

УДК 159:9

**ШВАЛЬ Ю.М.**

*доктор психологічних наук, професор, завідувач лабораторією екологічної психології Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, м. Київ*

## **СКЛАДНІ ЖИТТЄВІ ОБСТАВИНИ ЯК ОБ'ЄКТ ПСИХОЛОГІЧНИХ ПРАКТИК**

У статті запропоновано екосистемний підхід до розуміння складних життєвих обставин як різновиду ситуацій життєдіяльності. Ситуація розглядається як складний когнітивний конструкт, який поєднує уявлення особистості про структуру життєвих умов і усвідомлюваний зміст значущих життєвих цілей, що забезпечує формування задачної програми життєдіяльності. Показано, що складні життєві обставини виникають внаслідок певної події як непередбачуваного ситуативного чинника, що унеможливує подальшу реалізацію усталеного способу життя. Доведено, що провідною психологічною умовою подолання складних життєвих обставин є суб'єктивна готовність індивіда до само змінювання і опрацювання нових діяльнісних стратегій.

**Ключові слова:** *життєва ситуація, подія, складні життєві обставини, усвідомлення, особистість, стратегії поведінки, життєдіяльність.*

**Постановка проблеми.** Проблема існування людини у складних життєвих обставинах стала надзвичайно актуальною у нашому суспільстві в останні роки у зв'язку з низкою подій на соціальному, економічному та політичному просторі нашої життєдіяльності. Ці події непередбачено і раптово змінили умови життя мільйонів українців і частина з них виявилася неспроможною пристосуватися до них та побудувати новий спосіб життя. На державному рівні визнання значущості цієї проблеми виявляється у прийняттю законів, де провідним показником наявності складних життєвих обставин (СЖО) постає неспроможність людини задовольнити свої базові життєві потреби власними зусиллями, а критерієм оцінки стає рівень доходу. Така система оцінювання є цілком виправданою для організації діяльності державних соціальних служб з надання людям соціальної допомоги і підтримки у вигляді певних соціальних пільг, субсидій, дотацій тощо. Очевидним є той факт, що за рахунок таких заходів ми тільки утримуємо людину на межі жебрацтва, але не даємо змоги самостійного виходу з цього стану і подальшого існування як самодостатнього суб'єкта життєдіяльності. Проте, також відомим є той факт, що пільги та субсидії мають не тільки позитивний ефект, алей цілу низку негативних наслідків, серед яких провідне місце посідає викривлення соціально-психологічних

установок особистості. Наша вітчизняна історія і досвід зарубіжних країн однозначно показує, що соціальна політика, яка побудована на принципах надання пільг та субсидій обов'язково призводить до виникнення так званих «рентних настанов» серед населення, які виражаються у втраті соціальної ініціативи та формуванні невинуватих очікувань щодо спроможності влади задовольняти актуальні потреби людей.

**Сучасний стан розробки.** На сьогодні вже однозначно зрозуміло, що соціальна робота, а тим більш психологія не можуть обмежуватися тільки показниками фінансово-економічного стану людини, яка опинилася у складних життєвих обставинах. Ми маємо прийняти тезу, що складні життєві обставини є однією з форм життєвої кризи особистості, такою кризою, яка охоплює не тільки її внутрішню «Я», але й соціальне буття особи. Ця теза має величезне методологічне значення, бо вона вказує на те, що криза СЖО лежить у соціально-психологічній площині і, відповідно, всі форми, методи і технології психологічної допомоги мають виходити у цю площину. Проблема полягає не тільки у тому, що всі класичні технології психологічної допомоги зорієнтовані на інтраособистісні процеси, а й у тому, що у теорії соціальної психології відсутні моделі, необхідні для розуміння особистості, яка опинилася у СЖО, та розробки відповідних технологій допомоги.

Достатньо очевидно, що поняття «обставини» фіксує те, що знаходиться за межами безпосередньо психічних функцій індивіда, але впливає на його поведінку чи діяльність. Це означає, що поняття обставин ми можемо розглядати або у середовищному підході як сукупність зовнішніх чинників (об'єктів), що впливають на перебіг життєдіяльності індивіда, або у діяльнісному підході як сукупність усвідомлюваних умов життєдіяльності, що детермінують вибір засобів і побудову операційної структури дії. Середовищний підхід переводить усю проблематику життєвих обставин у площину адаптаційних можливостей особистості, а діяльнісний дозволяє розглядати індивіда як активного суб'єкта, здатного цілеспрямовано змінювати наявні обставини як умови власної активності.

У діяльнісному підході «обставини» постають як певна частина життєвої ситуації індивіда, а «складні життєві обставини» – як особливий тип чи структура життєвої ситуації. Але у будь-якому випадку, розробка психологічної моделі СЖО передбачає наявність загальної моделі ситуації як висхідної одиниці аналізу життєдіяльності особистості.

У рамках даної проблеми ми можемо виділити два аспекти, які, на наш погляд, є провідними. Перший – це категоріальне визначення самого поняття ситуації. Хоча останнім часом з'явився ряд робіт, присвячених цьому поняттю, і, більше того, досить активно

розробляється ідея ситуаційного підходу й ситуаційного аналізу, однак до розв'язку цієї проблеми ще дуже далеко. Другий аспект пов'язаний з категоріальною невизначеністю поняття «життя».

Майже за сто років психологічних досліджень проблеми ситуацій склалося два базових підходу, які умовно можна визначити як об'єктивістський та суб'єктивістський.

З точки зору зовнішнього спостереження, коли Ситуація береться як вихідна об'єктивна реальність, увесь зміст свідомості є ні що інше, як відображення (і, звичайно ж, узагальнення) сукупності життєвих ситуацій індивіда. У сучасній когнітивній психології проведено безліч досліджень стосовно сприйняття ситуації індивідом та наведено купу різноманітних класифікацій ситуацій, у які «попадає» людина протягом життя. Почасти у них показано, у тих випадках коли якісь ситуації не відображаються у свідомості індивіда, не входять у структуру його життєвого досвіду, то не виникають і відповідні компоненти свідомості. В останні роки категорії життєвого досвіду й життєвого шляху усе більше стають предметом конкретно-психологічних досліджень, а пропонувані в них теоретичні моделі фіксують саме це відношення. Крім того, в них показано, що внутрішня організація свідомості безпосередньо залежить від характеру і структурних особливостей тих ситуацій, які проживає людина.

Проте, у сучасній психології стверджується і протилежна точка зору, згідно якої ситуація є ні що інше, як умови існування, структуровані відповідно до змісту уявлень свідомості. Організованості свідомості «накладаються» на елементи зовнішнього миру, структурують й організують їх у внутрішньо зв'язані й відносно цілісні ситуації, що мають свої часові (початок і кінець) і предметні рамки. Уся існуюча практика психологічного консультування (включаючи сюди психологічні тренінги, психологічну корекцію й психотерапію) явно або неявно виходить із цього положення й прагне до розширення можливостей людини до адекватного відбиття й структуруванню життєвих ситуацій у свідомості. Якщо у свідомості відсутні уявлення, адекватні певним фрагментам ситуації, то ці фрагменти або взагалі не сприймаються, або маркуються як те, «чого не може бути ніколи».

**Основний зміст.** Вихідним положенням нашої роботи є теза, що ситуація існує не як суто об'єктивна реальність, а виникає як дійсність усвідомлюваних умов діяльності і життя особистості. У цьому відношенні свідомість функціонує «на матеріалі» відображення, а її продуктом стає структурування фрагментів об'єктивної реальності, представлених як наявна ситуація. Таке взаємне визначення – ситуації через свідомість і свідомість через ситуацію – передбачає наявність загального закону або принципу їх будови. На наш погляд,

таким принципом є **принцип організованості**, який припускає структурованість елементів, їх відносну внутрішню несуперечність, функціональну цілісність і просторово-часову обмеженість. Дві організованості можуть вступати у відносини взаємозалежності й взаємовідображення, тільки у тому випадку, якщо вони відповідають *критеріям взаємної конгруентності і адекватності*.

Адекватність означає, що, з одного боку, елементи об'єктивного миру утворюють деяку відносно стійку цілісність (це і є середовище), з іншого боку, комплекс психічних змістів, що відображають цю цілісність, утворює цілісний образ-гештальт (у самому широкому сенсі – життєвий досвід). Між цілісністю реального буття й психологічним конструктом установлюється відношення конгруентності, що й фіксується у понятті «ситуація».

У методологічному плані адекватність означає якісну характеристику відносини між двома системами – це завжди певний стан систем. Очевидно, можна стверджувати, що людина установлює відношення адекватності з навколишнім світом не тільки за рахунок активної зміни деяких елементів ситуації (миру), але й за рахунок активної зміни себе самого як суб'єкта життя й поведінки.

У той же час, необхідно враховувати, що ситуація, з одного боку, завжди «належить» конкретному індивіду, тобто завжди є «моєю ситуацією», а з іншого боку, вона не є чимось суто індивідуальним, а завжди є сукупним продуктом взаємодії людей. Взаємодії людей між собою і з предметами, власне, й створюють життєву ситуацію кожного: «Інші люди» утворюють ситуацію «для мене», а «Я» утворюю ситуації для «інших». Особистість через мову і дії постійно подає певні сигнали і знаки в простір ситуації, з надією на їх адекватне сприйняття, і сам має постійно «слухати голоси» інших людей, що утворюють ситуацію. Включення свого власного «голосу», тобто власної дії у загальну ситуацію та слухання інших передбачає не тільки, а може й не стільки наявність здатності до аналізу інформації, скільки здатності до розуміння смислів діяльності і поведінки інших людей. Таким чином, принцип організованості повинен бути доповнений **принципом комунікативності та діалогізму** будови ситуації.

Наведені ознаки дають змогу дати перше, найбільш загальне визначення поняття ситуації.

**Ситуація – це суб'єктивна організованість простору буття, що встановлюється індивідом у діалогічній взаємодії із соціо-предметним середовищем через розуміння значення його елементів.**

Таке визначення дозволяє конкретизувати поняття як за психологічними параметрами, так і за об'єктивними параметрами середовища життєдіяльності особистості.

У першу чергу, слід відмітити просторово-часову обмеженість будь-якої конкретної ситуації. Це означає, що кожна ситуація має свій початок і закінчення, а сукупність ситуацій не утворюють суцільний континуум, а постають як диференційована множина, де суб'єкт досить добре розрізняє одну від одної. За такого підходу неминуче виникає питання: а що знаходиться за межами конкретних ситуацій? Мабуть треба визнати, що за межами конкретних ситуацій знаходиться простір буденного життя кожної людини, а кожна ситуація є тільки фрагментом цього життя. Буденне життя характеризується:

- усталеним способом життя;
- суб'єктивною узгодженістю мотиваційно-цільових установок і отримуваних результатів;
- впевненістю особистості, що все відбувається правильно і закономірно.

Будь-яка ситуація виникає у житті людини внаслідок порушення цієї закономірності і буденності, внаслідок виникнення певної події. Події як психологічному феномену присвячено достатньо велику кількість досліджень і є різні теорії, але майже загальноприйнятою є теза, що подія завжди є точкою зміни напрямку розгортання життєвого шляху індивіда. Подія у житті людини означає виникнення таких нових обставин, які вимагають від особистості зміни у власних установках і способах діяльності. При цьому, події можуть бути як зовнішніми щодо особистості, так і внутрішніми, психологічними, але необхідність змінювання залишається незмінною (див. рис. 1).

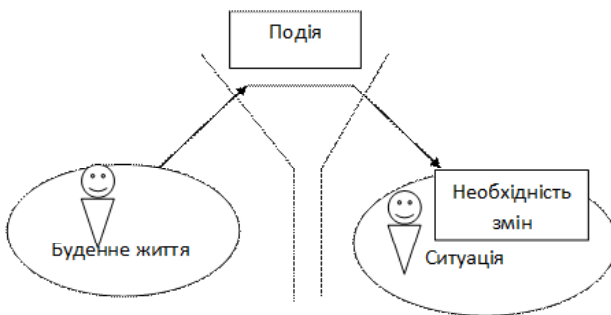


Рис. 1. Функціональна модель виникнення життєвої ситуації

Дуже важливим є те, що такі події об'єктивно можуть бути не тільки негативними стосовно життєдіяльності, але й позитивними, не тільки руйнувати усталений спосіб життя, але й призводити до

покращення якості життя. Наприклад, і випадкове травмування, що спричинило інвалідність особи, і несподівана закоханість, що призвела до бажання одружитися та народити дитину, для життя особистості будуть подіями, які потребують значних змін, як у суто психологічному плані, так і у структурі способу життя. Тобто, незалежно від змісту події провідною психологічною проблемою індивіда постає його власна готовність до змінювання. У психологічних практиках ми зазвичай стикаємось з тими випадками, коли в індивіда ця готовність відсутня і тому сама необхідність змінювання постає як невіршена особистісна проблема.

Утворення життєвої ситуації об'єктивно розпочинається із певної події, а у суб'єктивному плані вона оформлюється через усвідомлення тієї **нової життєвої задачі, яку тепер треба вирішувати**. У часовому контексті оце «тепер» має дуже цікаві особливості. Річ у тому, що воно має виразну темпоральність, пролонгованість і тривалість, але не має звичного для нас часового виміру – «тепер» не можна виміряти, а ні годинником, а ні календарем. Для «тепер» є відносно чітка точка відліку – ми завжди можемо вказати коли воно почалося і сказати чи триває воно зараз, але його завершення фіксується тільки тоді, коли індивід вважає, що дану життєву задачу вже вирішено, тобто постфактум, заднім числом. Незалежно від значущості і емоційного знаку, певна життєва задача може вирішуватися майже миттєво, а може розтягуватися на все життя особи. Наведемо два протилежних за своїм психологічним змістом приклади. Так, задача на подолання власної адикції (тютюнової, алкогольної, ігрової і будь-якої іншої залежності) може бути вирішеною суб'єктом миттєво, одномоментним вольовим актом, а може розтягуватися на довгі роки з невизначеним результатом. А задача на утворення шлюбу «на все життя» може дійсно вирішуватися подружжям протягом всього життя, а може й миттєво завершитися. Ці приклади показують, що ситуація залишається значущою для суб'єкта стільки часу, скільки є актуальною задача, що вирішується.

Таким чином, **у вимірі життєвого шляху особистості кожна ситуація виникає і зникає як форма суб'єктивного структурування зміненого внаслідок події життєвого середовища через усвідомлення власної нової задачі життєдіяльності у період усього терміну актуальності її вирішення**. У цьому сенсі ми можемо представити життєвий шлях не просто як послідовність певних подій, а як змінювання значущих ситуацій у контексті буденного життя. За такого підходу ми отримуємо можливість розуміння особистості як активного суб'єкта побудови життєвого шляху через усвідомлене вирішення задач на змінювання власного життя.

Проте, одномірне уявлення про життєвий шлях як подієвий вектор від минулого у майбутнє є недостатнім для розуміння життєвих ситуацій особистості.

Річ у тому, що у кожний момент буття індивід є включеним в різні **сфери життєдіяльності**, які співіснують паралельно, утворюючи загальну архітектоніку життєвого простору особистості. У сучасній психології існує багато варіантів структурування сфер (або середовищ) життєдіяльності, але усі науковці сходяться на тому, що в кожний конкретний момент життя кожний індивід є включеним, принаймні, у три різних сфери, але їх може бути і значно більше. Це означає, що у кожній сфері життєдіяльності одночасно можуть виникати (і виникають) свої власні ситуації, які «нашаровуються» одна на одну. Така конструкція може бути відображена у двовекторній моделі, де одна вісь задається вектором життєвого шляху, а друга – вектором різноманіття сфер життєдіяльності (див. рис. 2).

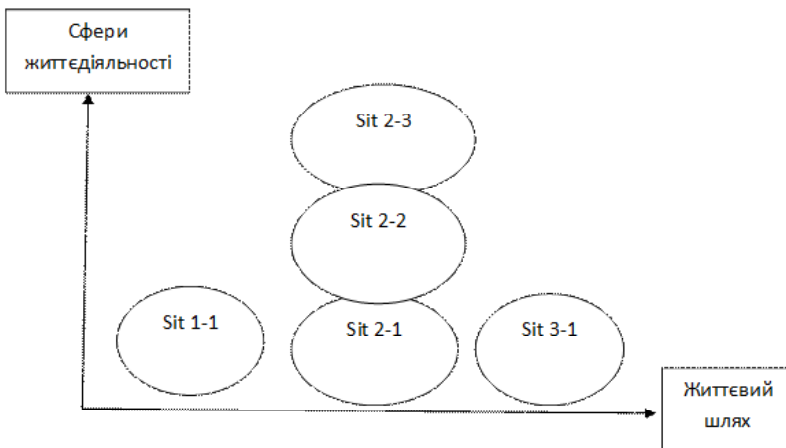


Рис. 2. Модель архітектоніки життєвих ситуацій.

Така багатшарова конструкція ситуацій, взагалі-то є нормальною для життєдіяльності і у кожної людини в життєвому досвіді формується провідна стратегія вирішення проблем і задач, що в них виникають. Сукупність конкретних ситуацій, які постійно виникають у різних сферах діяльності, утворює загальну **життєву ситуацію індивіда**. Дуже важливим є те, що ця сукупність зазвичай не носить системного характеру – кожна ситуація у конкретній сфері діяльності виникає за своїми причинами, має свою внутрішню логіку і будову, потребує свого вирішення. У повсякденному житті ми

так з ними і вчиняємо – розносимо у просторі й часі і вирішуємо кожну окремо. У буденній свідомості це зафіксоване у висловах, типу: «Прийшов на роботу – залиш свої домашні проблеми вдома, а прийшов до дому – робочі проблеми залиш на роботі».

У сучасному способі життя, особливо у деяких видах професійної діяльності, часто-густо виникає така загальна ситуація, коли кількість конкретних питань, які потребують нагальної вирішення, починає перевищувати фізичні можливості індивіда – їх неможливо розвести (чи, навпаки, з'єднати) у просторі та часі. У людини з'являється відчуття, що вона «розривається на шматки» і це стає її загальною проблемою. Мабуть першими цю проблему відчули управлінці, бо складність керованих систем досягла такого рівня, коли кількість і якість управлінських задач, які потрібно вирішувати одночасно і у різних місцях, перетнула межу індивідуальної спроможності. Тому саме в психології менеджменту з'явилися перші теорії і технології організації діяльності в «полізадачних» ситуаціях. Серед найбільш вдалих психологічних розробок у цьому напрямку ми би виокремили три. По-перше, це зміна базової концепції управління, яка запроваджує перехід від принципу одноосібного прийняття рішень і контролю до колегіальних форм прийняття рішень і делегування повноважень. Делегування повноважень передбачає визнання інших людей повноправними (і повносправними) суб'єктами діяльності у конкретних ситуаціях. По-друге, це розробка технологій «управління часом» (тайм менеджмент), в яких показана можливість системної організації мислення і діяльності у несистемному (хаотичному) просторі задач, які потребують вирішення. По-третє, це теорія і технологія групових методів вирішення проблем і прийняття рішень, в яких практично стверджується комунікативний принцип будови складних і проблемних ситуацій, а також діалогічна природа мислення по вирішенню цих проблем.

Таким чином, у психологічному плані **перший тип** складних життєвих обставин утворює **ситуація перевищення кількості конкретних задач, які потребують вирішення «тут і зараз», можливості індивіда по організації власної діяльності**. На суб'єктивному рівні ця проблема переживається як «тотальне невстигання», «втрата спроможності», «відчуття провини» тощо. У симптомокомплексі це виявляється у синдромах «вигорання» та «хронічної втоми». На сьогодні такі ситуації вийшли далеко за межі професійної діяльності і набули масового розповсюдження, що потребує розробки відповідних технологій психологічної допомоги. Так, наприклад, мати з дитиною, яка в силу певних життєвих обставин залишилась без підтримки інших дорослих (чоловіка, своїх батьків тощо), але намагається повноцінно реалізовувати усі необхідні сімейні функції, обов'язково потрапляє у цей тип склад-



них життєвих обставин. Один з можливих варіантів швидкого просування у цьому напрямку – адаптування психологічних технологій, розроблених у галузі менеджменту, до інших ситуацій, у першу чергу, буденних життєвих обставин особистості.

Проте, загальна життєва ситуація може набувати системного характеру, коли виникає внутрішня сутнісна зв'язаність між конкретними ситуаціями, а зміни в одній викликають зміни й у всіх інших. Така системність може виникати або внаслідок дійсно глобальних об'єктивних змін у функціональній структурі життєдіяльності соціуму, або внаслідок системної «наскрізної» дії самого суб'єкта життєдіяльності. До другого варіанту ми повернемося трішки нижче, а зараз зупинимось на першому варіанті.

Таким чином, у психологічному плані **другий тип** складних життєвих обставин утворює **ситуація виникнення такого чинника, який змінює об'єктивні умови і характер протікання базових процесів життєзабезпечення і життєреалізації (життєздійснення)<sup>1</sup> особистості**. Проблемність таких змін для суб'єкта полягає в особливостях соціальної перцепції, бо ми не сприймаємо зміни самого процесу, а відображуємо тільки його предметні прояви. Але ж самі прояви не мають системного характеру, більш того, ми бачимо не всі з них, а тільки ті, що потрапляють у доступну нам інформаційну мережу. Більше того, інформаційна мережа заповнена не тільки істинними даними, але й завжди містить певні викривлення і відверту брехню. Наявний брак інформації призводить до неспроможності відрізнити істину від брехні, що утворює «інформаційний колапс», який робить неможливим прийняття будь-яких розумних і раціонально обґрунтованих рішень. Будь-яке рішення у такій ситуації може виявитися хибним і потенційно може призводити до погіршення особистісного і соціального стану людини.

Проведений аналіз дозволяє зробити певні **узагальнення і висновки**.

1. Динамічний характер життя як способу існування світу постійно призводить до змінювань в об'єктивних умовах життєдіяльності людини. Ці зміни можуть по-різному впливати на структуру та зміст життєдіяльності, що залежить від ступеню безпосередності чи опосередкованості їх значення для організації та здійснення конкретних діяльностей індивідом.
2. Однією з ознак життєдіяльності людини є її спрямованість на стабілізацію умов існування з усталеними формами і способами

---

<sup>1</sup> Різні автори використовують різний термінологічний апарат, але у даному випадку це не є принциповим питанням, тому ми не будемо на ньому зупинятися

- життєзабезпечення і життєреалізації особистості. Ця усталеність виявляється у феномені буденного життя і буденної свідомості.
3. Ті зміни в умовах життєдіяльності, які компенсуються за рахунок поточної корекції у структурі засобів чи в операційній схемі конкретних актів діяльності ідентифікуються особистістю як **«нормальне» життя** і взагалі не сприймаються як зміни. Ті зміни, які викликають необхідність вирішення додаткових задач в організації та реалізації діяльності ідентифікуються як **життєві «труднощі»**. Ті зміни, які вимагають від індивіда прийняття нових рішень ідентифікуються як **життєва «ситуація»**. Ті зміни, які стають перешкодою на шляху розгортання усталеного способу життя ідентифікуються як **«складні життєві обставини»**.
  4. Провідною формою фіксації зв'язку зовнішніх умов життя і форм організації діяльності є поняття «ситуації». Суб'єктивне уявлення про ситуацію має двошарову будову. Нижній шар містить уявлення про елементи ситуації і їх зв'язках, а верхній шар містить уявлення про способи дії й поведінки стосовно елементів ситуації. Ця конструкція з'єднується й утримується на образі мети-предмета, який задає внутрішню усвідомленість усім її компонентам. Образ ситуації починає осмислюватися й переживатися, як «моя ситуація», а уявлення про способи дій перетворюється в план дій, в образ поведінкового акту. Якщо в уявленні суб'єкта ці два шари виявляються добре погодженими, то розгортається конкретна поведінка, але якщо в них виникають розриви або протиріччя, то розгортаються особливі процедури рефлексії та проблематизації.  
Ці розриви можуть бути трьох типів:
    - елементи образу ситуації не складаються в цілісний і внутрішньо несуперечливий образ, що фіксується на рівні свідомості як питання-твердження: «Я не розумію, що відбувається»;
    - відсутній образ-зразок якого-небудь значимого способу дії: «Я не знаю, що робити»;
    - не знаходяться підстави для визначення доцільності: «Усе це зовсім безглуздо».
  5. Складні життєві обставини переживаються індивідом як неможливість «жити за таких умов» та власна неспроможність змінити самі умови життя. Вони виявляються на двох рівнях: на рівні депривації можливості здійснення самостійного забезпечення життєвих потреб і на рівні депривації можливості самореалізації особистості.
  6. Складні життєві обставини завжди виникають «раптово», як зміни що лежать поза зоною очікувань і прогнозування. Їх проблемність

полягає у принциповій відсутності в індивіда **психологічної готовності** до утворення нових схем організації власної життєдіяльності в умовах, що змінилися. Але утворення нових схем організації власної життєдіяльності принципово неможливо в рамках усталеного «образу-Я» та «Я-концепції» індивіда, які склалися і забезпечували життєву ефективність у попередньому, же не актуальному і не адекватному способі життя.

7. Внутрішня неспроможність особистості **прийняти нові обставини як необхідність самозмінювання** постає провідною психологічною перешкодою на шляху подолання складних життєвих обставин. Психологічні бар'єри щодо самозмінювання закладені у структурі стратегій життєдіяльності, які нерелексивно переживаються особистістю як правильні і ефективні.
8. Практика соціальної допомоги індивідові у складних життєвих обставинах у вигляді надання елементів життєзабезпечення є необхідною, але тимчасовою мірою. У життєвій перспективі особистості така практика призводить тільки до подальшого погіршення ситуації і до деградації самої особистості.
9. Практика психологічної допомоги індивідові у складних життєвих обставинах має будуватися як фасилітація і розвиток особистісної спроможності до самозмінювання у мінливих умовах сучасного життя.
10. Складні життєві обставини розпочинається з події, а завершуються особистісним вчинком.

### ***Швалб Ю.М. Сложные жизненные обстоятельства как объект психологических практик***

В статье предложен экосистемный подход к пониманию сложных жизненных обстоятельств как разновидности ситуаций жизнедеятельности. Ситуация рассматривается как сложный когнитивный конструкт, который объединяет представление личности о структуре жизненных условий и осознаваемые содержания значащих жизненных целей, который обеспечивает формирование задачной программы жизнедеятельности. Показано, что сложные жизненные обстоятельства возникают вследствие определенного события как непредвиденного ситуативного фактора, который делает невозможным дальнейшую реализацию устойчивого образа жизни. Доказано, что основным психологическим условием преодоления сложных жизненных обстоятельств является субъективная готовность индивида к самоизменению и выработке новых стратегий деятельности.

**Ключевые слова:** *жизненная ситуация, событие, сложные жизненные обстоятельства, осознание, личность, стратегии поведения, жизнедеятельность.*

---

**Shwalb Y.M. Complicated life circumstances as an object of psychological practices**

The article proposition an ecosystem approach to understanding complicated life-circumstances as a variety of life situations. The situation is seen as a complex cognitive construct that combines the person's conception of the structure of living conditions and the perceived contents of meaningful life goals that ensures the formation of a task-oriented life program. Social work, and even more so psychology can not be limited only to indicators of the financial and economic state of a person who finds himself in difficult life circumstances. We must accept the thesis that complex life circumstances are one of the forms of the life crisis of the individual. This crisis covers not only its internal Self, but also the social being of person.

The initial position of our work: the situation does not exist as an objective reality, but arises as a reality of conscious conditions of activity and life of the individual. In this respect, the consciousness functions "on the material" reflection, and its product becomes the structuring of fragments of objective reality, presented as a current situation. Such a mutual definition - situations through consciousness and consciousness through situation - presupposes the existence of a general principle of their structure.

In our opinion, this principle is the principle of organization, which implies the structuredness of the elements, their relative internal consistency, functional integrity and spatio-temporal limitations. Two organization can enter into a relationship of interdependence and mutual cooperation, only if its meet the criteria of mutual congruence and adequacy.

It is shown that complex life circumstances arise as a result of a certain event as an unforeseen situational factor that makes the further realization of a sustainable way of life impossible. It is proved that the basic psychological condition for overcoming difficult life circumstances is subjective readiness of an individual to self-change and development of new strategies of activity.

**Keywords:** *жизненная ситуация, событие, сложные жизненные обстоятельства, осознание, личность, стратегии поведения, жизнедеятельность.*