

**СУЩНОСТЬ ПОНЯТИЙ «КРИЗИС»,  
«КРИЗИСНАЯ СИТУАЦИЯ», «КРИЗИСНОЕ СОБЫТИЕ»**

**ESSENCE OF CONCEPTS «CRISIS»,  
«CRISIS SITUATION», «CRISIS EVENT»**

*Шустер Н. В.*, магистрант Института психологии  
БГПУ (г. Минск, Беларусь)

*Shustser N. V.*, Master's student of the Institute of Psychology  
BSPU (Minsk, Belarus)

Человек сталкивается с разными видами жестокости, насилия. Сложно жить в мире с противоречивыми процессами экономического, социального, политического характера, природными аномалиями, уносящими жизни людей. Изменение уровня жизни, потеря ценностей, привычных установок ведёт к росту напряжения, страху за будущее, угрозе психическому, физическому здоровью. Следовательно, ясен интерес к изучению понятий: кризис, кризисная ситуация, кризисное событие.

A person faces different kinds of violence, violence. It is difficult to live in a world of conflicting economic, social, political processes, natural anomalies that take human lives. Changes in living standards, loss of values, habits lead to increased tension, fear for the future, threats to mental and physical health. Hence, there is a clear interest in studying concepts: crisis, crisis situation, crisis event.

**Ключевые слова:** кризис; кризисная ситуация; кризисное событие.

**Keywords:** crisis; crisis situation; crisis event.

В последнее время понятие кризиса стало центральным во многих психологических исследованиях. Кризисы постоянно происходят на определенных этапах жизни человека как необходимый момент процесса его индивидуализации.

Кризис рассматривается как проблема, уйти от которой нельзя и разрешить имеющимися способами невозможно. В современных условиях неопределенности и нестабильности, существующие в картине мира людей противоречия обострены до предела и оказывают дестабилизирующее влияние на их эмоциональное состояние и их самочувствие [2].

Понятие «кризис» (от греч. krisis – решение, поворотный пункт, исход) – переломный момент, тяжелое переходное состояние, обострение, опасное неустойчивое состояние [5]. **Кризис** – это ситуация эмоционального и умственного стресса, требующая значительного изменения пред-

ставлений о мире и о себе за короткий промежуток времени. Зачастую подобный пересмотр представлений влечет за собой изменения в структуре личности. Эти изменения могут носить как позитивный, так и негативный характер. В китайском языке понятие «кризис» определяется как «полный опасности шанс», как возможность роста человеческой личности, которые индивид обретает, проходя через состояние психического кризиса и испытывая различные сопротивления.

По определению, личность, находящаяся в кризисе, не может оставаться прежней; ей не удастся осмыслить свой актуальный психотравмирующий опыт, оперируя знакомыми, шаблонными категориями или использовать простые привычные модели приспособления [5].

В зарубежной психологии наиболее распространена концепция Э. Эриксона. Кризис, по Э. Эриксону, обозначает конфликт противоположных тенденций, возникающий вследствие достижения определенного уровня психологической зрелости и социальных требований, предъявляемых к индивиду. Кризис не деструктивен.

По мнению С. Гроффа, кризис может быть трудным и пугающим, но он обладает огромным эволюционным и целительным потенциалом, открывая путь к более полной жизни.

Энн Йоманс выделяет в кризисе период разрушения, промежуточный период и период созидания. Кризисный период затрудняет движение и развитие, но при этом открывает новые возможности, пробуждает внутренние резервы [8].

В психическом кризисе можно выделить две стороны: опасность для личностного роста и потенциал личностного роста. Правильно понятый и рассматриваемый в качестве трудной стадии естественного развития кризис может привести к благоприятным изменениям личности. Что именно принесет кризис, зависит от самого человека [8].

Современные исследователи, анализируя понятия «кризисная ситуация», выделяют два типа кризисов [4]:

- кризисы развития – некоторые онтогенетические периоды (кризис новорожденности, кризис одного, трех, семи лет и т. д.). Именно эти кризисы и анализировались Л. С. Выготским [1] как необходимые этапы психического развития;
- кризисы обстоятельств, в которые современный человек все чаще оказывается вовлечен, – техногенные и природные катастрофы, приводящие к угрозе потери здоровья или жизни субъекта, что

существенно нарушает базовое чувство безопасности и может сопровождаться развитием травматических кризисных состояний.

Современные специалисты предлагают различные понятия, характеризующие такие события, которые не могут быть названы нормальными. Основные понятия:

- «экстремальная ситуация». И. Г. Малкина-Пых относит к ним техногенные и природные катастрофы, террористические акты и др. ситуации, отнесенные в отечественном законодательстве к категории чрезвычайных ситуаций;
- «кризисная ситуация». По мнению С. Л. Соловьевой и др., кризис – это внутреннее нарушение эмоционального баланса, наступающее под влиянием угрозы, создаваемой внешними обстоятельствами;
- «критическая ситуация». Е. В. Бурмистрова определяет в качестве сущностного признака критической для личности жизненной ситуации дефицит смысла в дальнейшем существовании независимо от причин возникновения [6].

Кризисное событие. В Толковом словаре В. Даля определяется следующим образом: «Событие, событийность кого с кем, чего с чем, пребывание вместе и в одно время; событийность происшествий, совместимость по времени». «Со-бытие есть живая общность, сплетение и взаимосвязь двух и более жизней, их внутреннее единство; уникальная, внутренне противоречивая, живая общность двух людей».

В терминах «событие» и «кризис» мы выделяем следующие существенные признаки:

- опасное переходное состояние (в термине «кризис»);
- событийность происшествий, совместимость по времени (в термине «событие»).

Итак, состояние совместной по времени опасности – сущность содержания понятия «кризисное событие».

В определяемом нами понятии «кризисное событие» системообразующим является элемент «нежелательное явление». Данная характеристика ставит кризисное явление в зависимости от личностной оценки и личностного восприятия. Нежелательность кризисного события определяется тем, что оно опасно для жизнедеятельности человека. Это может быть угроза его здоровью, материальному благополучию, социальному статусу, внутриличностному равновесию.

Психологический анализ обращает внимание на следующие параметры кризисного события: 1) неблагоприятные условия для жиз-

недеятельности; 2) событие имеет угрожающий характер; 3) резкое возрастание внутриличностной напряженности; 4) истощение адаптационных ресурсов и «прорыв»[5].

Р. А. Ахмеров (1994 г.) ввел в психологию такое понятие, как биографические кризисы личности. Под биографическим кризисом он понимает такую особенность внутреннего мира человека, которая проявляется в различных формах переживания человеком непродуктивности своего жизненного пути, и выделяет три типа биографических кризисов: кризис нереализованности, кризис опустошенности, кризис бесперспективности.

Кризис нереализованности возникает, когда по разным причинам человек слабо представляет связи событий своей жизни.

Кризис опустошенности возникает в ситуациях, когда в субъективной картине жизненного пути слабо представлены связи, ведущие от прошлого в настоящее и будущее.

Кризис бесперспективности возникает в ситуациях, когда по тем или иным причинам в сознании слабо представлены проекты, планы, мечты о будущем.

Жизненный путь человека характеризуется наличием разнообразных событий, некоторые из которых интерпретируются человеком как травматические. Эти события «узловые моменты жизненного пути» (С. Л. Рубинштейн) во многом определяют дальнейший сценарий жизни человека, его психическое и физическое здоровье" [5].

Сложность внешнему наблюдателю (психологу) понять характер влияния внешнего события на жизнедеятельность человека определяется тем, что внешние события воспринимаются, переживаются, интерпретируются и относятся в разряд кризисных на основании субъективных переменных. Мы не можем предсказать, как конкретное событие будет отражено в сознании конкретного человека. Событие можно фиксировать как некий фрагмент действительности, но как только в ней появляется человек, он меняет действительность «по своему образу и подобию».

Основные признаки понятия «кризисное событие:

- внезапность наступления события;
- сверхнормативное для данного человека, для данной ситуации содержание события;
- возникновение внутриличностного, межличностного или межгруппового конфликта;

- динамические, прогрессирующие изменения в ситуации, в условиях жизнедеятельности, в социальных ролях;
- усложнение процессов жизнедеятельности в связи с появлением неизвестных ранее и не имеющих аналогов в опыте человека неопределенных элементов жизнедеятельности;
- переход ситуации в фазу нестабильности,
- выход к пределам адаптационных ресурсов человека.

Подходы к рассмотрению данной категории:

- житейский, на уровне здравого смысла;
- психологический;
- социологический;
- философский;
- технический.

Анализируя результаты многочисленных исследований американских ученых и, прежде всего, данные Калифорнийского лонгитюда, И. Кон делает важный методологический вывод. Ученый отмечает, что жизненный путь, биография индивида не сводится к универсальным закономерностям онтогенеза. Этот путь обусловлен сложной совокупностью социально-исторических условий, от которых зависят стоящие перед личностью на каждом данном этапе ее развития конкретные задачи и те средства, которыми она располагает для их решения [5].

Таким образом, от каждого конкретного человека зависит что именно принесет кризис. В зависимости от чувствительности и прошлого опыта люди по-разному реагируют на кризисы. Большинство людей справляются с кризисом при поддержке своих близких, но в исключительных случаях кризисы приводят к серьёзным психическим расстройствам и заболеваниям, таким как адаптивное расстройство и посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР). Кризисное вмешательство – это респондерская помощь: помощь в мобилизации социального окружения, обеспечение понимания происходящего, выявление и решение проблем, поддержка и поощрение.

## **Литература**

1. Выготский С. Л. Психология. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2000. – 1007 с
2. Красовская, Н. Р. Динамика кризиса идентичности личности в условиях социальной нестабильности [Электронный ресурс] / Н. Р. Красовская // КиберЛенинка. – Режим доступа: [https://cyberleninka.ru/article/n/dinamika-](https://cyberleninka.ru/article/n/dinamika)

- krizisa-identichnosti-lichnosti-v-usloviyah-sotsialnoy-nestabilnosti/viewer.–  
Дата доступа: 11.11.2021.
3. Малкина-Пых И. Г. Экстремальные ситуации: Справочник практического психолога. – М.: ЭКСМО, 2005. – 916 с
  4. Осипова А. А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях. – Ростов н/Д: Феникс, 2005. – 315 с.
  5. Пергаменщик Л. А. Кризисная психология. Учебное пособие. – Минск: Вышэйшая школа, 2004. – 288 с.
  6. Политова, С. П. Кризисная ситуация как источник развития личности [Электронный ресурс] / С. П. Политова // Ученые записки казанского государственного университета: гуманитарные науки УДК 159.9 – 2008. – Режим доступа: <https://core.ac.uk/download/pdf/197369921.pdf>. – Дата доступа: 01.11.2021.
  7. Толкачева, О.Н. социально-психологические факторы посттравматического роста личности [Текст] // Интерактивная наука. 2017, с. 24.
  8. Хухлаева, О. В. Кризисы взрослой жизни [Электронный ресурс] / О. В. Хухлаева // Журнал практической психологии и психоанализа: Институт Практической психологии и Психоанализа, г. Москва. – 2010. – № 2. Режим доступа: <https://psyjournal.ru/articles/krizisy-vzrosloy-zhizni>. – Дата доступа: 25.10.2021.