

Секция «Психология»

Феномен кризисной ситуации

Гордова Ирина Ивановна

Соискатель

Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Факультет

психологии, Москва, Россия

E-mail: aniri17@mail.ru

В настоящее время во многих отраслях знаний (психология, медицина, социология, политология и др.) огромный интерес вызывает кризисная проблематика. Актуальность ее обусловлена как общечеловеческими факторами к которым можно отнести резкое увеличение количества во всем мире антропогенных катастроф и “горячих точек”, так и факторами специфическими только для нашей страны, например, коренные изменения уклада, а следовательно, и всего комплекса социально — психологических условий существования. Благодаря мощному развитию современных СМИ люди ежедневно сталкиваются с преступлениями против личности, многообразными видами насилия и жестокости, природными катаклизмами (достаточно вспомнить наводнения, землетрясения, катастрофические изменения климата за последние несколько лет по всему земному шару), психогенными катастрофами (военные действия в мирное время, бомбежки, терроризм, криминальная ситуация и т.п.). Все вышеперечисленное вызывает массовое увеличение напряжения с соответствующей симптоматикой повышение уровня тревожности, возрастание таких переживаний, как одиночество, бессмысленность существования, страх за будущее и многое другое, что хорошо известно специалистам (психологам, психотерапевтам, педагогам, социальным работникам). Если еще упомянуть и эффект массового заражения, то картина складывается достаточно серьезная. Таким образом, интерес к изучению такого понятия как кризис, кризисное состояние, а вслед за ним и понятия кризисных ситуаций в разных разделах науки и практики очевиден и логичен.

Кризисная ситуация в общем плане определяется как ситуация невозможности дальнейшего существования в прежнем статусе, т. е. такая ситуация, в которой субъект сталкивается с невозможностью реализации внутренних потребностей своей жизни (мотивов, стремлений, ценностей и пр.). [1]

Теоретические представления о кризисных ситуациях, несмотря на огромное количество литературы по этому вопросу, развиты довольно слабо. Можно выделить четыре ключевых понятия, которыми в современной психологии описывают критические жизненные ситуации. Это понятия стресса, фрустрации, конфликта и кризиса. Положение таково, что исследователи, которые изучают одну из этих тем, любую критическую ситуацию подводят под излюбленную категорию, так для психоаналитика всякая такая ситуация является ситуацией конфликта, для последователей Г. Селье — ситуацией стресса и т.д. Авторы же, чьи интересы специально не связаны с этой проблематикой, при выборе понятия исходят в основном из интуитивных или стилистических соображений. Все это приводит к терминологической путанице.

Напомню еще, что понимание кризиса и кризисной ситуации изначально в психологии разрабатывалось в рамках психологии личности и психологии развития, где обычно выделяют возрастные кризисы (имеющие экзистенциальное значение, как правило,

связанные с определенными возрастными этапами в жизни человека) и ситуационные кризисы (возникшие в результате каких — либо внезапных или неожиданных событий).

Следует также отметить, что принято разделять понятия чрезвычайной, экстремальной и кризисной ситуации, которые еще не получили исчерпывающих определений. [5]

Кризис, от греческого *krineo* (*krisis* — решение, поворотный пункт, исход), буквально означает “разделение дорог”. Кризисная ситуация — это ситуация, требующая от человека значительного изменения представлений о мире и о себе за короткий промежуток времени. Эти изменения могут носить как позитивный, так и негативный характер. В китайском языке, например, слово “кризис” состоит из двух иероглифов, один из которых означает “опасность”, а другой — “возможность”. Таким образом, слово “кризис” несет в себе оттенок чрезвычайности, угрозы и необходимости в действии. Понятие “кризис” означает острую ситуацию для принятия какого — то решения, поворотный пункт, важнейший момент. Кризис имеет причинно — следственную связь с предыдущим жизненным опытом человека, но не может быть преодолен способами, известными ему из прошлого опыта. Психологический кризис — это внутреннее нарушение эмоционального баланса, наступающее под влиянием угрозы, создаваемой внешними обстоятельствами.

Кризисная ситуация — это психологическая ситуация, в которой система отношений личности с ее окружением характеризуется неуравновешенностью а именно: несоответствием между стремлениями, ценностями, целями личности и возможностями их реализации.

Кризисная ситуация может иметь для человека как негативные последствия, так и нейтральные и позитивные; может стать как источником страдания, так и источником стойкости, мужества и роста в зависимости от смысловой позиции, которую занимает человек. Кризисная ситуация (как и экстремальная ситуация) способна вызвать травматическую реакцию (реакцию расстройств), реакцию стойкости (мужества, адаптации) и реакцию роста (развития). [2]

Каждый человек, если вспомнить китайский иероглиф, видит “опасность”, которая для него связана с болью, тяжелыми переживаниями, дезинтеграцией. Очевидно, что испытывать подобное никто не хочет (нарушается фрейдовский принцип удовольствия). Но есть и другая часть, обладающая огромными возможностями, которую, к сожалению, видят не все. Здесь как раз и возникает необходимость оказать помощь человеку, а вместе с ней возникают вопросы: что вызывает кризисы, какие они бывают, как их отличать друг от друга, есть ли разница в помощи и надо ли вообще помогать если кризис неизбежен и необходим и др. Четких ответов на подобные вопросы нет в научной литературе. Так же нет до сих пор общих положений, понятий, терминологии в современной научной литературе, касающейся понятия кризисной ситуации. Делаются только первые попытки систематизации накопленных представлений, данных, опыта.

Литература

1. Василюк Ф.Е. Психология переживания. - М.: Изд-во Московского университета, 1984.
2. Магомед — Эминов М.Ш. Позитивная психология человека. Т.1. - М.: Психоаналитическая ассоциация, 2006. - 576 с.

3. Магомед — Эминов М.Ш. Экстремальная психология. Т.2. - М.: Психоаналитическая ассоциация, 2007. - 560 с.
4. Малкина — Пых И.Г. Возрастные кризисы: Справочник практического психолога. - М.: Изд-во Эксмо, 2005. - 896 с.
5. Психология экстремальных ситуаций: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений/ под общ. ред. Ю.С.Шойгу. - М.: Смысл; Издательский центр Академия, 2009. - 320 с.