



### СЕКЦІЯ 3. СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ; ПСИХОЛОГІЯ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

УДК 159.923.2-057.875  
DOI 10.32999/ksu2312-3206/2021-3-11

#### ОСОБИСТІСНА КРИЗА: ПОКАЗНИКИ ПЕРЕЖИВАННЯ У СТУДЕНТСТВА

**Заграй Лариса Дмитрівна,**  
доктор психологічних наук, професор,  
декан факультету психології

*Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника*

Todoriv\_Larisa@i.ua  
<https://orcid.org/0000-0003-2823-8179>

**Готич Вікторія Олександрівна,**  
магістр психології

*Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника*

victoria.hotych@pnu.edu.ua  
<https://orcid.org/0000-0003-1295-6467>

**Метою** статті є визначення показників переживання особистісної кризи у ранній дорослості на основі статусної моделі ідентичності. Завдання: визначити рівні переживання особистісної кризи на основі статусної моделі ідентичності у ранній дорослості; емпірично окреслити показники кожного рівня. Переживання кризи розглядається як форма активності людини, спрямована на подолання критичної ситуації та вихід за позитивного вектору на новий рівень розвитку особистості, досягнутої ідентичності, за негативного – фрагментарність, дифузія ідентичності. Прогностичними критеріями визначення статусів ідентичності є: прийняття власної ідентичності – набуття цілісності; поглиблений пошук, аналіз нових аспектів ідентичності; перегляд актуальних аспектів ідентичності з потенційними, які відповідають новим умовам ситуації.

**Методами** дослідження показників переживання особистісної кризи вибрано методику «Хто я?» М. Куна, Т. Макпартленда та кластерний аналіз для статистичної обробки результатів.

**Результати.** Прогностичним критерієм «Я-статусу» ідентичності визначено здатність до рефлексії, зокрема здатність до диференційованого аналізу ідентичності, вільної актуалізації у досліджуваних власних когнітивно-афективних утворень щодо своєї ідентичності. Основними показниками переживання особистісної кризи у студентів є: досягнення передчасного статусу ідентичності з недостатнім рівнем диференціації Я, прийняття «готових», невідрефлексованих аспектів Я, які стосуються виконання соціальних ролей; дифузна ідентичність, показниками котрої є нездатність здійснювати глибокий аналіз актуальних характеристик Я та відсутність потенційних, відсутня цілісність, інтегрованість Я; «пошуковий мораторій», показниками якого є: глибокий аналіз аспектів Я актуальних і потенційних, бачення перспективи, інтеграція різних аспектів Я, почуття цілісності. Переживання кризи є формою активності людини, спрямованою на подолання критичної ситуації та вихід за позитивного вектору на новий рівень розвитку особистості, котрий передбачає новий ресурс, досвід, що інтегрується у структуру ідентичності, за негативного – фрагментарність, деструктивні зміни, які знижують стійкість особистості. Переживання особистісної кризи на когнітивному рівні стосується змін, зокрема у самосвідомості, формуванні ідентичності.

**Ключові слова:** криза, особистісна криза, переживання, ідентичність, досягнута ідентичність, мораторій, передчасна ідентичність, дифузна ідентичність.

#### PERSONAL CRISIS: INDICATORS OF STUDENT EXPERIENCE

**Zahrai Larysa Dmytrivna,**

Doctor of Psychological Sciences, Professor,  
Dean of the Faculty of Psychology

*Vasyl Stefanyk Prekarpathian National University*

Todoriv\_Larisa@i.ua  
<https://orcid.org/0000-0003-2823-8179>

**Hotych Viktoriia Oleksandrivna,**  
Master of Psychology  
*Vasyl Stefanyk Prekarpathian National University*  
victoria.hotych@pnu.edu.ua  
<https://orcid.org/0000-0003-1295-6467>

**The article** considers the problem of experiencing a personal crisis, in particular in early adulthood. The purpose of the article is to determine indicators of experiencing a personal crisis in early adulthood based on the status model of identity. Objectives: to determine levels of personal crisis experience based on the status model of identity in early adulthood; empirically outline the indicators of each level. The experience of the crisis is seen as a form of human activity.

**The purpose** of the crisis is to overcome the critical situation. Crisis positive end to the contributes to the development of personality and acquirement a status of the achieved identity. Diffusion of identity is the result of the negative impact of the crisis. The criteria that predict the experience of the crisis are: acceptance of one's own identity, acquirement of integrity; searching and analysis of existing and search for new aspects of identity; reviewing accepted aspects of identity with alternatives which are more consistent with the new situation conditions. The methods investigation the indicators of experiencing a personal crisis are the method of "Who am I?" M. Kuna, T. McPertland and cluster analysis for interpretation of results. The prognostic criterion for determining the status of identity is the ability to reflect, in particular the ability to differentiate identity analysis and free actualization in the respondents own cognitive-affective formations of identity.

**Results.** The main indicators of experiencing a personal crisis in students are identified premature identity status with insufficient level of self-differentiation, acceptance of "ready", unanalyzed aspects of self, related to the fulfillment of social roles; diffuse identity, the indicators of which are the inability to carry out an in-depth analysis of the actual characteristics of the self and the absence of potential self and integration identity; "search moratorium" the indicators of which are depth analysis aspects of real and potential self and integration of different aspects of the self. Experiencing a crisis is a form of human activity aimed at overcoming a critical situation and entering a positive vector to a new level of personality development, which provides a new resource, experience, integrated into the identity structure, with a negative – fragmentation, destructive changes that reduce resilience. Experiencing a personal crisis at the cognitive level concerns changes, in particular in self-awareness, identity formation.

**Key words:** *crisis, personal crisis, experience of crisis, identity, achieved identity, moratorium, premature identity, diffuse identity.*

## Вступ

У період змін, трансформацій особливо актуальними стають питання дослідження долаття кризових періодів розвитку особистості, а особливо молоді, котра має справу із численними викликами, досвід розуміння яких відсутній. Для того, щоб зрозуміти, яким чином можна допомогти молодим людям впоратися із кризою, необхідно насамперед з'ясувати, як вони переживають її, які способи подолання використовують. Соціально-культурна сконструйованість студентства як періоду життя індивіда, його залежність від культурно-історичного контексту актуалізує проблему вивчення переживання особистісних криз молоді постійно й потребує нових ґрунтовних теоретико-методологічних та емпіричних розвідок. Незважаючи на постійний інтерес науковців до цієї проблеми, певну вивченість її, ґрунтовний аналіз засвідчив, що сьогодні відсутнє чітке окреслення як поняття, так і феномену «особистісної кризи ранньої дорослості», зокрема показників її переживання, вивчаються лише окремі компоненти цієї проблеми, що не дає цілісної картини цього складного психологічного явища. Актуальність і недостатня розробленість таких аспектів зумовили проведення дослідження особливостей переживання особистісної кризи у ранній дорослості.

## 1. Теоретичне обґрунтування проблеми

Поняття «криза» переважно розуміється як емоційна реакція людини на загрозову ситуацію, пов'язану з подоланням певних суперечностей, неузгодженостей, які кожен дослідник визначає по-своєму. За визначенням Дж. Каплана, криза – це стан, що виникає, коли особа на шляху досягнення життєво важливих цілей зіштовхується з певними перешкодами, які протягом певного часу неможливо подолати за допомогою звичних способів вирішення проблем (Caplan, 1963). Інакше кажучи, під поняттям «криза» розуміється емоційна реакція індивіда на загрозову ситуацію, однак ідеться не про саму ситуацію. Тому одна і та сама ситуація може в одних людей зумовлювати кризові переживання, а в інших – ні. Криза досліджується як неможливість реалізації життєвого замислу, що вже склалася і спричинена конкретною подією чи ситуацією у житті людини, що зумовлює загострення наявних (або виникаючих) особистісних суперечностей (Васильюк, 1995); як тривалий внутрішній конфлікт щодо сенсу життя, головних цілей і шляхів їх досягнення (Титаренко, 2007); як зіткнення двох реальностей: психічної реальності людини (світогляду, патернів поведінки) та частини об'єктивної реальності, яка суперечить попередньому досвіду (Малкіна-Пых, 2004).



Для нашого дослідження релевантним є аналіз кризи як стану, у якому перебуває людина, котра переживає кризу, і який детермінує її поведінку, як вираження глибинних особистісних смислів, що проявляються на різних рівнях психіки: безсвідомому, свідомому і надсвідомому (Кочарян, 2011). Метою переживання є вирішення критичної ситуації та вихід на новий рівень розвитку, який передбачає наявність нового ресурсу, знань, досвіду, навичок, нових особистісних якостей, характеристик ідентичності.

Видається цінним для нашого дослідження розгляд кризи як внутрішньо зумовленої дезінтеграції особистості з бінарними її векторами – позитивним і негативним. Позитивний вектор передбачає результатом кризи інтеграцію особистості, набуття цілісності, негативний вектор – фрагментарність, деструктивні зміни, що знижують стійкість особистості (Козлов, 2020). Такий стан є багатокомпонентним, передбачає емоційний, когнітивний і поведінковий рівні. Дослідники визначають емоційні прояви переживання кризи: почуття небезпеки, безнадійності, безпомічності, беззахисності, апатію, тривогу тощо (Перрі, 1995); когнітивні прояви переживання кризи – відсутність концентрації уваги, зниження продуктивності мисленевих операцій, критичного мислення, пам'яті (Перрі, 1995; Кочарян, 2011; Варбан, 2010; Титаренко, 2007). Такі зміни на когнітивному рівні спричинюють поведінкові прояви – нездатність до цілепокладання, самостійного вирішення проблем, управління своїм життям, руйнування звичних моделей поведінки, навичок, умінь; зміни у самосвідомості, картині світу людини, зокрема уявлень про себе, ставлень до себе – «Я-концепції», руйнування системи уявлень, переконань, системи ціннісних орієнтацій (Саннікова, 2015; Титаренко, 2007 та ін.). Отже, психологічна криза супроводжується гострими емоційними переживаннями, які зумовлюють зміни у когнітивній сфері, самосвідомості, картині світу, що проявляється у поведінці – нездатністю справлятися із таким станом. Оскільки протікання такої кризи зачіпає психічну активність, діяльність людини, різні її рівні (емоційний, когнітивний, поведінковий), суб'єктивний досвід, то доцільно говорити про особистісну кризу незалежно від того, якою вона є – нормативною, віковою, біографічною чи життєвою. Криза співвідноситься з особистісним рівнем дослідження критичної ситуації. Наявність критичної ситуації визначається внутрішнім станом дезорганізації, суперечливості, невизначеності, що виникає внаслідок відчуття неможливості жити, реалізувати внутрішні потреби.

У психологічних проєкціях дослідників сучасності криза трактується у двох векторах – криза як критична ситуація, яка потребує втручання, вирішення, і криза як джерело

розвитку особистості (Мадді, 2005; Титаренко, 2010, Саннікова, 2015 та ін.). Численні дослідження доводять, що механізмом розвитку кризи завжди є певна критична ситуація, подія (Василіук, 1995; Carlan, 2001; Титаренко, 2007 та ін.). Критична ситуація трактується як життєва обставина, котра емоційно переживається людиною і на рівні сприймання становить складну психологічну проблему, що потребує її вирішення. Така критична ситуація, подія, на думку С. Маничева, спричинює втрату рівноваги, конгруентності між особистістю і зовнішнім світом, відсутність готової програми поведінки (Маничев, 2001).

На відміну від ситуації короткотривалої дії, яка має стресовий характер, наприклад, стресу від загубленої речі, конфлікту із подругою, зламаного каблука тощо, критична ситуація актуалізує тривалі переживання, пов'язані зі значущими психологічними проблемами, й означається як кризова. Процес подолання кризи Ф. Василіук назвав переживанням, надавши цьому поняттю нового змісту і смислу. Переживання пов'язане не тільки з емоціями, що відображають ставлення людини до ситуації, яка спричинила кризу, але є, як зазначає Ф. Василіук, глибокою внутрішньою роботою з відновлення душевної рівноваги, наповнення новим смислом людської діяльності після подолання критичної ситуації. Відповідно він окреслює чотири типи переживання кризової ситуації: гедоністичне переживання – знецінення, ігнорування критичної ситуації, ілюзію благополуччя та збереження звичності життя; реалістичне переживання – критичну оцінку ситуації, прийняття її через пристосування до нового стилю життя та його сенсу; ціннісне переживання – усвідомлення критичної ситуації, зміна змісту, цілей, планів життя та ціннісного їх виміру відповідно до зміненої ситуації; творче переживання – пошук шляхів виходу із критичної ситуації (Василіук, 1995).

Оскільки криза пов'язана з переживаннями людини, передбачає певну динаміку, важливо з'ясувати особливості, фази, етапи її протікання. Є численні дослідження, у яких розглядаються етапи розгортання кризи (Козлов, 2014; Саннікова, 2015; Титаренко, 2007; Carlan, 2001 та ін.) та які переважно ґрунтуються на основі результатів спостереження за поведінкою індивіда. Відсутні емпіричні обґрунтування, показники переживання кризи, зокрема молодими людьми. Дослідники описують три стадії протікання кризи: перша переживається на неусвідомленому рівні, ознаменовується зростанням напруги, яка стимулює до звичного способу вирішення проблеми, руйнування звичного способу життя, способів вирішення проблем, відчуття сильного емоційного дискомфорту; друга стадія – більш усвідомлений рівень переживання,

зростання напруги, відсутність засобів вирішення проблем, усвідомленість, розуміння свого стану, почуттів, переживань; третя стадія виходу із кризи – мобілізація зовнішніх і внутрішніх ресурсів, за відсутності позитивного результату – підвищення тривоги, депресії, дезорганізація особистості або вибір подальшого шляху, створення нових моделей поведінки. Як зазначалося вище, переживання особистісної кризи відбувається на емоційному, когнітивному та поведінковому рівнях. Емоційний рівень переживання кризи торкається більшою мірою клінічних аспектів дослідження, у контексті яких особистісна криза розглядається як реактивний, короточасний чи довготривалий стан, який призводить до дезадаптації та трансформації особистості. У нашому дослідженні ми робимо акцент на когнітивному рівні переживання кризи, зокрема на змінах у самосвідомості, ідентичності. Ідентичність – це аспект Я, який називають персональною ідентичністю. Персональна ідентичність визначається як відчуття людиною власної неповторності, унікальності свого життєвого досвіду, що зумовлює тотожність самій собі (Zahraei, 2020). Відповідно до концепції Дж. Марсія феноменологічно ідентичність проявляється через патерни «вирішення проблем», коли людина зіштовхується із ситуацією вибору, невизначеності, критичними ситуаціями. Дж. Марсія вважав, що зміст, структура ідентичності є результатом вирішення проблем (Марсія, 1993). Ідентичність є складним утворенням, яке має різні аспекти Я, а тому криза може торкатися тільки тих, що зазнають найбільших впливів критичної ситуації (Meeus, Van de Schoot, Klimstra, & Branje, 2011). Відповідно визначивши два ключові критерії – наявність/відсутність пошуку альтернатив; наявність/відсутність вибору – науковець розробив класифікацію статусів ідентичності: досягнута, реалізована ідентичність, яка характеризується високим рівнем пошуку альтернатив і прийняттям вибору; передбачена ідентичність – низький рівень пошуку альтернатив, але високий рівень прийняття вибору; мораторій – високий рівень пошуку альтернатив, але низький рівень прийняття вибору; дифузія ідентичності – низький рівень пошуку альтернатив і прийняття вибору без аналізу, вагань. Деякі дослідники (Josselson, Whitbourne et al., 2009; Kroger 2014, MacKenna, 2010; McLean, Pasupathi, 2012) емпірично довели, що статусна модель розвитку ідентичності є релевантною не тільки для підліткового, але й для інших вікових періодів. Для нашого дослідження цінним видається доповнена модель ідентичності, яка центрована на рефлексивних механізмах і бере до уваги не тільки пошук шляхів вирішення проблеми, але й глибокий

їх аналіз, перегляд прийнятих рішень, відповідно прийняття чи неприйняття їх (Mancini et al., 2015). Прийняття стосується тих аспектів ідентичності, які вибрав індивід, і впевненості у собі, яку цей вибір надає. Поглиблений пошук передбачає аналіз індивідом своєї актуальної, поточної ідентичності з визначенням різних її аспектів, із пошуком нових варіантів. Порівняння – це аналіз альтернатив, оскільки теперішня ідентичність більше не задовольняє індивіда. Досягнута ідентичність характеризується високим рівнем пошуку альтернативних варіантів вирішення критичної ситуації, проблеми, поглибленим аналізом вибору, його переглядом і прийняттям, інтегруванням у структуру ідентичності. Передбачена ідентичність характеризується низьким рівнем пошуку альтернатив вирішення проблеми, відсутністю поглибленого аналізу вибору; для швидкого досягнення на когнітивному рівні конгруентності, швидким прийняттям рішення й інтеграцією ідентичності. Статус ідентичності «мораторій» має два рівні: «мораторій», «пошуковий мораторій». Для статусу «мораторій» ідентичності характерним є середній рівень пошуку альтернатив вирішення проблеми, високий рівень перегляду, сумніву щодо вибраних альтернатив вирішення проблеми та відповідно низький рівень прийняття, інтеграції характеристик ідентичності, іншими словами, мораторій, нездатність до чіткого, інтегрованого визначення ідентичності. Статус «пошуковий мораторій» передбачає високий рівень пошуку альтернативних варіантів вирішення проблем, їх ретельний аналіз, перегляд і прийняття, інтеграцію ідентичності. Дифузія ідентичності – найскладніший рівень, статус у формуванні ідентичності, оскільки передбачає низький рівень пошуку альтернатив у вирішенні проблем, нездатність їх аналізувати, рефлексувати, здійснювати їх перегляд, відповідно неприйняття, дифузію ідентичності.

На основі зазначених статусів-критеріїв формування ідентичності можливим є визначення показників переживання особистісної кризи у ранній дорослості. Причому окреслені статуси можна співвідносити з відповідними етапами, фазами переживання особистісної кризи. **Мета** статті полягає у визначенні показників переживання особистісної кризи у ранній дорослості на основі статусної моделі ідентичності. Завдання: визначити рівні переживання особистісної кризи на основі статусної моделі ідентичності у ранній дорослості; емпірично окреслити показники кожного рівня.

## 2. Методологія та методи

Прогностичним критерієм визначення статусу ідентичності обрано здатність до рефлексії, зокрема здатність до диференційованого аналізу ідентичності, вільної актуалізації





у досліджуваних власних, ненав'язаних експериментатором когнітивно-афективних утворень щодо своєї ідентичності. Чим більше аспектів ідентичності репрезентує досліджуваний і більшою кількістю характеристик, тим вищий рівень рефлексивності, здатності до глибокого аналізу. З цією метою проводилася методика «Хто Я?» М. Куна, Т. Макпертланда (Румянцева, 2006). Крім того, передбачалося емпіричне з'ясування того, як самі досліджувані репрезентують себе, які актуалізують аспекти ідентичності. Внаслідок проведення методики ми передбачали отримати імпліцитну модель ідентичності, оскільки методика «Хто Я?» завдяки специфіці проведення дозволяє виділити групи характеристик ідентичності. Дві з них стосуються об'єктивних характеристик (позначаються K1 і K2), а третя – суб'єктивних (позначаються K3). До класу K1 належать характеристики «фізичного Я» (Яs – людина, Яs – жінка тощо). Клас K2 утворюють самовизначення, які відбивають соціальні аспекти «Я» (Яs – українка/українець, Яs – студент/студентка, Яs – жінка/чоловік тощо), і стосуються різних сфер життя індивіда. До класу суб'єктивних самовизначень K3 належать соціально-релевантні характеристики поведінки (Яs – люблю слухати музику, Яs – весела людина, Яs – люблю «тусити», Яs – нікому не потрібна людина тощо). Аналіз самоописів здійснювався за 24 показниками, які, об'єднуючись, утворюють сім узагальнених схем оцінки «Я» за: «Соціальне Я»; «Комунікативне Я»; «Матеріальне Я»; «Фізичне Я»; «Діяльне Я»; «Перспективне Я»; «Рефлексивне Я».

### 3. Результати та дискусії

У дослідженні брали участь 60 осіб – студенти-психологи, котрі навчаються на 3–4 курсах Прикарпатського національного університету. Внаслідок застосування клас-

терного аналізу, на підставі значень кластерних навантажень велика кількість змінних переводилася у значення невеликої кількості кластерів. На першому етапі визначили провідні змістові аспекти ідентичності у ранній дорослості та міру їх диференційованості (представленості певною кількістю характеристик) (див. рис. 1).

Відповідаючи на питання «Хто Я?», студенти вказували соціальні ролі та характеристики-визначення, з якими себе ідентифікують, тобто описують значущі соціальні статуси та ті риси, які, на думку респондентів, пов'язані з ними. За співвідношенням соціальних ролей та індивідуальних характеристик актуалізується питання про співвідношення соціальної та особистісної ідентичності. Під особистісною ідентичністю розуміють набір характеристик, котрий робить людину подібною самій собі та відмінною від інших, соціальна ідентичність трактується у термінах групового членства, належності до більшої чи меншої групи людей. Показником є те, що особистість описує себе з різних сторін теперішнього та майбутнього. Таким чином, співвідношення соціальних ролей та індивідуальних характеристик є індикатором усвідомлення і прийняття своєї унікальності, спрямованості на особистісний саморозвиток та удосконалення. За словами Дж. Марсія, структура ідентичності складається із послідовних рішень щодо кожної кризової, проблемної ситуації, яка виникає у житті людини. Сума прийнятих рішень щодо себе і свого життя розвиває особистість, дає можливість означити у собі сильні та слабкі сторони, формує цілеспрямованість і усвідомленість життєдіяльності.

У вибірці дослідження переважає середній рівень здатності до диференціації у студентів (38%) (кластер № 3), який утворили лише три

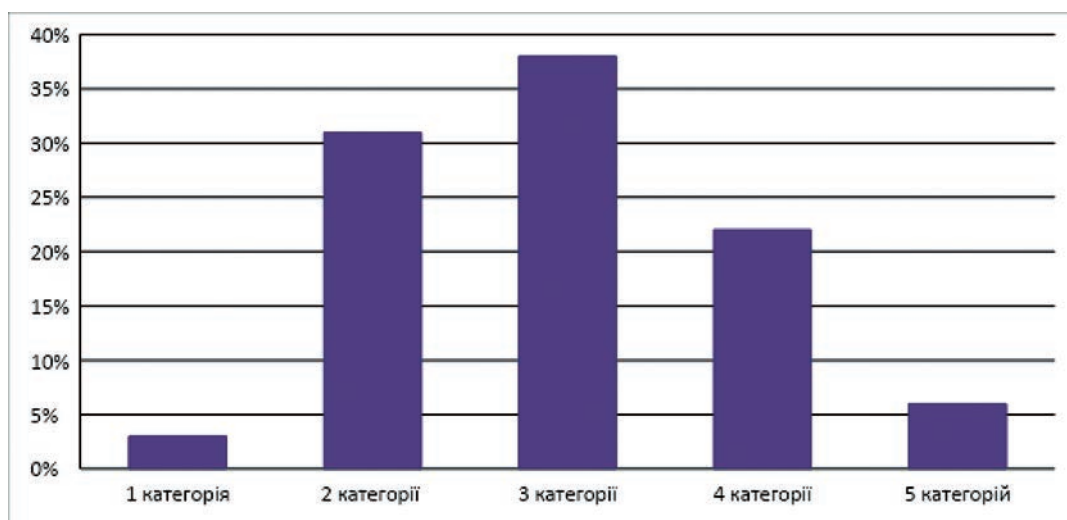


Рис. 1. Кластери змістових аспектів ідентичності (%)

категорії (аспекти) змістових характеристик ідентичності. Типовими змістовими характеристиками цієї категорії є соціальне Я, комунікативне Я, фізичне Я. Для групи середнього рівня характерними є співвідношення соціальних ролей та індивідуальних характеристик, що свідчить про рівень усвідомлення і прийняття молодою людиною своєї унікальності, а також наскільки їй важлива належність до тієї чи іншої групи людей. Для досліджуваних велике значення має зовнішній вигляд, а саме чи відповідають вони сучасним молодіжним нормам, наскільки вони сприймаються їхньою соціальною віковою групою. Рівень комунікації збільшується з тими людьми, котрі проявляють емпатію, підтримку. Велика різноманітність і кількість соціальних ролей показує достатню впевненість у собі у різних соціальних ситуаціях. Такі молоді люди спрямовані на подолання кризи шляхом вибору «готових» рішень. Вони шукають альтернативні шляхи вирішення проблеми з опорою на соціальні та комунікативні ресурси, набутий досвід інтегрують у структуру ідентичності без перегляду й аналізу з метою швидкого досягнення конгруентності ідентичності. Такі характеристики описують передчасний статус ідентичності, який може свідчити про другий етап переживання кризи, що може мати пролонгований характер. Людина передчасно виходить із кризи, не вирішивши усіх задач, які згодом будуть актуалізуватися у подальших кризових періодах.

Низький рівень диференціації – 31% (кластер № 2) часто зустрічається у вибірці. Такі досліджувані оперують у само описах лише двома категоріями опису ідентичності: соціальне Я (переважно у всіх само описах вибірки) та комунікативне Я (одна або дві характеристики) присутні в усіх досліджуваних цієї групи. Зрідка використовується комунікативне Я або рефлексивне Я. Відсутність у само описах індивідуальних характеристик (показників рефлексивної, комунікативної, фізичної, матеріальної, діяльної ідентичностей) з акцентуванням уваги переважно на соціальних ролях («перехожий», «студент», «член сім'ї», «дочка/син») свідчить про нездатність до диференційованого та різностороннього самоусвідомлення, аналізу себе. Це є індикатором низького рівня розвитку рефлексії, нездатності усвідомлювати свій особистісний ресурс, що утруднює процеси вирішення проблем, із якими зіштовхується молода людина, неспроможність бачити альтернативні шляхи виходу зі складних ситуацій, а відповідно, відсутність переживання цілісності Я, яка б означувала розуміння та прийняття кризової ситуації. Такі індикатори є характерними для статусу дифузії ідентичності, що відповідає третьому етапу переживання кризи.

Вище середнього рівня диференціації (кластер № 4) визначено у 22% досліджува-

них, які оперують 4 категоріями опису ідентичності: соціальним Я, перспективним Я, комунікативним Я, рефлексивним Я. Наявність перспективного Я відбиває прагнення молодих людей до проектування майбутнього на основі знань, умінь, компетенцій, особистісних характеристик. Поява перспективного Я, що включає плани та роздуми щодо майбутньої роботи, сім'ї, діяльності, матеріального стану й особистісних якостей, є індикатором прийняття та розуміння різних аспектів ідентичності, котрі ґрунтуються на глибокому аналізі рефлексії, що свідчить про тенденцію до інтеграції ідентичності та відповідає статусу «пошукового мораторію», що означає третій етап переживання кризи, причому у позитивному ракурсі.

Високий рівень здатності до диференціації визначено лише у 6% досліджуваних (кластер № 5). Такі досліджувані більш ретельно, розлого аналізують власну ідентичність, репрезентуючи 6 аспектів (категорій), зокрема соціальне Я, комунікативне Я, фізичне Я, перспективне Я, рефлексивне Я, діяльне Я, що свідчить про високу здатність до рефлексії. Наявність перспективного Я, діяльного Я та рефлексивного Я свідчить про прийняття різних аспектів ідентичності, досягнення цілісності та формування стратегій виходу із кризової ситуації. Такі показники свідчать про тенденцію до досягнення статусу «досягненої ідентичності», що може означати про вихід особистості із кризи.

У 3% респондентів (кластер № 1) самоописи представлені соціальним Я із досить обмеженим (2–8) переліком ролей. Обмежена кількість характеристик у само описах засвідчує низьку рефлексивність, нездатність усвідомити різні аспекти Я, розкрити їх змістові особливості, що є індикатором статусу дифузної ідентичності. Фіксування дифузної ідентичності у ранній дорослості може бути прогностичним критерієм переживання особистісної кризи на початкових її етапах, коли людина переживає невизначеність, не розуміння того, що відбувається, не володіє здатністю до аналізу проблемної ситуації, їй складно вибрати шлях її вирішення.

### Висновки

Таким чином, переживання кризи є формою активності людини, спрямованою на подолання критичної ситуації та вихід за позитивного вектору на новий рівень розвитку особистості, який передбачає новий ресурс, досвід, що інтегрується у структуру ідентичності, за негативного – фрагментарність, деструктивні зміни, які знижують стійкість особистості. Переживання особистісної кризи на когнітивному рівні стосується змін, зокрема у самоусвідомості, формуванні ідентичності. Статусна модель ідентичності дозволяє окреслити



основні показники переживання особистісної кризи, котрі ґрунтуються на трьох критеріях: прийнятті власної ідентичності – набутті цілісності; поглибленому пошуку – аналізі наявних і пошуку нових аспектів ідентичності; перегляді прийнятих аспектів ідентичності з альтернативними, які більш відповідають новим умовам ситуації.

У ранній дорослості студентство переживає особистісну кризу, що відбивається на статусних рівнях ідентичності. Значна частина досліджуваних (38%) перебуває на другому етапі переживання кризи, показниками якої є недостатній рівень диференціації Я, прийняття «готових», невідрефлексованих аспектів Я, що стосуються виконання соціальних ролей, відсутність перегляду актуальних аспектів ідентичності, а це відповідає передчасному статусу ідентичності. Дещо менша

кількість (31%) молодих людей перебуває у статусі дифузної ідентичності, показниками якої є: нездатність здійснювати глибокий аналіз актуальних характеристик Я та відсутність потенційних, відсутня цілісність, інтегрованість Я, що може свідчити про негативний вектор переживання кризи на третьому етапі або про початок розгортання кризи. Третя група молодих людей, які переживають кризу, знаходиться на третьому етапі у позитивному векторі з досягненням статусу «пошукового мораторію». Показниками цього етапу переживання є: глибокий аналіз аспектів Я актуальних і потенційних, бачення перспективи, інтеграція різних аспектів Я, почуття цілісності. Перспективою подальших досліджень є доведення зв'язку між показниками різних статусів ідентичності та визначеними показниками етапів переживання особистісної кризи.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Варбан Є. Життєва криза: поняття, концепції та прояви. *Проблеми сучасної психології*. 2010. Вип. 8. С. 120–133.
2. Василюк Ф.Е. Жизненный мир и кризис: типологический анализ критических ситуаций. *Психологический журнал*. 1995. № 3. С. 90–101.
3. Готич В.О. Психологічні особливості кризи ранньої дорослості студентів. *Збірник студентський наукових праць «Еврика – XXI»*. 2020. Вип. 21. С. 5–7.
4. Козлов В.В. Динамика психологического содержания кризиса пандемии. *Известия Иркутского государственного университета. Серия Психология*. 2020. Т. 34. С. 40–57.
5. Кочарян А.С., Лисенная А.М. Психология переживаний : учебное пособие. Харків : ХНУ. 2011. 220 с.
6. Мадди С. Р. Смыслообразование в процессе принятия решений. *Психологический журнал*. 2005. Т. 26. № 6. С. 87–101.
7. Малкина-Пых И.Г. Возрастные кризисы: Справочник практического психолога. Москва : Эксмо, 2004. 896 с.
8. Маничев С.А. Критические жизненные события и профессиональное выгорание. *Психологические проблемы самореализации личности*. 2001. Вып. 5. С. 192–202.
9. Перри Г. Как справиться с кризисом / перев. с англ. Москва : Педагогика Пресс. 1995.
10. Румянцева Т.В. Психологическое консультирование. Диагностика отношений в паре. Санкт-Петербург : Речь, 2006. 176 с.
11. Саннікова О.П. Переживання кризи: диференціально-психологічний аналіз. *Наука і освіта*. 2015. № 10. С. 16–22.
12. Титаренко Т.М. Життєві кризи: технології консультивання. Ч. 1. Київ : Главник, 2007. 144 с.
13. Caplan G. Emotional crises. *The Encyclopedia Of Mental Health*. NY., 1963. Vol.2.
14. Josselson, R., & Lieblich, A. Reflections on The Narrative Study of Lives. *Narrative Inquiry*, 2009. № 19 (1). P. 183–198. <https://doi.org/10.1075/ni.19.1.10jos> (дата звернення: 10.06.2021).
15. Mancini A.D et al. Predictors of Prolonged Grief, Resilience, and Recovery Among Bereaved Spouses, 2015. Vol. 71, Issue 12. P. 1245–1258.
16. Marcia, J.E. The ego identity status approach to ego identity. *J.E. Marcia, A.S. Waterman, D.R. Matteson, S.L. Archer, J.L. Orlofsky (Eds.. Ego identity: A handbook for psychosocial research (1–21)*. New York: Springer-Verlag. 1993.
17. McLean, K. C., & Pasupathi, M. Processes of identity development: Where I am and how I got there. *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 2012. № 12 (1). P. 8–28. <https://doi.org/10.1080/15283488.2011.632363> (дата звернення: 10.06.2021).
18. Meeus, W., Van de Schoot, R., Klimstra, T., & Branje, S. Personality types in adolescence: Change and stability and links with adjustment and relationships: A five-wave longitudinal study. *Developmental Psychology*. 2011. № 47 (4). P. 1181–1195. <https://doi.org/10.1037/a0023816> (дата звернення: 10.06.2021).
19. Kroger J. Identity development through adulthood: The move toward “wholeness”. *The Oxford Handbook of Identity Development*. Oxford University Press Editors: K.C. McLean & M. Syed. 2014.
20. Stankovska G., Memedi I., Dimitrovski D. Coronavirus COVID-19 disease, mental health and psychosocial support. *Society Register*. Vol. 4 (2). 2020. P. 33–48. <https://doi.org/10.14746/sr.2020.4.2.03> (дата звернення: 10.06.2021).
21. Zahrai Larysa Narrative identity: formation mechanism. *Journal of Vasyl Stefanyk Precarpathian National University*. 2020. Vol. 7, №. 2. P. 83–89. URL: <http://journals.pnu.edu.ua> (дата звернення: 10.06.2021).

## REFERENCES:

1. Varban Ye. (2010). Zhyttieva kryza: poniattia, kontseptsii ta proiavy [Life crisis: concepts, concepts and manifestations]. *Problemy suchasnoi psykholohii – Problems of modern psychology*, 8. 120–133 [in Ukrainian].
2. Vasyliuk F.E. (1995). Zhyznennui mir i kryzys : typolohycheskyi analiz krytycheskykh situatsii. [Life World and Crisis: Typological Analysis of Critical Situations]. *Psykholohycheskyi zhurnal – Psychological journal*, 3. 90–101 [in Russian].
3. Hotych V.O. (2020). Psykholohichni osoblyvosti kryzy rannoi doroslости studentiv. [Psychological features of the crisis of early adulthood of students]. *Zbirnyk studentskyi naukovykh prats “Evryka – XXI” – Collection of student research papers Eureka*, 21. 5–7 [in Ukrainian].
4. Kozlov V.V. (2020). Dynamyka psykholohycheskoho soderzhanyia kryzysa pandemii. [Dynamics of the psychological content of the pandemic crisis]. *Izvestiya Irkutskoho hosudarstvennoho unyversyteta. Seryia Psykholohyia – Irkutsk State University Bulletin. Series Psychology*, 34. 40–57 [in Russian].
5. Kocharyan A.S., Lisennaya A.M. (2011). Psihologiya perezhivaniy: uchebnoe posobie [The Psychology of Experiences: A Study Guide]. Harkov, HNU [in Ukrainian].
6. Maddy S. R. (2005). Smusloobrazovanye v protsesse pryniatyia reshenyi [Formation of meaning in the decision-making process]. *Psykholohycheskyi zhurnal – Psychological journal*, 26 (6). 87–101 [in Russian].
7. Malkyna-Pukh Y.H. (2004). Vozrastnue kryzys: Spravochnik praktycheskoho psykholoha [Age Crises: A Practical Psychologist’s Handbook]. M.: Eksmo [in Russian].
8. Manychev S.A. (2001). Krytycheskye zhyznennue sobutyia y professionalnoe vuhoranye [Critical life events and burnout]. *Psykholohycheskye problemu samorealizatsyy lychnosty – Psychological problems of personality self-realization*, 5. 192–202 [in Russian].
9. Perri G. (1995). Kak spravitsya s krizisom / G. Perri; perev. s angl [How to deal with the crisis]. Moskva: Pedagogika Press [in Russian].
10. Rumiantseva T.V. (2006). Psykholohycheskoe konsultyrovanye. Dyahnostyka otnoshenyi v pare [Psychological counseling. Diagnostics of the relationship in a couple]. Sankt-Peterburg: Rech. [in Russian].
11. Sannikova O.P. (2015). Perezhivannya krizi: diferentsialno-psyhologichnyi analiz [Experiencing the crisis: differential psychological analysis]. *Nauka i osvita: naukovo-praktychnyi zhurnal – Science and education: scientific and practical journal*, 10. 16–22 [in Ukrainian].
12. Tytarenko T.M. (2007). Zhyttievi kryzy: tekhnolohii konsultuvannya. Persha chastyna [Life crises: counseling technologies. The first part]. Kyiv : Hlavnyk [in Ukrainian].
13. Caplan G. (1963). Emotional crises. *The Encyclopedia Of Mental Health*. NY., 2.
14. Josselson, R., & Lieblich, A. (2009). Reflections on The Narrative Study of Lives. *Narrative Inquiry*, 19 (1), 183–198. <https://doi.org/10.1075/ni.19.1.10jos>
15. Mancini A.D et al. (2015). Predictors of Prolonged Grief, Resilience, and Recovery Among Bereaved Spouses, Volume 71, Issue 12, 1245–1258.
16. Marcia, J.E. (1993). The ego identity status approach to ego identity. In J.E. Marcia, A.S. Waterman, D.R. Matteson, S.L. Archer, J.L. Orlofsky (Eds.), *Ego identity: A handbook for psychosocial research* (1–21). New York: Springer-Verlag.
17. McLean, K.C., & Pasupathi, M. (2012). Processes of identity development: Where I am and how I got there. *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 12 (1). 8–28. <https://doi.org/10.1080/15283488.2011.632363>
18. Meeus, W., Van de Schoot, R., Klimstra, T., & Branje, S. (2011). Personality types in adolescence: Change and stability and links with adjustment and relationships: A five-wave longitudinal study. *Developmental Psychology*, 47 (4). 1181–1195. <https://doi.org/10.1037/a0023816>
19. Kroger J. (2014). Identity development through adulthood: The move toward “wholeness”. *The Oxford Handbook of Identity Development*. Oxford University Press Editors: K. C. McLean & M. Syed.
20. Stankovska G., Memedi I., Dimitrovski D. (2020). Coronavirus COVID-19 disease, mental health and psychosocial support. *Society Register*. 4 (2). 33–48. <https://doi.org/10.14746/sr.2020.4.2.03>
21. Zahrai Larysa (2020). Narrative identity: formation mechanism. *Journal of Vasyl Stefanyk Precarpathian National University*, 7 (2). 83–89. <http://journals.pnu.edu.ua>.

Стаття надійшла до редакції 15.06.2021.  
The article was received 15 June 2021.