

## ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.922.8

DOI 10.24195/2414-4665-2024-2-8

**Олена Косьянова,**

кандидат психологічних наук,

доцент кафедри теорії та методики практичної психології,

Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»,

вул. Старопортофранківська, 26, м. Одеса, Україна,

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-9532-9981>**ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ КРИЗ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ  
В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ**

У статті розглядаються особливості переживання кризи юнацького віку в екстремальних умовах повномасштабного вторгнення в період 2022–2024 рр. Показано суб'єктивний досвід переживання кризи юнацького віку; виявлено особливості глибинних, екзистенційних переживань у свідомості юнака; виявлено значущі компоненти психічної організації; описано чинники, що впливають на прояви кризи юнацького віку. Аналіз теоретичних концептів юнацького періоду життєвого шляху людини (Артюхіна, 2014; Донець, 2015; Кирпенко, 2014; Коломієць, 2017; Лепешко, 2016; Степова, 2018; Шейко, 2013) виявив, що саме цей вік, перехідний від дитинства до дорослого, є значущим у створенні головних життєвих орієнтирів. Повна реалізація своїх можливостей неможлива без активної участі, тобто без вираження своєї суб'єктивності. Беручи юнацьку кризу як приклад суб'єктивного підходу, дослідження призвело до визначення переживання кризових станів у досліджуваній групі, що пов'язані зі сферою економіки (0,523\*\*), проживання (0,460\*\*), навчання (0,530\*\*), сім'ї (0,509\*\*), війни (0,443\*\*) як провідних сфер. Післятестові бесіди підтвердили, що найбільше занепокоєння у юнаків викликають ситуації, що пов'язані з військовими подіями (хвилювання за безпеку свою та близьких, страх втрати близьких та знайомих на війні, окупація території проживання та ін.), економікою (хвилювання відносно достатку в родині, зміна економічного стану, ціноутворення та ін.), навчанням (чи зможуть продовжувати, чи буде світло і вистачить часу для виконання робіт своєчасно тощо). Методологічний та емпіричний аналіз дослідження кризи юнацького віку показав, що вона переважно виникає у віковій групі 20–21. Складність дослідження цього періоду пояснюється тим, що на психічні явища впливають екстремальні ситуації. Проведений кореляційний аналіз доводить взаємозв'язок між показником глобальної безпеки (екстремальність) і кризовим профілем особистості (0,615\*\*), а також: песимістичною реакцією (0,718\*\*), реакцією негативного балансу (0,673\*\*), реакцією демобілізації (0,790\*\*), реакцією опозиції (0,611\*\*), реакцією дезорганізації (0,562\*\*). Особливості зв'язку між глобальною безпекою життєдіяльності показали пряму кореляційну залежність від сфери здоров'я (0,487\*\*), війни (0,465\*\*) та особистого життя (0,615\*\*).

**Ключові слова:** кризи юнацького віку, переживання кризових станів у різних сферах життєдіяльності, глобальна безпека (екстремальність), кризовий профіль особистості.

**Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми.** Епоха пандемії, повномасштабне вторгнення в Україну, а також зростаюча стурбованість соціальними мережами, масове насильство, стихійні лиха, зміна клімату та політична поляризація, не кажучи вже про звичайні злети та падіння підліткового віку та юнацтва, можуть здатися непереможними. Для психологів започатковується новий набір викликів у сфері переживання криз юнацького віку, урахуовуючи екстремальні умови життєдіяльності.

Як показують дослідження останнього десятиліття, почуття постійного смутку та безнадії, а також суїцидальні думки та поведінка зросли у світі приблизно на 40% серед молодих людей (Анпілова, 2015; Кирпенко, 2014; Чижик, 2012; Макаренко, 2010; King, 2019; Milner, 2019; Aitken, 2019; Ricardo Blaug, 2019; Amy Kenyon, 2007; Rohit Lekh, 2007). Також цей віковий період супро-

воджується кризою першої чверті життя – це криза, яка включає тривогу щодо напрямку та якості свого життя та найчастіше переживається починаючи з двадцяти років. На додаток до соціальної ізоляції та проблем з навчанням, з якими стикалися майже всі діти та підлітки, багато з них також втратили рідних через пандемію, а згодом і через військові дії, батьки втратили роботу або стали жертвами фізичного чи емоційного насильства.

Поняття кризи психічного здоров'я дуже широке. Психологічні дослідження у цій сфері, на нашу думку, дадуть змогу висвітлити конкретні сфери, які є критично важливими в екстремальних умовах.

**Мета та завдання.** Виявити особливості переживання криз юнацького віку в екстремальних умовах.

Завдання:

- теоретично вивчити переживання криз юнацького віку в екстремальних умовах життєдіяльності;

- проаналізувати методологію дослідження криз юнацького віку в екстремальних умовах та вибрати надійний психодіагностичний інструментарій;
- виділити сфери життєдіяльності особистості, які можуть сприяти проявам криз в юнацькому віці, та побудувати авторську анкету;
- емпірично дослідити кризу юнацького віку в екстремальних умовах;
- отримати та описати результати емпіричного дослідження;
- надати основні рекомендації щодо психологічної підтримки переживань криз юнацького віку в екстремальних умовах.

Об'єкт дослідження: кризи юнацького віку в екстремальних умовах.

Предмет дослідження: особливості переживання криз юнацького віку в екстремальних умовах.

#### Методи дослідження:

- теоретичні (аналіз, узагальнення, порівняння, класифікації та ін.), що запроваджувалися з метою вивчення психологічної літератури;
- емпіричні – як психодіагностичні методики (опитувальник «Переживання кризи особистістю» (С.В. Духновський), опитувальник «Безпека життєдіяльності» (в адаптації О.Ю. Косьянкової), авторська анкета «Аналіз домінуючих сфер переживання кризи в екстремальних умовах життєдіяльності»;
- методи математичної статистики – для аналізу отриманих даних та обробки статистичних даних (здійснювалася за допомогою табличного процесора MS Excel v.16.0 і IBM SPSS Statistics 20).

У дослідженні взяла участь 41 особа віком від 18 до 24 років. Експеримент проводився протягом двох місяців (із 06.04.2023 по 17.05.2024). Відсоткове співвідношення хлопців (2 особи) та дівчат (39 осіб) – 5% та 95% відповідно.

#### Результати дослідження та їх обговорення.

Останнім часом усе більшого значення набуває галузь теорії екстремальності, дослідження суб'єктивного досвіду особистості в умовах небезпеки життєдіяльності. Особливу роль у цих дослідженнях відіграють очікування особистості, які можуть сприяти кризовим ситуаціям (Rund, 2007; Lonning, 2019).

Екстремальні ситуації нерідко є причиною численних шкідливих психічних структур особистості. Також додатковим навантаженням можуть виступити соціальні очікування випускників загальноосвітніх, неповних загальноосвітніх шкіл, технікумів, спеціальних навчальних закладів, що часто не збігаються з реаліями життя після закінчення школи і нерідко накладають на них постійний відбиток. Це, звісно, породжує низку питань, додаткових конфліктів, розбіжностей між запланованим і фактичним ходом подій і результатом у цілому (Степова, 2018; Bartels, 2019; Hendriks, 2019; Mauri, 2019 та ін.).

Окрім того, екстремальність життєдіяльності вимагає від юнаків нових рівнів комунікативних здібностей, їхньої толерантності, здатності до саморегуляції

та інших якостей. Часто невідповідність до вимог сьогодення, які продиктовані реаліями життя, хибне уявлення про необхідність перебудови вже заклали основи неадекватних соціальних очікувань особистості, це зменшує ймовірність її життєвого успіху. Дослідження соціальних очікувань особистості в кризових ситуаціях і в критичні моменти життя є продовженням наукових пошуків автора, це спроба підкреслити важливість соціальних очікувань як одного з маловивчених психологічних феноменів, вплив якого відчувається в як конструктивних, так і деструктивних професійних ситуаціях і житті у цілому.

Є кілька робіт, які досліджують причини криз юнацького віку та розвитку особистості, а також наслідки цього, як професійного, так і особистого характеру, останній з яких має особливе значення. Однак ми вважаємо, що психологічний зміст, механізми та функції соціальних очікувань заслуговують на вивчення в контексті професійного розвитку та особистості. Юнак завжди пов'язаний із соціальними правилами, до них відноситься вибір кар'єри або інші аспекти її професійного розвитку як фахівця. Юнак вірить, що щастя його сім'ї, його майбутнє, його «слід на землі» пов'язані з роботою і професійним успіхом. Соціальні очікування – це висновки з майбутнього, орієнтири, які не дають йому загубитися в метушні людського суспільства і допомагають знайти себе. Вищенаведені міркування підкреслюють теоретичну та практичну важливість запропонованої теми дослідження.

Чинники, що негативно впливають на становлення особистості юнака: несприятлива соціально-економічна ситуація, відсутність культурного розмаїття на виробництві, недостатній розвиток здібностей, професійно значущих якостей, психофізіологічних властивостей. Урахування індивідуально-психологічних особливостей юнака зводиться до професійного вибору та створення персоніфікованого стилю діяльності.

Періоди регресу, дезадаптації чи стагнації, а також криз та деформації чи в окремих випадках і професійної деградації юнака супроводжують професійний розвиток особистості. Досліджуючи причини неуспішності професійного становлення, А. Маркова називає вік юнака та пов'язані з ним особливості: емоційне вигорання, одноманітність, психічна напруга, спричинена важкими умовами, а також кризи професійної діяльності, розвитку. Досліджуючи психологічні механізми впровадження інновацій, А. Філіппов виділяє декілька типів психологічних бар'єрів: організаційні, соціальні, когнітивні та психомоторні. Психологічні перешкоди, звичайно, спричиняють виникнення конфліктних ситуацій, викликають психічне напруження, зневагу до змісту роботи, досягнутих результатів, організації бізнес-процесів, стилю управління організацією (Шейко, 2013).

Ми доходимо висновку, що становлення особистості в юнацькому віці – це не тільки прогрес, а й регрес, створення негативних тенденцій, розвиток

професійно небажаних новоутворень. Однак ті ж психологічні обмеження можуть виступати необхідною частиною процесу, який сприяє, заохочує і спонукає розвиток активності, як результат, особистості. Соціальні очікування переглядаються за рахунок послідовного схвалення.

Спочатку на рівні когнітивного компонента, потім емоційно-ціннісного та поведінкового компонентів, які демонструють детермінований характер змін, тобто їх причину. Це запускає складний психологічний механізм, який передбачає як аналіз, так і синтез соціально-психологічної реальності. Це очікування суспільства щодо юнака. Неправильно вибрана професія негативно впливає як на самооцінку особистості, так і на частоту її домагань, а також на зниження стану, депресію, кризу психології, прискорення деформації професії.

Особистісні очікування та вплив екстремальності можуть сприяти переходу в кризові ситуації або критичні життєві ситуації. Юнак несе відповідальність за створення власної реальності, своєї суб'єктивності. Ці соціальні очікування, які є активною позицією юнака, що досягається через її регулятивну функцію, можуть допомогти їй пройти через цю кризу та трансформаційні умови життя, що веде до самореалізації, творчого багатства та досягнення досконалості. Робота соціальних очікувань полягає у регулюванні внутрішнього світу юнака, і це системи регуляції, які впливають із цього (Шейко, 2013).

Регулятивні системи змінюють сприйняття себе та те, як вони думають про інших, а також зміст і динамічні атрибути рівнів очікувань юнака щодо суспільства. Значне підвищення сформованості соціальних очікувань позитивно впливає на досягнення людиною професійної спроможності та особистісного задоволення, сприяє становленню особистості як учасника власної діяльності, допомагає долати будь-які перешкоди та критичні ситуації.

Узагальнюючи отримані дані первинного статистичного аналізу даних дослідження глобальної без-

пеки, емоційного дисбалансу, песимістичної реакції, реакції негативного балансу, реакції демобілізації, реакції опозиції, реакції дезорганізації, психологічної стійкості, образу себе (Негативний – Позитивний), кризового профілю (ICP), а також криз сфер життєдіяльності (Телейко, 2007).

Задля більшої зручності аналізу отриманих результатів подамо їх у графічному вигляді. Так, показник глобальної безпеки життєдіяльності, що дала змогу виявити методика «Безпеки життєдіяльності», показав відношення випробовуваної групи юнаків до глобальної безпеки. Такі отримані дані в досліджуваній групі подані високим (40%) рівнем хвилювання юнаків за проблеми світового масштабу, запобігання глобальним катастрофам, катаклізмам, епідеміям. Середній (58%) рівень цього показника відображає також побоювання за деструктивні дії керівників окремих держав, терористів, фанатиків. Цей показник і є актуальним під час використання нами задля досягнення мети роботи і виявлення його зв'язку з переживаннями криз в юнацькому віці (рис. 1). Подана діаграма дає змогу зробити висновок, що для досліджуваних властиві високий (35%) та середній (42%) рівні виразності показника глобальної безпеки життєдіяльності, що характеризується хвилюванням за проблеми світового масштабу, думками про запобігання глобальним катастрофам, катаклізмам, епідеміям. Також досліджувані в групі з високим проявом цього показника проявляють побоювання за деструктивні дії керівників окремих держав, фанатиків-терористів.

Наступним етапом первинного аналізу подамо отримані дані анкети «Аналіз домінуючих сфер переживання кризи в екстремальних умовах життєдіяльності» у графічному зображенні для більшої наочності.

Як бачимо з наведеної діаграми, основні сфери, у яких проявляються певні небезпечні та кризові ситуації, – це сфера здоров'я, сфера економіки, сфера проживання, сфера навчання, сфера особистого життя. Найвища небезпека та криза проявляються у сфері війни і сфері сім'ї (рис. 2).

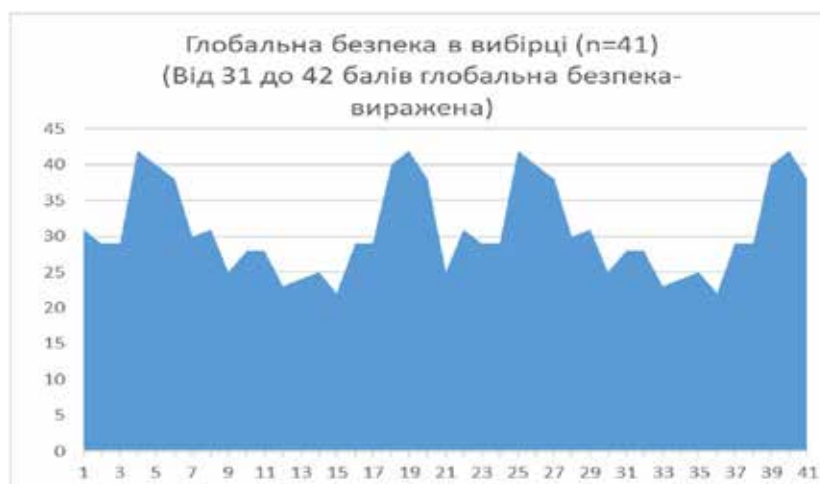


Рис. 1. Розподіл отриманих результатів за методикою «Безпека життєдіяльності»



**Рис. 2. Розподіл отриманих результатів за авторською анкетою «Аналіз домінуючих сфер переживання кризи в екстремальних умовах життєдіяльності»**

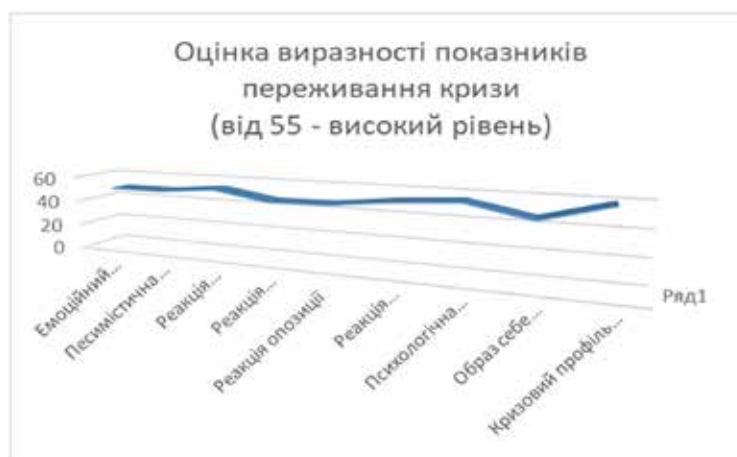
Наведені графічні дані свідчать про те, що для більшості учасників дослідження властиві високі значення всіх показників за методикою «Переживання кризи особистістю». Що стосується показників середнього рівня прояву, то вони здебільшого знаходяться на межі з високими значенням (рис. 3).

«Реакція емоційного дисбалансу» проявлена в більшості високими оцінками (48% – середній рівень показника в досліджуваній групі юнаків та 42% – високий рівень), що виражається в переважанні негативних емоцій над позитивними. Значущість негативних подразників посилюється, тоді як значущість позитивних стимулів різко падає. Підвищена готовність до сприйняття і переробки негативних зовнішніх сигналів і сигналів небезпеки.

Також спостерігається скорочене коло соціальних контактів та їх глибина. Підвищена стомлюваність. Висока емоційність. Сприйнятливість, вразливість, висока чутливість до еціогенних дій. У психічному стані відзначається схильність випробувувати зане-

покоєння в широкому колі життєвих ситуацій, бачити загрозу престижу, благополуччю незалежно від того, наскільки реальні причини. У післятестових бесідах спостерігається очікування подій із несприятливим результатом, передчуття майбутньої загрози з (та без) ясним усвідомленням її джерел; утомля, незібраність млявість, інертність, низька працездатність, зменшений ресурс сил.

Шкала «Песимістична ситуаційна реакція». Отримані оцінки (56% – середній рівень та 32% – високий рівень) характеризуються похмурим забарвленням світогляду, суджень і оцінок. Актуальна ситуація оцінюється як реально і потенційно несприятлива. Зниження рівня оптимізму. Реальне планування поступається місцем похмурим прогнозам. Зниження самооцінки, відчуття маловажності і значущості власних можливостей. Можлива ситуація «штучно перебільшеного стресу» на тлі завищеної оцінки своїх можливостей і рівня домагань, коли цілі ставляться без урахування складності, міри труднощі. Низький темп: низька



**Рис. 3. Розподіл отриманих результатів за методикою «Переживання кризи особистістю»**

швидкість переробки інформації, ухвалення рішень, дій, виконання діяльності, здійснення поведінкових актів. У психічному стані відзначаються зниження емоційної стійкості, легкість виникнення емоційного збудження, мінливість настрою, підвищена дратівливість, переважає негативний емоційний тон.

Шкала «Реакція негативного балансу» в нашому дослідженні проявлена високими оцінками (57% – середній рівень та 41% – високий рівень) у раціональному «підведенні життєвих підсумків», оцінці пройденого шляху, визначенні реальних перспектив існування, порівнянні позитивних і негативних моментів продовження життя. Наявність внутрішніх конфліктів, об'єктивно не вирішуваних, обмежень адаптаційної діяльності. «Негативний життєвий баланс» у свідомості особи. Високий рівень критичності, реалістичність суджень. Власні погляди, позиції і стосунки (до чогось, когось) є дуже стійкими і важко піддаються дії ззовні. Висока емоційність і імпульсивність: емоційна сприйнятливність, вразливість, висока чутливість до емоціогених дій. Легко знаходиться ґрунт для емоційної реакції. Ухвалення рішень здійснюється без необхідної оцінки ситуації, достатнього продумування рішення і його наслідків.

Стриманість досягається ціною великої вольової напруги. У психічному стані виражено пасивне відношення до життєвої ситуації, в її оцінці переважають песимістична позиція, невіра в можливість успішного подолання перешкод.

Шкала «Реакція демобілізації». У досліджуваній групі юнаків (53% – середній рівень та 37% – високий рівень) проявляється змінами у сфері контактів, відмовою від звичних контактів чи значне їх обмеження, що викликає переживання самотності безпорадності, безнадійності. Часткова відмова або уникнення різних видів діяльності за винятком соціально контрольованих. Результативність діяльності невисока і не задовольняє самого суб'єкта, посилюючи його душевний дискомфорт і відчуття самотності. Низька енергійність; нездатність інтенсивно виконувати ті завдання, що стоять впродовж тривалого часу. Понижена готовність до пошуку необхідної інформації, до енергійних дій, до діяльної зміни існуючої ситуації у бажаному для себе напрямі. У психічному стані відзначаються знижений, сумний настрій, смуток. Людині властиві розчарованість ходом подій, звуження інтересів, у картині майбутнього – похмурі тони, сенс майбутнього неясний. Можлива пригніченість, почуття загрожуючого нещастя.

Шкала «Реакція опозиції». У досліджуваній групі отримано середні та високі оцінки (58% – середні та 31% – високі), що проявляється у грубості та агресивності, негативних оцінках діяльності. Наростання глибини і високої інтенсивності може трансформуватися в опозиційну установку особистості. У психічному стані виражено пасивне відношення до життєвої ситуації, в її оцінці переважають песимістична позиція,

невіра в можливість успішного подолання життєвих труднощів і перешкод. Знижений, сумний настрій.

Шкала «Реакція дезорганізації» (49% – середній рівень, 41% – високий рівень) у досліджуваній групі проявляється в тривожності, підвищеній схильності до занепокоєння в широкому колі життєвих ситуацій, баченні загрози престижу, благополуччю незалежно від того, наскільки реальні причини. Очікування подій із несприятливим результатом, передчуття майбутньої загрози (покарання, втрата поваги або самоповаги і т. п.) без ясного усвідомлення її джерел. Соматовегетативні прояви тривоги (гіпертонічна і судинно-вегетативна кризи, порушення сну та ін.). Низька енергійність і висока емоційність: нездатність інтенсивно виконувати ті завдання, що стоять впродовж тривалого часу, нездатність активно освоювати середовище.

Понижена готовність до пошуку необхідної інформації, до енергійних дій, до діяльної зміни існуючої ситуації у бажаному напрямі. Сприйнятливність (емоційна), вразливість, висока чутливість до емоціогених дій. У психічному стані відзначаються втома, незібраність, млявість, низька працездатність, стомлюваність, зменшений ресурс сил.

Переживання великої значущості подій, що відбуваються, поточної ситуації, поведінки діяльності. Збільшене залучення ресурсів або активізація захисних механізмів.

Шкала «Психологічна стійкість особистості» (62% – середній рівень, 31% – високий рівень) проявляється у середньому рівні стійкості та віри в себе, свої можливості, періодичне задоволення основних життєвих потреб (самореалізація, самоповага, самоствердження). Здатність протистояти життєвим труднощам, несприятливому тиску обставин проявляється нечасто. У цілому проявляються позитивна самооцінка, товарицькість, упевненість у своїх здібностях, ефективність дій в умовах стресу, відсутність схильності до висловлювання скарг на різні погіршення здоров'я. Водночас може проявлятися нездатність розміряти рівень напруги з ресурсами своєї психіки і організму. Відсутність особистих превентивних ресурсів для конструктивного подолання кризи (як ормативного, так і ненормативного). Характерна понижена готовність до пошуку необхідної інформації, до енергійних дій, до діяльної зміни існуючої ситуації у бажаному для себе напрямі. У психічному стані виражено пасивне відношення до життєвої ситуації.

Шкала «Позитивний – негативний образ себе». Ця шкала допоміжна, вона дає змогу визначити критичність самооцінки (низьку або високу) і його адекватність. Високі оцінки в досліджуваній групі (32%) говорять про недостатньо розвинене розуміння себе. Є підстави припускати низьку критичність у самооцінці, недостатню його адекватність, нещирість. Іншими причинами цього можуть бути негативне відношення до обстеження, вплив сильної зацікавленості обстежуваного в «позитивних добрих» результатах тестування.

Помірні оцінки (45%) характеризують міру прийняття особою себе; говорять про достатню щирість у відповідях, виражене прагнення до адекватності в оцінках своїх психологічних особливостей (стосунків), про критичність у самооцінках. Низькі (23%) оцінки свідчать не лише про критичність у самооцінці та велике прагнення бути щирим, а й про негативне відношення до себе.

«Кризовий профіль» підраховується співвідношенням показника «Індекс ситуаційного реагування», що визначає величину кризового навантаження суб'єкта, та шкали «Психологічна стійкість». «Кризовий профіль» характеризує наявність (відсутність) індивідуальних превентивних ресурсів – адаптаційно-компенсаторних можливостей для конструктивного (деструктивного) подолання кризи. У досліджуваній групі ми отримали результати: 15% – середній рівень прояву та 84% – високий рівень, що відображається у недостатньому рівні психологічної стійкості за умов високих рівнів показників емоційного дисбалансу, песимістичної реакції, реакції негативного балансу, реакції демобілізації та реакції опозиції, реакції дезорганізації.

Завершивши первинний статистичний аналіз, ми перейшли до кореляційного аналізу (критерій Пірсона) (Телейко, 2007). Отримані дані, що мають ста-

тистично значущий зв'язок на рівні  $p=0,05$  та  $p=0,01$ , наведено в табл. 1.

Отримана таблиця статистично значущих кореляційних зв'язків досліджуваних показників дає змогу зробити такі висновки:

Прямий кореляційний зв'язок (на рівні  $p=0,01$ ) виявлено між показником *глобальної безпеки життєдіяльності* зі сферами здоров'я (0,487\*\*), війни (0,465\*\*), особистого життя (0,615\*\*) як провідних сфер. Це означає, що у досліджуваних, у яких високий рівень екстремальності життя та небезпеки життєдіяльності, вона проявлена найбільше у вищевказаних сферах.

Також прямий зв'язок (на рівні  $p=0,05$ ) має *показник глобальної безпеки життєдіяльності* та сфери здоров'я (0,364\*) і харчування (0,316\*). Тобто в екстремальних умовах ці сфери мають велике значення задля забезпечення безпеки життєдіяльності особистості юнаків.

Такі отримані нами результати свідчать та підтверджують значний зв'язок між сферами здоров'я, війни та особистого життя під час забезпечення безпеки життєдіяльності особистості в екстремальних умовах. Також спостерігається зв'язок зі сферами здоров'я та харчування в екстремальних умовах.

Слід зазначити, що між сферами життєдіяльності також існують прямі кореляційні зв'язки:

Таблиця 1

Статистично достовірні зв'язки показників глобальної безпеки (екстремальності) та сфер життєдіяльності (n=41)

	Глобальна безпека	Сфера здоров'я	Сфера Екології	Сфера Економіки	Сфера Харчування	Сфера Побуту	Сфера Навчання	Сфера Роботи	Сфера Війни	Сфера Епідемій	Сфера Особистого життя
Глобальна безпека	1	,364*		,487**	,316*				,465**		,615**
Сфера здоров'я	,364*	1	,313*		,396*		,571**				,374*
Сфера Екології		,313*	1						,404**	,605**	,317*
Сфера Економіки	,487**			1		,388*	,683**	,504**	,525**	,410**	,526**
Сфера Харчування	,316*	,396*			1	,409**	,465**	,420**			
Сфера Побуту				,388*	,409**	1	,455**				
Сфера Навчання		,571**		,683**	,465**	,455**	1	,536**	,523**	,529**	,496**
Сфера Роботи				,504**	,420**		,536**	1	,400**		
Сфера Війни	,465**		,404**	,525**			,523**	,400**	1	,524**	
Криза сфери Епідемій			,605**	,410**			,529**		,524**	1	,340*
Сфера Особистого життя	,615**	,374*	,317*	,526**			,496**			,340*	1

Примітка: \* – кореляція статистично достовірна на рівні  $p = 0,05$ ;

\*\* – кореляція статистично достовірна на рівні  $p = 0,01$

- у сфері здоров'я – з: екологією (0,313\*, p=0,05), харчуванням (0,396\*, p=0,05), навчанням (0,571\*\*, p=0,01), особистим життям (0,374\*, p=0,05);
- у сфері екології – зі: здоров'ям (0,313\*, p=0,05), війною (0,404\*\*, p=0,01), епідеміями (0,605\*\*, p=0,01), особистим життям (0,317\*, p=0,05);
- у сфері економіки – з: побутом (0,388\*, p=0,05), навчанням (0,683\*\*, p=0,01), роботою (0,504\*\*, p=0,01), війною (0,525\*\*, p=0,01), епідеміями (0,410\*\*, p=0,01), особистим життям (0,526\*\*, p=0,01);
- у сфері харчування – зі: здоров'ям (0,396\*, p=0,01), побутом (0,409\*\*, p=0,01), навчанням (0,465\*\*, p=0,01), роботою (0,420\*\*, p=0,01);
- у сфері війни – з: екологією (0,404\*\*, p=0,01), економікою (0,525\*\*, p=0,01), навчанням (0,523\*\*, p=0,01), роботою (0,400\*\*, p=0,01), епідеміями (0,524\*\*, p=0,01).

Табл. 2 дає змогу зробити такі висновки:

Прямий кореляційний зв'язок (на рівні p=0,01) виявлено між показником кризового профілю зі сферами: економіки (0,523\*\*), проживання (0,460\*\*), навчання (0,530\*\*), сім'ї (0,509\*\*), війни (0,443\*\*) як провідних сфер. Це означає, що переживання кризових станів у досліджуваній групі пов'язані з негативними ситуаціями у вищевказаних сферах. Дійсно, післятестові бесіди підтвердили, що найбільше занепокоєння у юнаків визивають ситуації, що пов'язані з військовими подіями (хвилювання за безпеку свою та близьких, страх втрати близьких та знайомих на війні, окупація територій проживання та ін.), економіка (хвилювання відносно достатку в родині, зміна економічного стану, ціноутворення та ін.), навчання (чи зможуть продовжувати, чи буде світло і вистачить часу для виконання робіт своєчасно тощо).

Табл. 3 статистично значущих кореляційних зв'язків переживання кризи юнаками та глобальної

Таблиця 2

Статистично достовірні зв'язки кризового профілю особистості та сфер життєдіяльності (n=41)

	Кризовий профіль	Сфера Здоров'я	Сфера Економіки	Сфера Проживання	Сфера Навчання	Сфера Сім'ї	Сфера Війни	Сфера особистого життя
Криз. профіль	1		,523**	,460**	,530**	,509**	,443**	,398*

Примітка: \* – кореляція статистично достовірна на рівні p=0,05;

\*\* – кореляція статистично достовірна на рівні p=0,01

Таблиця 3

Статистично достовірні зв'язки показників переживання кризи юнаками та глобальної безпеки (екстремальності) (n=41)

	Глобальна	Емоц.Дисбаланс	Песиміст реакція	Реакція негат балансу	Реакція демобілізації	Реакція опозиції	Реакція дезорганізації	Психологічна стійкість	Образ себе	Кризовий профіль
Глобальна безпека (екстремальність)	1		,718**	,673**	,790**	,611**	,562**			
Емоційний дисбаланс		1			,848**				-,404**	,875**
Песимістична реакція	,718**		1			,630**	,673**	-,326*	-,387*	,848**
Реакція негативного балансу	,673**			1	,601**	,496**	,610**		-,584**	,785**
Реакція демобілізації	,790**	,848**		,601**	1	,567**	,628**		-,450**	,880**
Реакція опозиції	,611**		,630**	,496**	,567**	1	,479**		-,536**	,743**
Реакція дезорганізації	,562**		,673**	,610**	,628**	,479**	1		-,449**	,778**
Психологічна стійкість			-,326*					1		
Образ себе (Негативний – Позитивний)		-,404**	-,387*	-,584**	-,450**	-,536**	-,449**		1	-,655**
Кризовий профіль	,615**	,875**	,848**	,785**	,880**	,743**	,778**		-,655**	1

Примітка: \* – кореляція статистично достовірна на рівні p=0,05;

\*\* – кореляція статистично достовірна на рівні p=0,01

безпеки (екстремальності) дає змогу зробити такі висновки:

Прямий кореляційний зв'язок (на рівні  $p=0,01$ ) виявлено між показником глобальної безпеки (екстремальність) та: кризовим профілем (0,615\*\*), песимістичною реакцією (0,718\*\*), реакцією негативного балансу (0,673\*\*), реакцією демобілізації (0,790\*\*), реакцією опозиції (0,611\*\*), реакцією дезорганізації (0,562\*\*), що свідчить про проявлення цих реакцій в умовах небезпеки (екстремальності).

Слід зазначити, що між реакціями переживання кризи також існують прямі кореляційні зв'язки (табл. 3), наприклад показник кризовий профіль має прямий кореляційний зв'язок з усіма (окрім психологічної стійкості) показниками (на рівні 1%): глобальною безпекою (0,615\*\*), емоційним дисбалансом (0,875\*\*), песимістичною реакцією (0,848\*\*), реакцією негативного балансу (0,785\*\*), реакцією демобілізації (0,880\*\*), реакцією опозиції (0,743\*\*), реакцією дезорганізації (0,778\*\*), образом себе (0,655\*\*).

**Висновки.** У статті розглянуто питання особливості переживання кризи юнацького віку в екстремальних умовах повномасштабного вторгнення в період 2023–2024 рр. Показано суб'єктивний досвід переживання кризи юнацького віку; виявлено особливості глибинних, екзистенційних переживань у свідомості юнака; виявлено значущі компоненти психічної організації; описано чинники, що впливають на прояви кризи юнацького віку.

Аналіз теоретичних концептів юнацького періоду життєвого шляху людини зазначив, що саме цей вік, перехідний від дитинства до дорослого, є значущим у створенні значущих життєвих орієнтирів. Повна реалізація своїх можливостей неможлива без активної участі, тобто без вираження своєї суб'єктивності. Беручи юнацьку кризу як приклад суб'єктивного підходу, дослідження призвело до визначення переживання кризових станів у досліджуваній групі, що пов'язані зі сферою економіки (0,523\*\*), проживання (0,460\*\*), навчання (0,530\*\*), сім'ї (0,509\*\*), війни (0,443\*\*) як провідних сфер. Дійсно, післятестові бесіди підтвердили, що найбільше занепокоєння у юнаків визивають ситуації, що пов'язані з військовими подіями (хвилювання за безпеку свою та близьких, страх втрати близьких та знайомих на війні, окупація територій проживання та ін.), економікою (хвилювання відносно достатку в родині, зміна економічного стану, ціноутворення та ін.), навчанням (чи зможуть продовжувати, чи буде світло і вистачить часу для виконання робіт своєчасно тощо).

Методологічний та емпіричний аналіз дослідження кризи юнацького віку показав, що вона переважно виникає у віковій групі 20–21. Складність дослідження цього періоду пояснюється тим, що на психічні явища впливають екстремальні ситуації. Проведений кореляційний аналіз доводить взаємозв'язок між показником глобальної безпеки (екстремальність), кризовим профілем особистості (0,615\*\*), а також: песимістичною

реакцією (0,718\*\*), реакцією негативного балансу (0,673\*\*), реакцією демобілізації (0,790\*\*), реакцією опозиції (0,611\*\*), реакцією дезорганізації (0,562\*\*). Це свідчить про проявлення негативних кризових станів в умовах небезпеки життєдіяльності (екстремальності).

Особливості зв'язку між глобальною безпекою життєдіяльності показали пряму кореляційну залежність від сфери здоров'я (0,487\*\*), війни (0,465\*\*) та особистого життя (0,615\*\*). Це означає, що найбільше занепокоєння щодо екстремальності життя та небезпеки життєдіяльності проявлено у сферах здоров'я, війни та особистого життя, а також у сферах здоров'я (0,364\*,  $p=0,05$ ) та харчування (0,316\*,  $p=0,05$ ). Тобто в екстремальних умовах ці сфери мають велике значення задля забезпечення безпеки життєдіяльності особистості юнаків.

Запропоновано профілактичні заходи та підходи м'якого, екологічного подолання кризових станів у юнаків, що включає поряд із психотерапевтичною допомогою особам в екстремальних ситуаціях також пропаганду здорового способу життя, що охоплює сфери буття, включаючи харчування і завершальний етап емоційного настрою. Здоровий спосіб життя – це стиль життя, який передбачає повну зміну колишніх звичок харчування, фізичної активності та відпочинку.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Анпілова Д.В. Задоволення актуальних потреб як фактор психологічної адаптації до стресу в студентів-психологів у період сесії. *Вісник Дніпропетровського університету. Серія «Психологія»*. 2015. Вип. 21. С. 3–12.
2. Артюхіна Н.В. Арттерапевтична психодіагностика подолання кризи осіб юнацького віку в умовах соціальних змін. *Вісник ОНУ ім. І.І. Мечникова*. 2014. Т. 19. Вип. 1(31). С. 19–28.
3. Донець О.І. Гендерні детермінанти вибору копінг-стратегій у юнацькому віці. *Наука і освіта*. 2015. № 10. С. 55–61.
4. Кирпенко Т.М. Стресостійкість та проблема її формування у осіб юнацького віку. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2014. № 3. С. 206–212.
5. Коломієць Л.І., Степова А.С. Психологічні особливості самоактуалізації осіб юнацького віку з різним рівнем подолання кризи. *Психологічний часопис*. 2017. № 3. С. 70–81.
6. Лепешко А.В. Особливості соціальних страхів у юнацькому віці. *Актуальні питання сучасної психології*. 2016. С. 129–132.
7. Макаренко О. Психологічні аспекти подолання стресу. *Соціальна психологія*. 2010. № 2. С. 18–27.
8. Михайлець А. Особливості переживання психологічної кризи в осіб юнацького віку. *Актуальні проблеми загальної та соціальної психології*. 2016. Вип. 3. С. 70–72.
9. Степова А.С. Психологічні особливості подолання кризи осіб юнацького віку. *Молодий вчений*. 2018. № 9. С. 314–319.
10. Телійко А.Б., Чорней Р.К. Математико-статистичні методи в соціології та психології : навчальний посібник. Київ : МАУП, 2007. 424 с.



11. Чижик К. Оцінка логічного мислення студенток в умовах екзаменаційного стресу. *Молода наука Волині: пріоритети та перспективи досліджень*. 2012. Т. 1. С. 191–192.

12. Шейко А.О. Чинники психологічної стійкості осіб юнацького віку. *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В.О. Сухомлинського. Серія «Психологічні науки»*. 2013. Т. 2. Вип. 11. С. 332–336.

13. King T.L., Milner A., Aitken Z., et al. Mental health of adolescents: variations by borderline intellectual functioning and disability. *Eur Child Adolesc Psychiatry*. 2019. 28. 1231–1240. doi: 10.1007/s00787-019-01278-9.

14. Ricardo Blaug, Amy Kenyon, Rohit Lekhi Stress at Work A report prepared for The Work Foundation's Principal Partners. The Work Foundation, 2007. URL: [www.theworkfoundation.com](http://www.theworkfoundation.com).

## REFERENCES

1. Anpilova, D.V. (2015). Zadovolennia aktualnykh potreb yak faktor psykholohichnoi adaptatsii do stresu v studentiv-psykholohiv u period sesii [Satisfaction of urgent needs as a factor of psychological adaptation to stress in psychology students during the session]. *Bulletin of Dnipropetrovsk University. Series: Psychology*. Dnipropetrovsk, Vol. 21, 3–12 [in Ukrainian].

2. Artyukhina, N.V. (2014). Art-terapevtychna psykholohichna podolannia kryzy osib yunatskoho viku v umovakh sotsialnykh zmin [Art-therapeutic psychodiagnosis of overcoming the crisis of youth in the conditions of social changes]. *Bulletin of ONU named after I.I. Mechnikova*. Vols. 19. 1(31), 19–28 [in Ukrainian].

3. Donets, O.I. (2015). Henderni determinanty vyboru kopinh-stratehii u yunatskomu vitsi [Gender determinants of the choice of coping strategies in youth]. *Science and education*, 10. 55–61 [in Ukrainian].

4. Kyrpenko, T.M. (2014). Stresostiikist ta problema yii formuvannia u osib yunatskoho viku [Stress resistance and the problem of its formation in youth]. *Theoretical and applied problems of psychology*, 3. 206–212 [in Ukrainian].

5. Kolomiets L.I., & Stepova A.S. (2017). Psykholohichni osoblyvosti samoaktualizatsii osib yunatskoho viku z riznym rivnem podolannia kryzy [Psychological features of self-actualization of youth

with different levels of coping with crisis]. *Psychological magazine: a collection of scientific works named after G. S. Kostyuk National Academy of Sciences of Ukraine*. Kyiv, 3, 70–81 [in Ukrainian].

6. Lepeshko, A.V. (2016). Osoblyvosti sotsialnykh strakhiv v yunatskomu vitsi [Peculiarities of social fears in youth]. *Current issues of modern psychology: coll. of science Sumy Ave*, 129–132 [in Ukrainian].

7. Makarenko, O. (2010). Psykholohichni aspekty podolannia stresu [Psychological aspects of overcoming stress]. *Social Psychology*, 2. 18–27 [in Ukrainian].

8. Mykhaylets, A. (2016). Osoblyvosti perezhyvannia psykholohichnoi kryzy v osib yunatskoho viku [Peculiarities of experiencing a psychological crisis in youth]. *Actual problems of general and social psychology: coll. of science Art. Luts'k*, 3, 70–72 [in Ukrainian].

9. Stepova, A.S. (2018). Psykholohichni osoblyvosti podolannia kryzy osib yunatskoho viku [Psychological features of overcoming the crisis of youth]. *A young scientist*, 9. 314–319 [in Ukrainian].

10. Teleiko, A.B. (2007). Matematyko-statystychni metody v sotsiolohii ta psykholohii [Mathematical and statistical methods in sociology and psychology] Science. manual [in Ukrainian].

11. Chyzhik, K. (2012). Otsinka lohichnoho myslennia studentok v umovakh ekzamenatsiinoho stresuiu [Assessment of logical thinking of female students under exam stress]. *Young science of Volyn: research priorities and perspectives*, Vols. 1. 191–192 [in Ukrainian].

12. Sheiko, A.O. (2013). Chynnyky psykholohichnoi stiikosti osib yunatskoho viku [Factors of psychological stability of youth]. *Scientific Bulletin of Mykolaiv State University named after V. O. Sukhomlynskyi. Series: Psychological sciences*, Vols. 2. 11. 332–336 [in Ukrainian].

13. King, T.L., Milner, A., & Aitken, Z., et al. (2019). Mental health of adolescents: variations by borderline intellectual functioning and disability. *Eur Child Adolesc Psychiatry* 28. 1231–1240. doi: 10.1007/s00787-019-01278-9 [in English].

14. Ricardo Blaug, Amy Kenyon, & Rohit Lekhi (2007). Stress at Work A report prepared for The Work Foundation's Principal Partners. The Work Foundation. Retrieved from: [www.theworkfoundation.com](http://www.theworkfoundation.com) [in English].

**Olena Kosyanova,**

PhD (Candidate of Psychological Sciences), Associate Professor,  
Department of Theory and Methods of Practical Psychology,  
The State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynsky»,  
26, Staroportofrankivska, Str., Odesa, Ukraine,  
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-9532-9981>

## CHARACTERISTICS OF SURVIVING YOUTH CRISES IN EXTREME CONDITIONS

*The article examines the peculiarities of experiencing a youth crisis in the extreme conditions of a full-scale invasion in the period 2023–2024. The subjective experience of experiencing a youth crisis is shown; the peculiarities of deep, existential experiences in the young man's consciousness were revealed; significant components of mental organization were revealed; the factors influencing the manifestations of youth crisis are described. The analysis of the theoretical concepts of the youth period of a person's life path noted (Artyukhina, 2014; Donets, 2015; Kyrpenko, 2014; Kolomiets, 2017; Lepeshko, 2016; Stepova, 2018; Sheiko, 2013) that this age, transitional from childhood to adulthood, is significant in creating significant life guidelines. Full realization of one's potential is impossible without active participation, that is, without expressing one's subjectivity. Taking*

*the youth crisis as an example of a subjective approach, the study led to the determination of the experience of crisis conditions in the research group, which are associated with in the sphere of the economy (0.523\*\*), residence (0.460\*\*), study (0.530\*\*), seven (0.509\*\*), war (0.443\*\*) as the leading spheres. Post-test interviews confirmed that young men are most worried about situations related to military events (concern for the safety of themselves and their loved ones, fear of losing loved ones and acquaintances in the war, occupation of residential areas, etc.), the economy (concern about wealth in the family, changes in the economic situation, pricing, etc.), training (whether they will be able to continue, whether there will be light and enough time to perform the work in a timely manner, etc.). Methodological and empirical analysis of the study of the youth crisis showed that it mainly occurs in the age group of 20–21. The difficulty of researching this period is explained by the fact that mental phenomena are affected by extreme situations. The conducted correlation analysis proves the relationship between the global security indicator (extremity) and the crisis profile of the individual (0.615\*\*), as well as: pessimistic reaction (0.718\*\*), negative balance reaction (0.673\*\*), demobilization reaction (0.790\*\*), opposition reaction (0.611\*\*), disorganization reaction (0.562\*\*). Features of the connection between the global security of life showed a direct correlation dependence on the sphere of health (0.487\*\*), war (0.465\*\*) and personal life (0.615\*\*).*

**Key words:** *crises of youth, experiencing crisis states in various spheres of life, global security (extremity), crisis profile of the individual.*

*Подано до редакції 30.05.2024*