

3. Довідник з академічної доброчесності для школярів / уклад. М. В. Григор'єва, О. І. Криков, С. О. Певко; [за заг. ред. О. О. Гужви]. Х.: ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2018. 66 с.

4. Сопова Д. Академічна доброчесність у системі професійної підготовки майбутнього педагога [Електронний ресурс] – Режим доступу: <https://core.ac.uk/download/pdf/185262846.pdf>

---

**Климовська А. Г.**, здобувачка вищої освіти 1 курсу, СП-201  
Науковий керівник – **Захаріна М. І.**, к.філос.н., доцент  
*Національний університет «Чернігівська політехніка» (м. Чернігів, Україна)*

### **СУЧАСНІ КЛАСИФІКАЦІЇ КРИЗОВИХ СИТУАЦІЙ**

Криза у психології визначається як важкий стан, викликаний будь-якою причиною. У психологічній літературі науковці по різному оцінювали термін «криза»: Ф.Василюк – «критична ситуація», Л.Виготський – «розрив», С.Рубінштейн – «поворотний етап життєвого шляху», Т.Шибутан – «критичний період», Г.Ших – «перехід», «перелом».

Кризовою ситуацією називають, коли людина стикається із труднощами у реалізації важливих життєвих цілей і не може впоратися із цією ситуацією за допомогою звичайних засобів.

Виділяють два типи кризових ситуацій: обумовлені змінами в природному життєвому циклі й травмуючими подіями життя.

У ситуації кризи при спробі опанування стресовим станом людина переживає певний вид психологічного та фізичного перевантаження. Стреси та емоційне напруження можуть призвести або до адаптації до нової ситуації, або до розриву та погіршення виконання життєвих функцій. Хоча можуть бути деякі ситуації стресовими для всіх людей, вони виявляються кризами для тих, хто особливо вразливий до них в силу своїх особистісних особливостей. Проблематика кризи індивідуального життя розвивалася в більшості у контексті профілактичної психіатрії.

Базовими дослідженнями були різні реакції на життєві кризи в психіатрії у 1944 році Е.Ліндемманна, у концепції стресу, стадіях розвитку дистресу Г.Сельє у 1956 році, концепції восьми життєвих циклів і відповідних їм психосоціальних криз Е.Еріксона у 1959, концепції трьох видів криз В.В.Козлова у 1997 році.

Психологи виділяють такі основні кризи, з яким стикається практично кожна людина протягом життя:

- Кризи розвитку (вікові кризи);
- Деприваційні кризи (кризи втрати і розлуки);
- Травматичні кризи;
- Кризи відносин;
- Кризи сенсу життя;
- Морально-етичні кризи.

На думку таких науковців, як А.Анцупова й А.Шипілова кризова ситуація може бути розкрита як складна суб'єктивно - об'єктивна реальність, де об'єктивні складові сформовані у вигляді суб'єктивного сприйняття і особистісної значущості для її учасників. А.Анцупов і А.Шипілов формують досить складну ситуацію життя як таку, що характеризується розбалансованістю системи завдання – особистісні мотиви і можливості - умови

середовища, що спричиняє психічну напруженість у людини. Ступінь неузгодженості формує рівень складності ситуації.

Психолог, який знаменитий своїми працями із психології переживання Ф.Василюк, який формує кризову ситуацію як ситуація неможливості, в якій саме суб'єкт зустрічається із труднощами реалізації внутрішніх потреб свого життя (прагнень, мотивів, цінностей). Розкриваючи кризову ситуацію, він формує 4 головних поняття – це стрес, фрустрація, конфлікт і криза.

Поняття «стрес» у відомому значенні не застосовувалося до 1920-х рр., проте досить тривалий час використовувалося у фізиці для позначення внутрішнього розподілу сил, який впливає на матеріальне тіло та призводить до виникнення напруги. Згодом у 1930-х роках психологи та біологи інколи використовували це поняття як синонім психічної напруги чи негативного чинника середовища, який здатний викликати хворобу.

Отже, криза – це своєрідна реакція особистості на ситуації, що потребують від неї зміни способу буття – життєвого стилю, способу мислення, відношення до себе, навколишнього світу та головних екзистенційних проблем. У психологічній науці криза визначається, як один із станів внутрішнього світу особистості, коли рух у напрямку подальшого розвитку припиняється, оскільки звичні, стереотипні програми поведінки та мислення вже не працюють, а нову ще не сформовані. Але період кризи не лише гострий емоційний стан, що блокує цілеспрямовану життєдіяльність людини, а й можливість здійснити нові зміни, перейти на новий рівень особистісного розвитку, джерело енергії, своєрідна відповідь на заклик потенційних можливостей особистісного росту. В той же час криза досить часто виникає тоді, коли людина вже немає сил прийняти ті зміни, які відбуваються в її житті.

Сучасне суспільство зацікавлене у виявленні психологічних ресурсів для збереження і розвитку високого рівня професіоналізму і гармонійної особистості та у підвищенні рівня творчого потенціалу й працездатності людини протягом всього її активного життя. Знання психологічних механізмів, закономірностей, особливостей протікання кризових станів та чинників їх виникнення дозволять їм конструктивно долати, а практичному психологу розробити і використовувати у своїй практиці заходи профілактики і корекції в роботі з кризовими ситуаціями.

З цього можна узагальнити, що у контексті аналізу кризових ситуацій доцільно досліджувати не лише важливі стресові події життя, які у більшості випадків саме зумовлюють фрустрацію та дистрес, але й у повсякденній неприємності, які акумулюючись, призводять до погіршення функціонування та благополуччя людини.

#### **Список використаних джерел**

1. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. К.: Педагогічна думка, 2016. 219 с.
2. Доценко, В. В. Теоретичні підходи щодо вивчення кризових станів особистості. *Вісник Харківського національного університету ім. В. Н. Каразіна: № 937: Серія: Психологія.* 2011. Вип. 45. С. 73-77.