швидкі темпи глобалізації підвищують рівень стресогенності й, відповідно, зумовлюють значну кількість ситуацій, що призводять до криз.

Мета статті: з'ясувати особливості формування самодетермінації в умовах особистісних криз.

Об'єкт статті: процес розвитку самодетермінації особистості.

Предмет статті: особливості формування самодетермінації в умовах особистісних криз.

Для реалізації мети статті нами поставлено наступні завдання:

1. Проведення теоретичного дослідження загальних особливостей само детермінації.

2. Характеристика специфіки самодетермінації в умовах особистісних криз.

Самодетермінація (англ. self-determination theory) – психологічна теорія, розроблена американськими психологами Е. Десі і Р. Райаном. Вказана теорія постулює, що людина здатна відчувати й реалізувати у своїй поведінці свободу вибору, незважаючи на об'єктивні обмежуючі фактори середовища або вплив неусвідомлюваних внутрішньоособистісних процесів. Якщо з самого дитинства умови існування дитини сприяють наданню їй свободи вибору активності, певної кількості інтересів, якщо вони надають широкий діапазон можливостей без накладення непотрібних обмежень, то все це сприяє тому, що дитина, а згодом і дорослий, стає здоровою і повноцінною особистістю. Підміна вибору самої людини вимогами ззовні – одна з причин виникнення психічних порушень. Відчуття і реалізація свободи вибору людиною способу поведінки й існування в світі, незалежно від впливів на неї сил зовнішнього оточення і внутрішньоособистісних процесів, визначається як самодетермінація, або автономія [1; 4; 5; 6].

Важливо знати, як видозмінюється самодетермінація у період криз. Психологічно перехід до кожного наступного вікового етапу відбувається у формі криз психічного розвитку, або вікових криз. Вікову кризу неминуче переживає людина при зміні вікових етапів, завершення певних стадій розвитку. Вікові кризи зумовлюються й біологічними факторами (морфофункціональні перебудови, фізіологічні зрушення в організмі тощо), і соціальними чинниками (зміна соціальної ситуації розвитку, прийняття нових соціальних ролей, зміна статусу та ін.). Вікові кризові можуть мати нетривалий характер, іноді залишаючись майже непомітними для самої людини і її оточення, іноді проявляючись в ано-

мальних поведінкових реакціях, а можуть бути досить затяжними, тривалими.

Особливості перебігу вікових криз багато в чому залежать від індивідуальних соціально-біологічних особливостей: характеру, емоційно-мотиваційної сфери та ін. Початок кризового періоду знаменується конфліктом між бажаним і доступним, тобто неузгодженістю рефлексивних моделей (уявлення людини про власну особистість, інших людей, навколишній світ, спрямованість особистості та ін.) і готовності людини виконати прогнозовану життєву траєкторію.

Вікова криза характеризується прагненням до зміни провідної діяльності, оскільки реалізація колишньої провідної діяльності в нових вікових умовах ускладнена, а часом і неможлива, вікова детермінанта вичерпана. Зовнішні умови можуть спровокувати вікову кризу при загостренні внутрішньоособистісних протиріч. Поведінка людини при цьому стає більш реактивною, нестійкою, така людина відповідає на слабкі подразники неадекватно інтенсивними реакціями, що призводить до суттєвих змін у поведінці [2; 3].

Теоретично дослідники вважають вікові кризи нормативним процесом, необхідним елементом соціалізації, обумовленим логікою особистісного розвитку і необхідністю вирішення основного вікового протиріччя (З. Фрейд, Е. Еріксон, Л. Виготський, Л. Божович). Інші автори бачать у вікових кризах відхилення в індивідуальному розвитку (С.Л. Рубінштейн, А.В. Запорожець).

Протягом кризових періодів людина виконує важливу духовну роботу: виявляє протиріччя між тим, хто вона є насправді, і ким хотіла би бути, що має і що хотіла б мати. У ці періоди вона починає розуміти, що деякі моменти свого життя вона переоцінювала, а інші – недооцінювала. Людина може усвідомити, що не проявляє свої здібності, не реалізує ідеали. При цьому в неї може з'явитися невизначене почуття, що з нею щось не так. І лише коли людина починає розуміти, що їй необхідно змінити щось не в соціальному оточенні, а в собі самій, тільки тоді вона починає будувати нове життя на реальній основі.

Сутністю кожної кризи є вибір, який людина повинна зробити між двома альтернативними варіантами вирішення вікових завдань розвитку. Прийняте рішення позначається на успішності та розвитку всього подальшого життя. Нормативні кризи розвитку неминуче виникають на життєвому шляху більшості людей [10; 11].

Основними характеристиками кризових періодів, за Л.С. Виготським, можна назвати: наявність різких змін у короткі відрізки часу; невизначеність меж кризи, тобто труднощі визначення моментів її настання і закінчення; конфлікти з оточуючими і важковиховуваність дитини,

випадання її з системи педагогічного впливу; наявність тенденцій до руйнування у розвитку, тобто на перший план висуваються процеси відмирання і згортання, розпаду і розкладання того, що утворювалося на попередній стадії [4].

В цілому у вітчизняній психології існують дві принципові позиції у розумінні критичних вікових періодів. До таких позицій належать:

1. Визнання критичних вікових періодів необхідними моментами розвитку, в яких відбувається особлива психологічна робота, що складається з двох протилежно спрямованих, але єдиних у своїй основі перетворень: виникнення новоутворення (перетворення структури особистості) і виникнення нової ситуації розвитку (перетворення соціальної ситуації розвитку). Це позиція Л.С. Виготського і Д.Б. Ельконіна.

2. Визнання необхідності якісних перетворень, які полягають у зміні провідної діяльності і одночасному переході до нової системи відносин. При цьому акцент робиться на зовнішніх умовах, соціальних, а не на психологічних механізмах розвитку. У такому вигляді наукова позиція представлена А.Н. Леонтьєвим, Л.І. Божович та ін.

У зарубіжній, а останніми роками й у вітчизняній психології багато авторів акцентують увагу на уявленнях про нормативу необхідність криз. На сьогодні такий підхід є загальноновизнаним, хоча ще тривають дискусії з приводу механізмів криз, їх належності до конкретного віку і подій. Уявлення про критичні періоди в розвитку багатоаспектне. Говорячи про психологічний перехід, необхідно виділяти уявлення: про зміну деякої структури або організованості (Ж. Піаже, Л. Кольберг та ін.); про психологічні механізми виникнення нового (Я. Боом); про кризу (конфлікт) як характеристику деякого відрізка онтогенезу (Е. Еріксон, Д. Левінсон та ін.).

Таким чином, на думку більшості дослідників, кризовий період ускладнює рух і розвиток, але при цьому відкриває нові можливості, пробуджує внутрішні резерви людини. Відтак, зміст того, що саме принесе їй криза, залежатиме від самої людини. При патологічному перебігу кризи може відбутися спотворення її нормальної динаміки, "застрагання" на якомусь етапі кризи і, як наслідок, – негативні новоутворення кризи. Можуть розвинутиися і компенсаторні механізми, що деформують подальший нормальний розвиток у стабільному періоді [3; 7].

У нормі критичний період може стати актом розвитку, якщо в процесі нього зникає те, що становило суть до кризового періоду, і виникне щось інше, зокрема, погляд, позиція. На протियाгу простому переходу, кризу можна зрозуміти як необхідний етап розвитку тільки в тому випадку, якщо вважати її моментом розриву, зникнення, подолання старого і виникнення нового [8]. Нове (ставлення, діяльність,

спільність тощо) в процесі кризи виникає революційним, а не еволюційним шляхом. Спочатку психологічна функція виникає всередині цілісної ситуації дії, а потім звільняється від неї.

Л.С. Виготський ввів поділ криз відповідно до кожного вікового періоду, виділивши передкритичну, власне критичну і посткритичну фази [4].

У передкритичній фазі виникає суперечність між об'єктивною і суб'єктивними складовими соціальної ситуації розвитку. У власне критичній фазі це протиріччя загострюється і проявляється, досягаючи свого апогею. Потім у посткритичній фазі протиріччя вирішується через утворення нової соціальної ситуації розвитку й встановлення нової гармонії між її складовими.

Послідовно розглянемо кожен складову криз. Перша криза, з якою ми стикаємося, криза новонародженості (0-2 міс.). Ознака кризи – втрата у вазі в перші дні після народження. Соціальна ситуація новонародженого специфічна і неповторна. З одного боку, це повна біологічна безпорадність дитини, з іншого – при максимальній залежності від дорослих дитина позбавлена ще основних засобів спілкування у вигляді людської мови. У суперечності між максимальною соціальністю і мінімальними засобами спілкування закладена основа всього розвитку дитини в дитячому віці. Новоутворення цього вікового періоду включає виникнення індивідуального психічного життя дитини.

Криза одного року життя не є гострою. Хронологічні рамки умовні, її початок і кінець знаменують собою виникнення автономного мовлення і, відповідно, перехід до активного мовлення. Два протиріччя характеризують дану кризу: до кінця дитинства сформований сенсорний рівень регулювання психіки, але є необхідність переходу на перцептивний рівень; наявний невербальний рівень спілкування зі світом, але є необхідність у переході на вербальний. Якщо раніше регуляція здійснювалася на біологічному рівні, то тепер вона входить у суперечність з вербальною ситуацією, яка ґрунтується на наказі дорослого або самонаказі дитини. Відбувається дезорганізація в регуляції, що призводить до порушення біоритмів (порушення режимів сну і неспання, задоволення вітальних потреб), змін в емоційній сфері (з'являється плаксивість, похмурість, примхливість).

Криза трьох років включає наступні симптоми: 1) негативізм – негативна реакція на вимоги дорослих (але не непослух, як у більш ранньому віці); 2) упертість – реакція на власне рішення – вимога рахуватися з її рішенням (але не наполегливість у виконанні чого-небудь); 3) норовливість – реакція, яка має безособовий характер, – протест проти життєвих порядків; 4) свавілля – прагнення до емансипованої

поведінки; 5) знецінення дорослих – дитина може ляяти, дратувати і ображати дорослих; 6) протест – бунт – сварки з батьками, стан постійного конфлікту; 7) деспотизм – владне ставлення до оточуючих (до братів і сестер – ревності тощо). Криза протікає як криза соціальних відносин і пов'язана зі становленням самосвідомості дитини. У дитини з'являється позиція "Я сама". Якщо криза протікає мляво, це може говорити про затримку психічного розвитку. У дитини починає формуватися воля, вона пізнає відмінність між поняттями "повинна" і "хочу". Е. Еріксон стверджує, що на цій стадії формується автономія (незалежність, самостійність).

Криза семи років – це криза саморегуляції, що нагадує кризу одного року. Як вважає Л.І. Божович, криза 7 років – це період народження соціального "Я" дитини. Дитина починає регулювати свою поведінку правилами. Оскільки для неї розпадається єдність афекту й інтелекту, то цей період характеризується "перебільшуваними" формами поведінки. Дитина не володіє своїми почуттями (не може стримувати, але і не вміє керувати ними). Річ у тому, що, втративши одні форми поведінки, вона ще не набула інших. Новоутворення цього віку – довільність і усвідомленість психічних процесів та їх інтелектуалізація.

Криза пубертатного періоду (від 11 до 15 років) пов'язана з перебудовою організму дитини – статевим дозріванням. Активізація та складна взаємодія гормонів росту і статевих гормонів викликають інтенсивний фізичний і фізіологічний розвиток. З'являються вторинні статеві ознаки. Підлітковий вік іноді називають тривалою кризою. У зв'язку з швидким розвитком виникають труднощі у функціонуванні серця, легенів, кровопостачанні головного мозку. У підлітковому віці емоційний фон стає нерівним, нестабільним.

Однією з першорядних психологічних завдань у період кризи підліткового віку є набуття самостійності в прийнятті рішень, у судженнях, вчинках, тобто формування більш зрілої, дорослої позиції стосовно себе і свого життя. Новоутвореннями віку, крім набуття самостійності, є: поява інтересу до свого внутрішнього світу; бурхливий розвиток критичного мислення; потреба в близьких відносинах і визнанні оточуючих.

Криза сімнадцяти років має хронологічні рамки від 15 до 17 років. Виникає точно на рубежі звичного шкільного і нового дорослого життя. Може зміститися на 15 років. У цей час дитина опиняється на порозі реального дорослого життя.

Більшість 17-річних школярів орієнтуються на продовження освіти, небагато – на пошуки роботи. Цінність освіти – велике благо, але в той же час досягнути поставленої мети складно, і в кінці 11 класу

емоційне напруження може різко зрости. Для тих, хто важко переживає кризу 17 років, характерні різні страхи. Відповідальність перед собою і своїми рідними за вибір, реальні досягнення в цей час – уже великий вантаж. До цього додається страх перед новим життям, перед можливістю помилки, перед невдачею при вступі до ВНЗ, у юнаків – перед армією.

Усередині періоду ранньої дорослості (приблизно до тридцяти років) людина переживає кризовий стан, перелом у розвитку, пов'язаний із тим, що уявлення про життя, які склалися між двадцятьма й тридцятьма роками, не задовольняють її [9]. Аналізуючи пройдений шлях, свої досягнення і провали, людина виявляє, що при вже сформованому і зовні благополучному житті особистість її недосконала, що багато часу і сил витрачено даремно, що вона мало зробила в порівнянні з тим, що могла б зробити, а отже, відбувається переоцінка цінностей, критичний перегляд свого "Я".

Наприкінці ранньої дорослості людина раптом усвідомлює, що, по суті, стоїть перед тим же завданням, що й у молодості – пошуку, самовизначення в нових обставинах життя, з урахуванням реальних можливостей (у тому числі обмежень, які не помічає раніше). Ця криза проявляється у відчутті необхідності "щось зробити" і свідчить про те, що людина переходить на новий віковий ступінь – вік дорослості, який ознаменований так званою кризою тридцяти років. Ця криза може наступити й раніше, і пізніше, відчуття кризового стану може виявлятися протягом життєвого шляху неодноразово (як і в дитинстві, отрочстві, юності), оскільки процес розвитку йде по спіралі, не зупиняючись. Переживаючи кризу тридцяти років, людина шукає можливість зміцнення своєї ніші в дорослому житті, підтвердження свого статусу дорослого: вона хоче мати хорошу роботу, прагне до безпеки і стабільності. Людина ще впевнена в тому, що можливе повне втілення надій і сподівань, що, власне, утворюють мрію, і старанно працює над цим.

У частини людей у зрілому віці буває ще одна, "позапланова" криза, яка виникає не на межі двох стабільних періодів життя, а всередині даного періоду. Це так звана криза сорока років. Можна сказати, що це ніби повторення кризи тридцяти років. Вона відбувається тоді, коли криза 30 років не привела до належного розв'язання екзистенційних проблем [3].

Людина гостро переживає незадоволення своїм життям, розбіжність між життєвими планами та їх реалізацією.

Криза старіння у вузькому сенсі слова – перехід від другого зрілого віку до літнього віку, а частіше вживається більш широке поняття – криза старіння як сам літній вік, де багато психологічних харак-

теристик зрілості "просвічують" крізь не менш зримі характеристики невідвортної старості.

Старість як віково-психологічна епоха складається з кількох вікових періодів. Їх мінімум два – літній вік і старечий вік. У вітчизняній віковій психології відсутнє загально визнане розуміння провідної діяльності пізнього (літнього) віку і визначення основних особистісних новоутворень цього віку [8].

Літня людина не тільки працює над смислами свого життя у його часткових проявах, але й неминує осмислює своє життя як ціле. Криза літнього віку є кризою відмови від життєвої експансії. Це взагалі, мабуть, перехід на інший тип психологічної життєдіяльності, де головним стає не прийняття в собі нового, а збереження, утримання в собі старого [11]. Прийняти свій життєвий шлях таким, яким він був, – ось завдання літнього віку. Це означає прийняти себе на своєму життєвому шляху таким, "яким був і є", і своє психологічне оточення, і багато іншого.

Висновки. Таким чином, будь-яка вікова криза має дві сторони, які необхідно враховувати, розкриваючи її психологічний зміст і значення для подальшого розвитку особистості. Перша з них – руйнівна сторона кризи – процеси згортання і відмирання. Виникнення нового неодмінно означає відмирання старого. Процеси відмирання старого сконцентровані переважно в кризових характеристиках. Але негативна сторона кризи – це зворотна, тіньова сторона позитивної, конструктивної сторони. Тут завжди здійснюються і конструктивні процеси, відбуваються позитивні зміни, які складають головний зміст кожного переломного періоду, психічні новоутворення.

У той же час потрібно мати на увазі, що характер перебігу кризи значною мірою залежить від конкретних життєвих ситуацій. Однак переломи, якісні зрушення в розвитку неминучі.

Відповідно до дослідження, зробленого у нашій статті, можна сказати, що процес самодетермінації у кожен кризовий період відбувається ускладнено. На нашу думку, позитивне вирішення кризи – це і є спосіб формування самодетермінації особистості.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология : учебное пособие / Г.С. Абрамова. – Екатеринбург, 2000. – 624 с.
2. Бодалев А.А. Основные акмеологические закономерности человеческой жизни / А.А. Бодалев // Мир психологии. – 1999. – № 2. – С. 11-23.
3. Вайзер Г.А. Смысл жизни и двойной кризис в жизни человека / Г.А. Вайзер // Психологический журнал. – 1998. – № 5. – С. 11-23.



4. Выготский Л.С. Собрание сочинений : в 6 т. / Л.С. Выготский. – М. : Знание, 1984. – Т. 4. – 356 с.
5. Гамезо М.В. Возрастная и педагогическая психология : учебное пособие / М.В. Гамезо, Е.А. Петрова, Л.М. Орлова. – М. : Перспектива, 2003. – 512 с.
6. Крайг Г. Психология развития / Г. Крайг, Д. Бокум. – СПб. : Питер, 2005. – 940 с.
7. Малкина-Пых И.Г. Психология возрастных кризисов / И.Г. Малкина-Пых. – М. : Пресса, 2005. – 416 с.
8. Овчинникова Ю.Г. О конструктивной роли кризиса личностной идентичности в развитии личности / Ю.Г. Овчинникова // Мир психологии. – 2004. – № 2. – С. 124-132.
9. Петровская Л.А. К вопросу о своеобразии социализации взрослого / Л.А. Петровская // Мир психологии. – 1999. – № 2. – С. 29-32.
10. Поливанова К.Н. Психология возрастных кризисов / К.Н. Поливанова. – К. : Основа, 2000. – 180 с.
11. Шихи Г. Возрастные кризисы. Ступени личностного роста / Г. Шихи. – СПб., 1999. – 436 с.

УДК 159.93:616.03:314.6

## ТИПИ СТАВЛЕННЯ ДО ХВОРОБИ У ЧЛЕНІВ ОДНІЄЇ СІМЕЙНОЇ СИСТЕМИ

*Смайлова С.О., Єпішкіна І.В.*

*У статті представлено результати дослідження типів ставлення до хвороби у членів однієї родини. Авторами виявлено низку феноменів, а саме: стереотипність і диференційованість ставлення до хвороби дитини в батьків, спрощення образу здоров'я при анозогностичному типові ставлення до хвороби. Уточнено положення про формування типів ставлення до хвороби. Уточнено патерну поведінки, а саме: чинниками, пов'язаними з анозогностією у дитини в рамках сімейної системи, виступають тип ставлення до хвороби анозогностичного блоку, що виявляється в батьків; високий показник екстернальності у сфері ставлення матерів до хвороби дитини; зменшення важкості хвороби дитини в обох батьків тощо.*

**Ключові слова:** *тип ставлення до хвороби, сім'я, суб'єктивна семантика, анозогностія, структура образів свідомості.*

*В статті представлені результати дослідження типів отношения к болезни у членов одной семьи. Авторами выявлен ряд феноменов, а именно: стереотипность и дифференцированность отношения к бо-*