

Секция «Психология»

Личность в экстремальных ситуациях: проблема жизнестойкости.

Балянина Екатерина Евгеньевна

Студент

*Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Факультет
психологии, Москва, Россия
E-mail: balyanina@yandex.ru*

В современном мире человек всё чаще вынужден сталкиваться с различными формами стрессовых, кризисных и экстремальных ситуаций. В этих условиях проблема жизнестойкости личности оказывается особенно актуальной. По словам М.Ш. Магомед-Эминова, трансординарное существование все больше вторгается в ординарное, наделяя его чертами аномальности, катастрофичности. Угроза небытия становится неспецифической характеристикой не только экзистенциальной ситуации, но и обыденной жизненной ситуации, и определяет существование человека. 11, 41

Научный интерес к проблеме переживания человеком ситуаций риска и угрозы появился в 1970-х гг., а с начала 1990-х началась его активная разработка. В отечественной психологии проблема трудных и экстремальных жизненных ситуаций разрабатывается многими авторами, опирающимися на такие понятия, как копинг-стратегии, стратегии совладания с трудными жизненными ситуациями, посттравматическое стрессовое расстройство: это Н.В. Тарабрина, М.Ш. Магомед-Эминов, Н.Н. Пуховский, Ф.Е. Василюк, М.М. Решетников, Ц.П. Короленко и другие. 11, 21

Одним из основных достижений научных исследований в данной области стало выявление факта, что люди, проходя через страдания, могут обретать смысл и цель. Таким образом, человек, переживающий экстремальную ситуацию, из пассивной жертвы обстоятельств превращался в активного участника событий, а переживаемая экстремальная ситуация могла в результате оказаться не разрушительным фактором, а, напротив, способствовать личностному росту. 13, 41

Целью данной работы является анализ понятия «жизнестойкость» и соотнесение его с такими понятиями, как «стрессоустойчивость», «копинг-стратегии» и др. Проводится систематизация факторов, обеспечивающих успешное преодоление человеком кризисных и экстремальных ситуаций, а также индивидуальных личностных стратегий поведения в условиях риска и угрозы. В практической части работы изучаются механизмы, позволяющие трансформировать негативные последствия влияния кризисных ситуаций в позитивные структуры личностного опыта.

Литература

1. Магомед-Эминов М.Ш. Экстремальная психология. Т.П. М., 2006.
2. Муздыбаев К. Стратегия совладания с жизненными трудностями // Журнал социологии и социальной антропологии. 1998, том 1, вып. 2.
3. Федунина Н.Ю. Понятия устойчивости к травме и позитивной адаптации // Московский психотерапевтический журнал №4, 2006.
4. <http://psyjournals.ru/mpj/2003/n1/Padun.shtml>