

У школі проводиться активна робота зі зміцнення здоров'я учнів, формування саногенного мислення, оволодіння практичними знаннями і навичками психологічної активності і саморегуляції та підвищення рівня стресостійкості. Активно застосовуються такі заходи сучасної ортобіотики для зняття психоемоційної напруги як: релаксація, рекреація, катарсис.

Відповідно до отриманих результатів, можна вважати, що дані заходи є дієвими.

Література:

1. Бех І.Д. Виховання підростаючого покоління на засадах нової методології. / І.Д.Бех. // Педагогіка і психологія, 1999. – С. 5-6.
2. Водопьянова Н.Е. Психодиагностики стресса. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.
3. Мешко Галина Емоційне благополуччя учнів у сучасній школі// Наукові записки. Серія: Педагогіка. – 2007. – №4. – С. 52-59.
4. Пухтар М.П. Розвиток математичних та дослідницьких здібностей учнів у рамках Малої академії наук України / М.П.Пухтар // Математика в школі. – 2009. – №10. – С. 24-28.

Яблонська Тетяна Миколаївна

КРИЗИ ІДЕНТИЧНОСТІ ОСОБИСТОСТІ В РЕЗУЛЬТАТІ ТРАВМАТИЧНИХ ЖИТТЄВИХ ПОДІЙ

Актуальність дослідження особистісних криз зумовлена необхідністю більш глибокого розуміння чинників розвитку ідентичності в умовах суспільних змін, психологічних механізмів та особливостей її трансформації. Ідентичність найчастіше визначається як внутрішня безперервність і тотожність особистості, що виявляється у «відчутті часової наступності», «почутті цілісності», «переживанні відповідності самому собі» (Е.Еріксон). Являючи собою внутрішню організацію потреб, здібностей, переконань та індивідуальної історії, вона перебуває в постійній динаміці, при цьому виявляється і розвивається через патерни розв'язання проблем.

Результати досліджень свідчать про те, що ідентичність особистості є базовим психологічним особистісним утворенням, інтегрованою динамічною системою уявлень особистості про саму себе та пов'язаних із ними переживань, що складається в результаті синтезу визначень значущими іншими та самовизначень особистості й апробується в актах вибору [4]. Ідентичність функціо-

нально надає особистості цілісність, безперервність і визначеність, а її трансформації виступають як закономірні якісні зміни уявлень про своє місце в соціальному світі протягом життя під впливом різних факторів [2].

Трансформації ідентичності можуть мати як еволюційний характер завдяки розширенню процесів самопізнання, розвитку рефлексії, так і кризовий – внаслідок різкої зміни життєвих обставин, що, як правило, пов'язані з кризовою ситуацією, травматичною подією в житті людини. Здебільшого трансформації ідентичності розглядаються у дослідженнях як кризи ідентичності (Г. Андрєєва, Н.Іванова, Т. Румянцева, О.Солдатова, Т.Титаренко та ін.), які спричиняються закономірностями розвитку особистості або життєвими подіями (нормативними або ненормативними кризами). Так, Г. Андрєєва визначає кризу ідентичності як руйнування відносно стабільної звичної картини образу світу або як особливу ситуацію свідомості, коли більшість соціальних категорій, за допомогою яких людина визначає себе й своє місце в суспільстві, втрачають свою цінність [1]. Н.Іванова, Т.Румянцева вважають *кризою ідентичності* відображення у свідомості особистості невідповідності між ідентифікаційною системою, яка склалася раніше, й новими вимогами зовнішньої або внутрішньої реальності. Криза актуалізує необхідність свідомого вибору нової ідентичності; при цьому процес трансформації ідентичності супроводжується переоцінкою й побудовою нових цінностей і смислів [2].

Проявом кризи ідентичності є дезінтеграція особистості, що може виявлятися як у часовому континуумі, так і в неузгодженості, суперечливості різних змістів або компонентів ідентичності. Життєва криза торкається багатьох структур особистості, при цьому одні вчені підкреслюють виключно негативний характер змін, інші – позитивні наслідки. Так, підкреслюються негативні зміни в емоційно-вольовій сфері особистості (психологічний дискомфорт, тривожність, зниження здатності до вольових дій О.Донченко, Т.Титаренко), пізнавальній (зниження пізнавальних здібностей, зміна самосприйняття і сприйняття власного життя (Б.Ананьєв, І. Кон та ін.); зміни у ціннісно-мотиваційній, смисловій та сфері самосвідомості особистості (Д.Леонт'єв). О.Солдатова стверджує, що критична ситуація, починаючись в одній із сфер життя, може розповсюджувати свій вплив на інші сфери, включаючи все більше інтра- та інтерособистісних структур особистості і відображаючись у підсумку на її ідентичності. Тож криза поступово охоплює всю особистість і призводить до суттєвих змін; її динаміка завжди пов'язана з емоційними переживаннями, змінами в когнітивній сфері, цінностях, процесі цілеутворення та самосвідомості [3].

Водночас криза не означає суто негативний момент розвитку; вона включає момент зміни, критичний період підвищеної вразливості і зрослих потенцій особистісного розвитку як переломний момент у надбанні «новоутворень». Суб'єктивно криза може переживатися людиною як стан пошуку нових можливостей і

розв'язання проблем (конструктивна криза) або як стан невіри в себе та у своє майбутнє, депресії (деструктивна). Попри різне розуміння кризи дослідниками, спільним є те, що вона розглядається як поворотний пункт, критичний момент у розвитку, після якого розвиток поверне в той чи інший бік, використовуючи можливості зростання, здатність до одужання і подальшої диференціації. Зокрема, цікавою є концепція посттравматичного зростання, яке визначається як “досвід позитивних змін унаслідок боротьби зі значною життєвою кризою” [5]. Ця концепція базується на ідеї якісної трансформації функціонування людини, її руху за межі передтравматичного рівня адаптації, що дає людині можливість стати більш стійкою до можливої травматизації в майбутньому.

Висновки. Отже, трансформація ідентичності відображає перетворення, динаміку, новий якісний стан ідентифікаційної структури особистості. Вплив на особистість різних соціальних чинників, зокрема психотравмуючої ситуації, вимагає швидкої зміни та конструювання ідентифікаційних структур, пошуку нової ідентичності. Попри складність цього процесу і негативні прояви кризи, це може стимулювати особистісний розвиток, створює можливості для виходу особистості за межі дотравматичного рівня функціонування.

Література:

1. Андреева Г. М. *Социальная психология сегодня: поиски и размышления* / Г.М.Андреева. – М.: НОУ ВПО МПСИ, 2009. – 160 с.
2. Иванова Н. Л. *Социальная идентичность: теория и практика* / Н. Л. Иванова, Т.В.Румянцева. – М. : СГУ, 2009. – 453 с.
3. Солдатова Е.Л. *Структура и динамика нормативного кризиса перехода к взрослости: монография.* – Челябинск: ЮУрГУ, 2007. – 267с.
4. Яблонська Т.М. *Розвиток ідентичності дитини в системі сімейних взаємин : монографія* / Т.М.Яблонська. – Суми: Вид-во СумДПУ ім. А.С.Макаренка, 2013. – 444 с.
5. Tedeschi, R. G., Calhoun, L. G. *Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence* / R. G. Tedeschi, L. G. Calhoun // *Psychological Inquiry.* – 2004. – №15 – P. 1–18.

Тези надіслані 17 лютого 2019 р.