

9. Фельдштейн Д.И. Психологические особенности развития личности в подростковом возрасте / Д.И. Фельдштейн // Вопросы психологии. – 1988. – № 6. – С. 32.
10. Фридман Л.М. Психологический справочник учителя / Л.М. Фридман, И.Ю. Кулагина. – М.: Просвещение, 1991. – 288 с.
11. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон. – М.: Прогресс, 1996. – 634 с.

В статье освещаются проблемы психического и физического развития подростков и старшекласников. Рассматривается подростковый кризис и кризис идентичности, которые связаны с возникновением нового уровня самосознания, характерной чертой которой является появление у личности потребности познать саму себя. На фоне протекания кризиса идентичности в ранней юности возникают проблемы которые приводят к нарушению психического здоровья. Сохранение психического здоровья старшекласников рассматривается как непрерывный процесс, который предусматривает повышение устойчивости психики к неблагоприятным воздействиям, расширения границ своих психических и интеллектуальных возможностей, овладение способами и методами управления собой, снятия негативного эмоционального напряжения и стресса. Условием сохранения и укрепления психического здоровья старшекласников является формирование к нему ценного отношения. А одним из способов формирования такого отношения есть физическая культура, занятия которой укрепляют здоровье ученика, поддерживают на высоком уровне его психическую, физическую и умственную работоспособность, повышают активность во всех сферах жизнедеятельности.

The article deals with the problems of mental and physical development of adolescents and starsheklasnikov. Considered teenage crisis and the crisis of identity that are associated with the emergence of a new level of consciousness, which is characterized by the appearance of a person needs to know itself. Against the background of the crisis of identity in the course of his early youth problems Cator lead to mental health problems. Preservation of mental health seniors considered as a continuous process, which provides increased resistance to adverse effects of the psyche, expanding the boundaries of their mental and intellectual abilities, learning methods and management techniques themselves, removing negative emotional tension and stress. Condition for the preservation and promotion of mental health is the formation of high school for him tsennosnogo relationship. And one of the ways of forming such a relationship is physical training, exercises that promote student keep up his mental, physical and mental performance, increase the activity in all spheres of life.

Статтю подано до друку 10.04.2013.

© 2013 р.

І. Л. Ляковська (м. Київ)

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ТИПІВ ПЕРЕЖИВАННЯ КРИЗИ СЕРЕДНЬОГО ВІКУ

Переживання особистістю кризи середнього віку є актуальним питанням для сучасної науки, так як стрімкі зміни в суспільстві стимулюють особистість до безперервного розвитку, а лабільність соціальних норм розвиває орієнтири розвитку особистісної ідентичності. Криза в житті - це ситуація, в якій людина стикається з неможливістю реалізації внутрішньої необхідності свого життя (мотивів, прагнень, цінностей) з причини виникнення перешкод (найчастіше зовнішніх), подолати які, спираючись на свій минулий досвід, вона не може. Людина звикає до певної форми свого життя і діяльності: образу і стану тіла, їжі, одягу, більш-

менш комфортних умов існування, соціального статусу, сенсів і духовних цінностей, але саме впродовж кризи у людини відбувається глибинне розуміння справжньої цінності, духовне усвідомлення себе. Тому психологічна криза - це фізичне і психічне страждання, з одного боку, і трансформація, розвиток і особистісне зростання - з іншого. В віці 37-45 років людина переживає найголовнішу кризу дорослості – кризу середнього віку. В цей період вона замислюється над своїми життєвими досягненнями, підбиває деякі підсумки, робить ревізію внутрішньої системи життєвих цінностей, звіряє її з реаліями оточуючого світу, тобто переходить на інший, вищий щабель самоусвідомлення і усвідомлення своєї взаємодії з життям. Середній вік вважається найбільш продуктивним періодом життя людини, тому що в цьому віці особистість найбільше розкриває свій потенціал і реалізує свої можливості на користь суспільству. Тому ми вважаємо, що вивчення і подолання негативних проявів кризи середнього віку допоможе громадянам нашої держави зберегти, ще більше розкрити свій потужний потенціал і надалі бути продуктивними, активними і впливовими членами суспільства [6], [7].

В основу нашого дослідження було покладено припущення про те, що виникнення кризи середнього віку обумовлюється соціальними (актуалізованими та загостреними протиріччями, в основі яких лежать реальні ситуації, що об'єктивно не залежать від особистості та пов'язані зі станом її здоров'я, сім'ї, роботи) і психологічними (загостреними внутрішньо особистісними протиріччями, а саме розходженням між цілями молодості і досягнутими результатами, втратою сенсу буття, зміною цінностей, та певними рисами характеру особистості) чинниками.

На нашу думку, до соціальних (зовнішніх) чинників виникнення кризи середнього віку можна віднести актуалізовані та загострені протиріччя, в основі яких лежать реальні ситуації, що об'єктивно не залежать від особистості, її бажань та вчинків. Серед них:

- 1) протиріччя, пов'язані зі станом здоров'я (зменшення фізичних сил та привабливості, хвороби);
- 2) протиріччя, пов'язані з сімейним станом (зниження сексуальної активності, незадоволеність стосунками з партнером, втрата безпосередньої участі в житті дітей, розлучення або відсутність сім'ї);
- 3) протиріччя, пов'язані з становищем на роботі (зниження професійної продуктивності, невідповідність матеріальної винагороди виконаній роботі, наявність роботи, яка не сприяє самоактуалізації, відсутність будь-якої роботи).

Психологічні чинники виникнення кризи середнього віку характеризуються загостренням внутрішньо особистісних протиріч, пов'язаних зі зміною внутрішнього світу людини, а також проявом певних рис характеру особистості (гармонійних та дисгармонійних).

До внутрішніх протиріч особистості середнього віку, на нашу думку, відносяться:

- 1) усвідомлення розходження між мріями, цілями молодості та досягнутими результатами (коли особистість усвідомлює, що амбіції молодості до цього часу нереалізовані, а, можливо, ніколи не здійсняться);
- 2) зміна цінностей (усвідомлення нових своїх бажань і прагнень, але відсутність знань чи можливості щодо їх реалізації);
- 3) втрата сенсу буття – «не знаю, чого хочу» (коли старі цінності втрачені, а нові – ще не виникли, або не усвідомлюються).

На думку Є.О. Варбана, критичні події можуть мати дві модальності: позитивну і негативну – які визначаються способами емоційного реагування на зміну життєвих, сімейних, особистісних та професійних обставин. Виходячи з цього ми робимо висновки про те, що криза може характеризуватися негативними або позитивними проявами в залежності від особистісних

особливостей, які ми в нашому дослідженні називаємо гармонійні та дисгармонійні риси характеру [1], [2].

Поняття «дисгармонійні риси характеру» розглядається в психологічній літературі поряд з терміном «гармонійні риси характеру». За В.Д. Менделевичем, гармонійні риси характеру – це сукупність індивідуально-психологічних стереотипів поведінки, що сприяє гармонізації повсякденних міжособистісних взаємовідносин і уникненню міжособистісних і внутрішньо особистісних конфліктів. Гармонійною можна назвати людину, у якої відсутні зовнішні (комунікативні) та внутрішньоособистісні конфлікти. Гармонійний характер складається з двох параметрів: адаптивність і само актуалізація [4].

Дисгармонійними рисами характеру, на протиположності гармонійним, вважається сукупність таких індивідуально-психологічних стереотипів поведінки, які заважають особистості вибудовувати глибокі, тривалі, емоційно стійкі міжособистісні стосунки та призводять до частих зовнішніх і внутрішніх конфліктів. В.Д. Менделевич вважає, що кожній гармонійній рисі особистості можливо протиставити дисгармонійну рису [4].

Отже, спираючись на дослідження особливостей гармонійної та дисгармонійної особистості В.Д. Менделевича, нами були зроблено припущення про те, що основні гармонійні та дисгармонійні риси характеру, такі як адаптивність - дезадаптованість, зрілість - інфантилізм, здоровий глузд - нездоровий глузд, гнучкість - ригідність, реалізм в оцінці оточуючих - використання каузальної атрибуції, реальність самооцінки - нереальність самооцінки, самостійність - несамостійність, автономність - залежність, можуть виступати психологічними чинниками виникнення кризи середнього віку.

Слід зазначити, що криза середнього віку може бути обумовлена не обов'язково сукупністю соціальних та психологічних чинників: кожний з них окремо (незалежно один від одного) може впливати на її виникнення. Якщо чинниками виступають зовнішні та внутрішні протиріччя, а особистість характеризується гармонійними рисами характеру, то вона переживає кризу шляхом формування продуктивного ставлення до неї, а значить, ефективного її подолання. Якщо ж при загостренні зовнішніх та внутрішніх протиріч особистість має дисгармонійні риси характеру, то формується непродуктивне ставлення до кризи середнього віку, а значить, її розв'язання супроводжується не позитивними, а негативними проявами.

В зв'язку з тим, що предметом нашого дослідження є негативні прояви кризи, більшої уваги з нашого боку вимагає визначення та вивчення дисгармонійних рис характеру, вплив яких обумовлює виникнення непродуктивного ставлення до кризи середнього віку. На основі аналізу вище зазначених досліджень проблеми вивчення чинників та симптоматики кризи середнього віку нами були виокремлені такі дисгармонійні риси особистості середнього віку, які можуть призвести до високого рівня виявлення негативних проявів кризи даного віку:

- дезадаптованість (відсутність здатності особистості пристосовуватися до умов існування в навколишньому середовищі);
- інфантилізм (збереження в психіці і поведінці дорослої людини якостей, рис й особливостей, притаманних дитячому віку);
- ригідність (психологічні труднощі (до повної неспроможності) у зміні наміченої людиною програми в умовах, що об'єктивно вимагають її перебудови);
- невпевненість в собі (причиною якої є неадекватна самооцінка, що не дозволяє людині об'єктивно співвідносити свої сили із завданнями різної складності й вимогами оточуючих);
- залежність (неспроможність особистості приймати самостійні рішення та брати на себе відповідальність);
- тривожність (підвищена схильність відчувати неспокій в різних життєвих ситуаціях);

- агресивність (готовність до дій, що спричиняють фізичну або психологічну шкоду, знищення іншої людини або групи людей);
- низький рівень стресовитривалості (низький рівень здатності зберігати холодний розум в екстремальних ситуаціях, а також уміння відкинути особисті емоції у критичний момент та діяти, керуючись здоровим глуздом, не панікуючи);
- низький рівень рефлексії (низький рівень здатності особистості до аналізу власних психічних станів, дій, поведінки);
- низький рівень вольової активності (низький рівень здатності особистості в самодетермінації і саморегуляції діяльності та різних психічних процесів);
- несамоактуалізованість (відсутність прагнення людини до якомога повнішого виявлення і розвитку своїх особистісних можливостей).

Отже, метою нашого дослідження було вивчення глибини життєвої кризи осіб середнього віку (37-45 років) та рівня розвитку дисгармонійних рис характеру, що виступають психологічними чинниками її виникнення, а також виокремлення типів її переживання.

Нами був проведений констатувальний експеримент, в якому приймало участь 100 осіб середнього віку (37-45 років), які проживають на територіях України, Росії, Естонії, Білорусі. Для вивчення вище зазначених дисгармонійних рис характеру особистості та дослідження глибини кризи середнього віку нами були використані наступні методики:

- методика самооцінки психічних станів Г. Айзенка, яка досліджує агресивність, тривожність, фрустрацію та ригідність особистості [5];
- методика діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонда, яка вивчає адаптивні здібності і можливості особистості [5];
- методика діагностики рефлексивності А.В. Карпова, В.В. Пономарьової, яка дозволяє визначити здатність особистості до усвідомлення своїх дій і вчинків [5];
- опитувальник уявлення про себе У. Стефансона (скорочений), що досліджує ступінь залежності особистості від групи, колективу, соціуму [5];
- багатофакторний опитувальник Р. Кеттелла (скорочений), який визначає такі особистісні риси, як підпорядкованість-домінантність, стриманість-експресивність, конформізм-нонконформізм, низький самоконтроль-високий самоконтроль [5];
- методика визначення стресостійкості і соціальної адаптації Т.Х. Холмса і Р.Х. Раге, що досліджує рівень стресостійкості і соціальної адаптації особистості [5];
- методика дослідження наполегливості Т.І. Пашукової, яка визначає рівень вольової активності і наполегливості особистості [5];
- методика діагностики ступеню задоволеності основних потреб Д.Я. Райгородського, яка визначає рівень задоволеності особистості матеріальних, соціальних (міжособистісних) потреб та потреб у безпеці, визнанні і самовираженні [5];
- анкета задоволеності своїми життєвими цінностями (за основу взято методику ціннісних орієнтацій Рокіча), яка досліджує ступінь задоволеності своїми життєвими цінностями та за допомогою якої можна робити висновки про вираженість загострення внутрішньо особистісних протиріч [5];
- модифікована методика визначення глибини життєвої кризи Л.В. Восковської і А.В. Ляшук, яка досліджує рівень глибини кризи середнього віку особистості [3].

В результаті проведення методики визначення глибини життєвої кризи Л.В. Восковської і А.В. Ляшук були отримані дані, представлені у табл. 1.

Як видно з табл. 1, більшість досліджуваних середнього віку характеризується кризою глибокого рівня, що пов'язано, на нашу думку, з тим, що у цьому віці більшість людей, зв'язуючи

свою внутрішню систему життєвих цінностей з реаліями оточуючого світу, усвідомлює велику невідповідність, а також неможливість щось кардинально змінити.

Таблиця 1

Рівні глибини життєвої кризи осіб середнього віку (у %)

N= 100

Рівень глибини життєвої кризи	Абсолютна кількість досліджуваних	%
Поверхневий	20	20
Середній	20	20
Глибокий	60	60

Слід зазначити, що в зв'язку з великим обсягом кількісного та якісного аналізу результатів констатувального дослідження змісту внутрішньо особистісних протиріч та рівня розвитку дисгармонійних рис вони представлені нижче в узагальненому вигляді. Отже, на основі аналізу результатів за методиками, що вивчають рівень задоволеності потреб та дисгармонійні риси характеру, і використання методу кластерного аналізу нами були виокремлені 7 кластерів (типів) переживання особистістю кризи середнього віку. На рисунку 1 зображено гістограму з відсотковим співвідношенням різних типів переживання кризи середнього віку у вибірці дослідження.

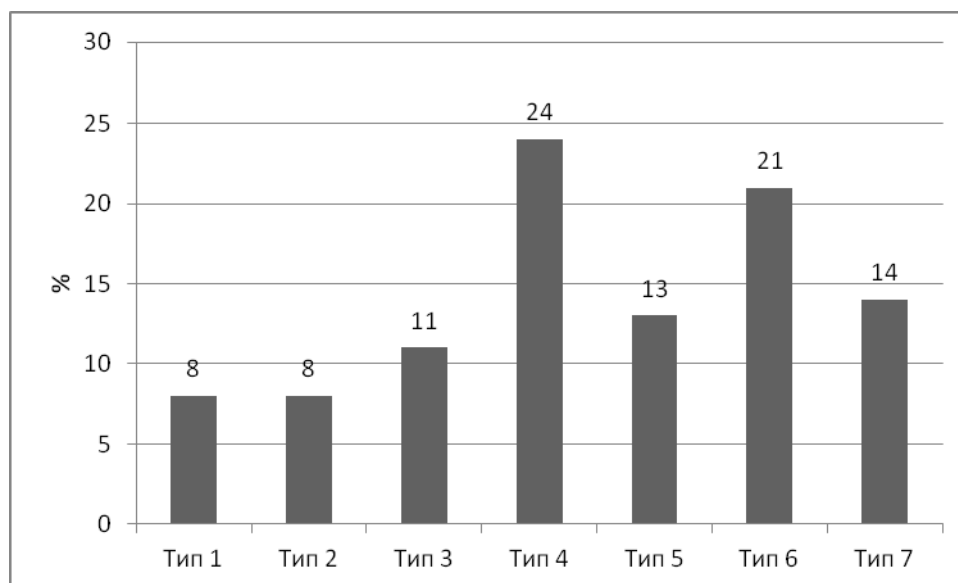


Рис. 1. Розподіл типів переживання кризи середнього віку (у %)

Як видно з Рис. 1, найбільш чисельним є тип 4. Це люди з негативними переживаннями щодо всього життя та майбутнього. Другим за чисельністю є тип 6 – це нормативний кластер з середніми значеннями. Зазначимо, що така ситуація є досить незвичайною для результатів кластерного аналізу. Найбільшою зазвичай є кількість нормативного кластера, бо, за законом нормального розподілення, більшість осіб повинні мати середні та наближені до середніх значення. У нашому випадку найбільшу кількість має не нормативний кластер. Найменш розповсюдженими є тип 1 – особи з суто негативним минулим та не занепокоєні майбутнім, тип 2 – люди, які не мають багато негативних переживань щодо минулого, але дуже занепокоєні сьогоденням. Такий стан відсоткового розподілення типів переживання кризи серед

досліджуваних середнього віку підтверджує наше припущення про те, що на рівень глибини кризи впливають загострені дисгармонійні риси характеру особистості, оскільки, як буде видно нижче, майже у всіх типах знаходяться особи, які мають загострені внутрішньо особистісні протиріччя та дисгармонійні риси характеру.

В табл. 2 представлені взаємозв'язки між певним типом переживання кризи та психологічними чинниками виникнення кризи середнього віку (загостреними внутрішньо особистісними протиріччями, а саме розходженням між цілями молодості і досягнутими результатами, втратою сенсу буття, зміною цінностей, та дисгармонійними рисами характеру особистості).

Таблиця 2

Порівняльна таблиця типів переживання кризи середнього віку

	1	2	3	4	5	6	7
Тривожність	+	+		+	+		-
Фрустрація	+	+		+	+		-
Агресивність	+			+	+	-	-
Адаптація	-	-	+	-	-		-
Самоприйняття	-	-	+		-		+
Прийняття інших	-	-			-	+	+
Емоційний комфорт	-	-	+	-			+
Інтернальність	-	-	+	-	-	-	-
Домінування			+	+	-	+	
Залежність	+	+				-	+
Незалежність	-						
Низький рівень вольової активності	+	-	-	-	-	+	-
Матеріальний стан		-			+		
Безпека				-	+	+	+
Соціальне становище	-	+			-		-
Визнання, як потреба	+	-			+	-	+
Самовираження	+	+		+			-
Мудрість	+	-		-			+
Цікава робота	+		+	-		-	
Любов	+	-	+	-			-
Забезпечене життя	+	+		-		-	-
Друзі	+	+	+		-		+
Визнання, як цінність			-	-	+	-	+
Свобода	+	-			-	+	+
Щасливе сімейне життя	+		+	-	-		
Щастя інших	+	+	+	-	-		
Впевненість	-	-	+	-			

Як видно з порівняльної таблиці, розподіл вибірки за типами відбувся за аналізом змісту внутрішньо особистісних протиріч та дисгармонійних рис характеру особистості досліджуваних середнього віку. Більш детальний опис кожного типу подається нижче. Слід зазначити, що в табл. 2 ми бачимо повторення шкали «Визнання». Ці дві шкали належать до різних методик, які ми використовували для проведення констатувального експерименту, а

саме: методики діагностики ступеню задоволеності основних потреб Д.Я. Райгородського і анкета задоволеності своїми життєвими цінностями (за основу взято методику ціннісних орієнтацій Рокіча).

В табл. 3 представлене відсоткове та абсолютне кількісне розподілення глибини кризи за виокремленими нами типами.

Таблиця 3

Рівні глибини кризи середнього віку за типами її переживання (у %)

N=100

Рівні глибини кризи	Типи переживання кризи середнього віку													
	1		2		3		4		5		6		7	
	А.к.	%	А.к.	%	А.к.	%	А.к.	%	А.к.	%	А.к.	%	А.к.	%
Поверхневий	2	7	0	0	2	10	0	0	0	0	16	83	0	0
Середній	19	94	0	0	0	0	0	0	0	0	1	3	1	3
Глибокий	25	42	4	7	10	15	13	22	4	7	0	0	4	7

Як видно з табл. 3, найчисельнішими за глибоким рівнем переживання кризи середнього віку виявляються 1 та 4 типи – 42 % та 22 %; за середнім рівнем також 1 тип – 93 %; а за поверхневим рівнем 6 тип переживання кризи середнього віку – 82 % досліджуваних, що пов'язано, на нашу думку, з психологічними чинниками, а саме загостреними внутрішньо особистісними протиріччями та дисгармонійними рисами характеру особистості.

Отже, на основі аналізу результатів табл. 2 і 3, нами була зроблена характеристика кожного типу переживання кризи середнього віку, яка представлена нижче.

Тип 1 - „агресивний”. Таким типом характеризуються люди, які переживають кризу на глибокому та середньому рівнях, що означає їх непродуктивне ставлення до переживання кризи середнього віку. Це люди, які проявляють високий рівень негативних переживань, що стосуються переважно минулого, середній рівень переживань щодо сьогодення та низький – щодо майбутнього. Можна припустити, що це особи, які пережили значний стрес чи злидні у минулому, мають досвід його подолання, але, на нашу думку, не завжди продуктивний, що впливає на їх ставлення до теперішніх подій, виникнення страху перед життєвими труднощами, але все ж таки сподівання на щастя у майбутньому. Вони наполегливі, в них актуалізовані потреби у визнанні та самовираженні, потреба гарного соціального становища не є для них дуже актуальною, але незважаючи на це, такі люди є тривожними, фрустрованими, що є причиною високого рівня агресивності. Незважаючи на віру у краще майбутнє, вони вважають, що зможуть його досягнути тільки шляхом постійної боротьби зі складними обставинами, людьми та перепонами на їх життєвому шляху, ультимативним спілкуванням з іншими, занадто великою вимогливістю до них. Саме тому вони постійно знаходяться в напруженні, що підтверджує їх залежність від ситуації та низький рівень загальної соціально-психологічної адаптації, неприйняття себе та інших, відсутність емоційного комфорту та інтернальності. Цим людям притаманна задоволеність цінностями мудрості, цікавої роботи, любові, забезпеченого життя, дружби, свободи, щасливого сімейного життя, щастя інших, але їм не вистачає задоволеності цінністю впевненості (вони невпевнені, що зможуть подолати всі труднощі, саме тому стають агресивними). Узагальнено, про таких людей можна сказати, що вони «програли битву» у минулому, але «продовжують війну» у сьогоденні. Вони досягли бажаного соціального становища і це дає їм можливість бачити майбутнє без негативу, навчилися цінувати

найважливіше у житті, але залишилися агресивними, напруженими та все ще потребують визнання та прагнуть самовираження.

Тип 2 - „тривожний”. Таким типом характеризуються люди, які переживають кризу на глибокому рівні, що означає їх непродуктивне ставлення до переживання кризи середнього віку. Представники цього типу занепокоєні сьогоденням та майбутнім (на середньому рівні), хоча їх минуле не характеризується значним негативом. Їх поведінка обумовлюється потребами досягнення бажаного соціального становища та самовираження, при тому що потреби у покращенні матеріального стану та визнанні для них вже не актуальні. Вони фрустровані, але не мають яскравих проявів агресії, проявляючи високий рівень тривожності при зіткненні з реальними та уявними труднощами. Такий стан речей, високий рівень тривожності, невпевненості в собі, відсутність наполегливості на цьому тлі та залежності від обставин та інших, негативно впливає на соціально-психологічну адаптацію цих людей: загальний її рівень нижче за всіх, вони не схильні приймати інших, не відчувають емоційного комфорту, недостатньо інтернальні. У своєму житті вони задоволені цінностями забезпеченості, друзів, щастя інших, але не задоволені мудрістю, любов'ю, свободою та впевненістю. Узагальнено можна сказати, що це люди, які «б'ються об стіну» сьогодення, але не можуть її здолати, тому непокояться, дезорієнтуються, схильні звинувачувати у невдачах інших.

Тип 3 - „наполегливий”. Даний тип представлений особами, які переживають кризу на середньому рівні: з середнім рівнем негативних переживань щодо минулого, низьким – щодо сьогодення та майбутнього. В них нема занадто актуалізованих потреб чи повністю задоволених потреб, вони не мають негараздів у психічних станах, гарно адаптовані, наполегливі, у процесі життя досягли задоволеності цінностей цікавої роботи, любові, друзів, визнання, сімейного життя, щастя інших та впевненості. Але труднощі та стресові ситуації, які були у минулому, продовжують впливати на сьогодення та майбутнє через намагання постійно досягати своєї мети будь-якою ціною. Такі люди досить часто характеризуються трудоголізмом, енергійністю, активністю, перфекціонізмом, а значить, невмінням вчасно зупинитися, дати собі та іншим відпочити, насолодитися життям, зрозуміти, у чому його сенс. Такі особливості поведінки призводять до перевтоми, психологічного та фізичного виснаження, відчуття несвободи та депресивності, тобто негативних проявів кризи.

Тип 4 - „фрустрований” – характеризує людей, які переживають кризу на глибокому рівні, що означає їх непродуктивне ставлення до переживання кризи середнього віку: високим рівнем розвитку негативу щодо минулого й майбутнього та найбільш негативними переживаннями сьогодення. Такий стан речей, пов'язаний, на нашу думку, з яскраво вираженими внутрішньо особистісними протиріччями, нереалізованістю цінностей у мудрості, цікавій роботі, любові, забезпеченому житті, визнанні, щасливому сімейному житті, щасті інших, впевненості тощо, що говорить про високий рівень фрустрованості та сприяє виникненню тривожності та агресивності. Такі люди намагаються вирішити свої проблеми шляхом самовираження, екстернальності, тобто зняття з себе відповідальності, переорієнтування власної уваги на зовнішні атрибути життя, але низький рівень вольової активності, очікування від інших допомоги та розуміння, агресивне ставлення до інших призводять до переживання негативних проявів кризи середнього віку.

Тип 5 – „конформний”. Люди такого типу переживають кризу на глибокому рівні, що пов'язано, на нашу думку, з наявністю внутрішньо особистісних протиріч, незадоволеністю більшістю власних потреб у дружбі, свободі, сімейному житті, щасті інших, окрім потреби у підвищенні матеріального стану, безпеці та визнанні, високим рівнем внутрішньої агресивності, тривожності, фрустрованості, а також низьким рівнем адаптації і самоприйняття. Такі люди за рахунок своєї невпевненості у собі, екстернальності, відсутності наполегливості неспроможні

самостійно вирішувати власні проблеми, тому керуються у своєму житті чужими думками, підкоряються загальній думці, не проявляючи власні інтереси, тобто характеризуються конформною поведінкою, яка призводить до незадоволення власним життям та відчуття несвободи, аутоагресії, депресивності та тривожності у ситуаціях складного життєвого вибору.

Тип 6 – «нормативний» характеризує людей, які переживають кризу середнього віку на поверхневому рівні, що означає їх продуктивне ставлення до її переживання. У цих людей актуалізована потреба у безпеці, а потреба у визнанні проявляється не сильно, вони задоволені своєю свободою, але не задоволені цікавою роботою та забезпеченим життям. Такі люди характеризуються низьким рівнем розвитку більшості дисгармонійних рис: мають знижену агресивність та тривожність, середній рівень фрустрованості, адаптованості та інтернальності, схильність до прийняття інших тощо. Як можна бачити, характеристики цього типу не є якимись незвичайними. Це середні, типові люди, які турбуються про власну безпеку, можуть виявляти прагнення до влади, але насправді доброзичливі, бажають працювати на більш цікавій роботі та більше заробляти, незадоволення власних потреб сприймають адекватно, як особливості та труднощі життєвого шляху будь-якої людини, які необхідно терпляче та поступово долати. Духовна криза у таких людей не є вищою за норму, але й не має занижених показників, що вказує на позитивний вплив відсутності більшості внутрішньо особистісних протиріч та дисгармонійних рис особистості на її протікання.

Тип 7 - "контролюючий" – характеризує людей, які переживають кризу на глибокому рівні, що означає їх непродуктивне ставлення до неї: високий негатив у минулому, сьогоденні та майбутньому. Ці люди стурбовані своєю безпекою та визнанням, але соціальне становище та самовираження для них не є актуальними потребами, вони задоволені мудрістю, дружбою, свободою, але не задоволені любов'ю та забезпеченим життям. Вони мають низький рівень тривожності, фрустрованості та агресивності, достатній рівень наполегливості та адаптованості. Вірогідно, це люди, які переживали кризу, продовжують її переживати та вважають, що духовна криза буде в них й в майбутньому, тому вони є загартованими своїм життям. Вони мають багато внутрішньо особистісних протиріч, але контролюють себе, бо без цього духовна криза здолає їх. Такі люди досягли в цьому самоконтролі значних успіхів, тому не відчувають значної фрустрованості, агресивності чи тривожності, але таким чином вони жертвують можливістю ризикнути в певній ситуації, щоб подолати свої труднощі, обирають негативну стабільність, ригідність, а не гнучкість, віру в себе та в найкраще майбутнє, творчий підхід до вирішення проблем. Такі люди ніколи не зможуть вийти за межі своїх можливостей, бо вони застрягли у безкінечному контролюванні тяжкого сьогодення та власній ригідності.

Таким чином, на основі отриманих нами даних можна зробити висновок, що тільки представники 6 типу мають нормативні показники щодо наявності внутрішньо особистісних протиріч та дисгармонійних рис характеру і переживають кризу середнього віку на поверхневому рівні, що означає їх продуктивне ставлення до неї. Решта досліджуваних мають високий рівень прояву внутрішньо особистісних протиріч та тих чи інших дисгармонійних рис характеру, що вимагає розробки та апробації психокорекційних заходів їх усунення. Отже, теоретичний аналіз психологічної літератури та результати констатувального експерименту доводять припущення нашого дослідження про те, що виникнення кризи середнього віку обумовлюється соціальними (актуалізованими та загостреними протиріччями, в основі яких лежать реальні ситуації, що об'єктивно не залежать від особистості та пов'язані зі станом її здоров'я, сім'ї, роботи) і психологічними (загостреними внутрішньо особистісними протиріччями, а саме розходженням між цілями молодості і досягнутими результатами, втратою сенсу буття, зміною цінностей, та певними рисами характеру особистості) чинниками. А значить, корекція негативних проявів кризи середнього віку та формування продуктивного ставлення до неї

можлива шляхом усунення або зменшення рівня розвитку найбільш значущих дисгармонійних рис особистості методами активного соціально-психологічного навчання, що вимагає подальшого експериментального дослідження.

Література

1. Варбан Е. А. Жизненный кризис: попытка определения / Е.А. Варбан // Журнал практикующего психолога. –1997.– Вып. 3. – С. 153-161.
2. Варбан Е. О. Психодиагностика стратегий преодоления критичных жизненных ситуаций: деякі підходи та методи / Е. О. Варбан // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 12, Психологічні науки. – К., 2007. – № 17 (41), ч. 2. – С. 177-182.
3. Восковская (Шутова) Л. В. Поиск жизненных ресурсов через осознание смерти: опыт психологического консультирования на тему смерти в рамках гештальт-подхода / Л. В. Восковская (Шутова) // Известия ТРТУ. Тематический выпуск «Психология и педагогика» - Таганрог: Изд-во ТРТУ - 2006. - N 14 (69). - С. 296 - 301.
4. Менделевич В. Д. Клиническая и медицинская психология / В. Д. Менделевич. - М. : Медпресс, 1999. – 592 с.
5. Райгородский Д. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие / Д. Я. Райгородский – Самара : Издательский дом Бахрах-М, 2001. – 672 с.
6. Титаренко Т. М. Життєві кризи: технології консультування. Перша частина / Т. М. Титаренко. – К. : Главник, 2007. –144 с. (Серія «Психол. інструментарій»).
7. Титаренко Т. М. Життєві кризи: технології консультування. Друга частина / Т. М. Титаренко. – К. : Главник, 2007. –176 с. (Серія «Психол. інструментарій»).

В статтє аналізується сутність понять "жизненный кризис" и «кризис среднего возраста», приводятся факторы кризиса среднего возраста, такие как социальные и психологические, подаются методики, при помощи которых можно исследовать дисгармоничные черты характера, которые влияют на уровень глубины кризиса среднего возраста, исследуется глубина кризиса среднего возраста, а также выводится кластерный анализ и типологизация переживания кризиса среднего возраста на примере выборки 100 человек 37-45 лет.

The article analyzes the essence of such concepts as "life crisis" and «crisis of middle age», are the factors of the crisis of middle age, such as social and psychological, is to be submitted methods, which help you explore disharmonious character traits that influence the level of depth crisis of middle age, examines the depth of the crisis of middle age, as well as a cluster analysis and typology of experience midlife crisis to a sample of 100 people 37-45 years.

Статтю подано до друку 29.05.2013.

© 2013 р.

Н.О. Пасічник (м. Київ)

ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ ЕФЕКТИВНОГО РОЗВИТКУ ОБРАЗНОГО ТА ПОНЯТІЙНОГО МИСЛЕННЯ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

Постановка проблеми. У світі сучасної індивідуалізації та гуманізації навчання проблема взаємозв'язку образного та понятійного мислення є достатньо актуальною. В молодшому шкільному віці відбувається формування понятійного мислення, школярі навчаються робити індуктивні та дедуктивні умовиводи, аналізувати, порівнювати, класифікувати та систематизувати різні об'єкти. Педагогам і психологам, під час формування