

Олексій Чебикін,

доктор психологічних наук, професор,
дійсний член Національної академії педагогічних наук України,
професор 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/0000-0001-7905-2708>

Бахтіяр Атаханов,

аспірант 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/0000-0002-1078-7092>

ПРОЯВ КРИЗОВИХ СТАНІВ У ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

У статті на основі теоретичних та емпіричних досліджень узагальнено різні міжгалузеві підходи з огляду на мету дослідження до розуміння психологічного змісту кризового стану. Виділено основні тенденції сучасних досліджень, що розкривають специфіку прояву різних кризових станів. Побудовано методику діагностики психологічних особливостей прояву кризового стану в сучасних умовах життєдіяльності молоді. На основі емпіричних досліджень показано, що у молоді фіксуються три рівні психологічного кризового стану – завищений, середній та оптимальний. За результатами факторного аналізу показано, що кожному рівню прояву кризового стану притаманні певні комплекси емоційно-особистісних особливостей, серед яких виділяються провідні. Описано психологічні характеристики різних профілів емоційно-особистісних особливостей, окремі з яких можуть дублюватися у виділених рівнях кризового стану молоді. До них слід віднести емоційно зрілий, виразно кризовий та ситуативно регульований. Останні можуть виступити важливими для побудови оптимальної системи профілактики та корекції кризових станів у молоді.

Ключові слова: рівні психологічного стану, емоційно-особистісні особливості, психологічні характеристики, життєдіяльність, тривога, депресія, фрустрація, емоційна зрілість.

Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми.

Проблема вивчення кризових станів у людей за останні роки набуває значного поширення у зв'язку з ускладненням умов життєдіяльності, пов'язаних із різними епідеміологічними, екологічними, політичними, інформаційними, військовими та іншими факторами, з якими стикається сучасне суспільство (Lass-Hennemann et al., 2025; Prucnal-Wójcik, Gulati, 2023 та ін.). У цьому аспекті на особливу увагу заслуговують кризові стани юнацького віку, що формуються під впливом як внутрішніх чинників розвитку особистості, так і зовнішніх соціальних чинників (Lifang et al., 2023; Xia Yu et al., 2024 та ін.). За даними досліджень, виникнення таких кризових станів може суттєво ускладнювати як життєдіяльність, так і суттєво погіршувати ментальне здоров'я (Jacobson, 1979; Марута, Федченко, 2020 та інші). Аналіз показує, (VandenBos, 2015; Simpson, Weiner, 1989 та ін.), що існують неоднозначні підходи до визначення змісту розуміння психологічного кризового стану. Нерідко фахівці прямо чи опосередковано ототожнюють психологічні кризові стани з депресивними, стресовими, психічними розладами та іншими, що ускладнюють їх пізнання. Розглядаючи різні дані

(Соловей-Лагода, Шель, 2024 та інші) у характеристиці психологічного кризового стану, серед суттєвих фахівці виділяють емоційно-особистісні особливості. Аналізуючи ці та інші дослідження, можна дійти висновку, що такий психофункціональний стан розглядається як відносно тривалий, перехідний і незадовільний психоемоційний стан, який може періодично спричиняти дезорганізацію діяльності під час пошуку шляхів подолання життєвих труднощів і призводити до спаду або, навпаки, до нової активізації психічної діяльності. Спираючись у цьому аспекті на різні дослідження (Бусел, 2005; Дзюба, 2014 та ін.), ми будемо дотримуватися його розуміння як незадовільного емоційно-особистісного стану, який діє від 10–14 днів і більше за інтенсивністю вираженості прояву від оптимально регульованого до завищеного наближено дезадаптаційного.

Як свідчать сучасні дослідження (Поліщук, 2023; Іванова, 2016 та ін.), на особливу увагу заслуговують психологічні кризові стани в осіб юнацького віку, що виникають під впливом небезпечних соціально-психологічних умов їх життєдіяльності. Аналіз різних наукових праць (Титаренко, 2023; Косьянова, 2024 та ін.) показав, що фактори, які спричиняють такі пси-



хологічні кризові стани, умовно можна поділити на зовнішні та внутрішні. До внутрішніх слід віднести як природні, так й індивідуально емоційно-особистісні особливості, які домінують у молоді на певних вікових періодах. До зовнішніх – чисельні перешкоди у формі дії екстремальних, небезпечних впливів, що суттєво ускладнюють їх життєдіяльність.

Не менш актуальною проблемою є визначення та систематизація ознак, що можуть характеризувати психологічний кризовий стан (Гаркуша, Дубінський 2022 та ін.). Так, деякі дослідники (Bazrafshan et al., 2024; Fatchurrahmi et al., 2022 та ін.) ознаками, що можуть характеризувати психологічну кризу, вважають передусім певні прояви емоційно-особистісних особливостей, як за їх модальністю, так і за інтенсивністю вираження та тривалості прояву. До таких проявів відносять стани тривоги, депресії, фрустрації, відчаю, невротизації, збудження та інші (Журавльова, Закусілова 2005 та ін.). При цьому одним із ключових факторів цих ознак у наших дослідженнях є тривалість їх дії, яка може бути як відносно короткостроковою, так і довгостроковою (Чебикін, Атаханов, 2023 та інші).

Незважаючи на певні досягнення у пошуку методологічних підходів (Caplan, 1964; Lazarus, 1991 та ін.), проблема розробки інструментів для діагностики психологічних кризових станів за тривалістю їх прояву та інтенсивністю вираженості залишається ще недостатньо опрацьованою.

Мета та завдання. З огляду на вищевказане, в роботі поставлено за *мету* на емпіричному рівні дослідити ключові ознаки прояву психологічного кризового стану з урахуванням тривалості, інтенсивності вираженості, а також емоційно-особистісних особливостей, які можуть виступити їх детермінантами в складних сучасних умовах життєдіяльності в осіб юнацького віку в Україні.

Спираючись на принципи системності, комплексності, взаємозумовленості, виокремлено такі *завдання*: по-перше, визначити та побудувати комплекс методик, які б дозволяли діагностувати специфіку рівнів прояву кризового стану та різні емоційно-особистісні особливості, що можуть їх характеризувати; по-друге, на основі емпіричного дослідження описати специфіку прояву психологічного кризового стану та відповідні емоційно-особистісні особливості, які їх можуть детермінувати.

Гіпотеза. У своїй роботі ми виходили з припущення, що різні психологічні кризові стани можуть зумовлюватися комплексом як даних, котрі торкаються їх змістових ознак, так і різних емоційно-особистісних особливостей. Таких комплексів може бути кілька. Розкриття останніх дозволить описати певні профілі проявів психологічного кризового стану та провідні емоційно-особистісні детермінанти, що можуть виступити основою як їх характеристики, так і профілактика та корекції.

Методи дослідження. Щодо першого завдання було встановлено, що для вивчення психологічних кризових станів у різних дослідженнях використовуються як

прямі методики, так і опосередкові. До перших можна віднести методики, що пропонують С. Духновський, В. Василенко, О. Саннікова, І. Бринза, М. Шевель, О. Довгань та інші. До других слід віднести чисельні методики дослідження емоційно-особистісних особливостей (Beck, 1967; Cattell, 1957; Hamilton, 1960 та інші), що можуть виступати певними ознаками, які характеризують кризові стани.

З огляду на зазначені методичні підходи для дослідження прояву змісту прямих даних психологічних кризових станів було вибрано: по-перше, опитувальник «Переживання кризи особистістю» С. Духновського; по-друге, розроблений нами опитувальник «Види криз та особливості їх прояву в життєдіяльності молоді» (Чебикін, Атаханов, 2023). Останній дозволяє виявити: фактори кризового стану, що їх зумовлюють (епідеміологічні, екологічні, політичні, інформаційні, воєнні та інші); його тривалість та рівні прояву (оптимальний, середній, завищений).

Важливим був вибір методів діагностики різних показників емоційно-особистісних особливостей, що можуть детермінувати психологічний кризовий стан. До них було залучено: Госпітальну шкалу тривоги і депресії «HADS» А. С. Зігмунд, Р. П. Снайп; шкалу сприйманого стресу «PSS 10» С. Коен; опитувальник діагностики рівня агресивності Басса-Перрі «BPAQ»; опитувальник «Емоційна зрілість» О. Я. Чебікіна; опитувальник структури темпераменту «ОСТ 77», В. М. Русалова в адаптації І. М. Трофімової.

Вказані методики дозволяли виявити і кількісно оцінити такі показники психологічних особливостей прояву кризи, як-от: частота її виникнення (П1), тривалість (П2), стан напруги (П3), вплив на життєдіяльність (П4), рівень загальної кризи (П5), емоційний дисбаланс (П6), песимістичність реакції (П7), негативний баланс (П8), демобілізація (П9), опозиція (П10), дезорганізація (П11), психологічна стійкість (П12), образ себе (П13), індекс ситуаційного реагування (П14), а також такі емоційно-особистісні особливості, як тривога (П15), депресія (П16), перенапруга (П17), протидія стресу (П18), сприймання стресу (П19), фізична агресія (П20), гнів (П21), ворожість (П22), інтраекспресивність (П23), екстраекспресивність (П24), загальна експресивність (П25), інтрасаморегуляція (П26), екстрасаморегуляція (П27), загальна саморегуляція (П28), інтраемпатія (П29), екстраемпатія (П30), загальна емпатія (П31), інтегральний показник емоційної зрілості (П32), увага (П33), фізична витривалість (П34), гострота відчуттів (П35) соціальна ергічність (П36), соціальний темп (П37), емпатія (П38), інтелектуальна витривалість (П39), соціальна пластичність (П40), інтелект (П41), задоволеність (П42), імпульсивність (П43) і нейротизм (П44). Тут і надалі зазначені показники можуть подані в скороченому вигляді.

Результати. Усього емпіричним дослідженням було охоплено 200 осіб. Проведений аналіз первинних даних засвідчив, що показники, які характеризують специфіку прояву кризи та емоційно-особистісні особливості, мають певну варіативність у вираженості. На основі

цих даних умовно було виділено із загальної вибірки три групи, які диференціювалися за проявом кризового стану, а саме: завищений – група 1 (28%), середній – група 2 (48%) та оптимальний – група 3 (24%). Подальший аналіз засвідчив наявні відмінності між групами за діагностованими показниками рівнів прояву кризового стану (табл. 1). Розглядаючи наведені дані, було встановлено, що між виділеними групами за діагностованими показниками фіксуються статистично достовірні відмінності ($P \geq 0,001$).

Надалі було проведено кореляційний аналіз. При цьому ми припускали, що він дозволить установити, які саме емоційно-особистісні особливості можуть бути пов'язані з різними рівнями кризових станів, та схарактеризувати їх специфіку.

У результаті отриманого кореляційного аналізу відносно специфіки діагностованих показників психологічного кризового стану та емоційно-особистісних особливостей в осіб юнацького віку із завищеним рівнем у цій структурі між ними було виявлено 19 взаємозв'язків. Які характеризують негативний дисбаланс, демобілізація, опозиція, дезорганізація, ситуативне реагування, тривога, депресія, перенапруга, стрес, агресія, гнів, ворожість, нейротизм на рівні $P \geq 0,001$, та зворотними взаємозв'язками із загальною емпатією, увагою, соціальною ергічністю, задоволеністю на рівні $P \geq 0,001$.

Таким чином, можна стверджувати, що особи із підвищеним рівнем кризового стану характеризується песимістичною реакцією, негативним балансом, певною опозицією, дезорганізацією, а також недостатньою емоційною стійкістю, які можуть призводити до тривоги, депресії, стресу та певної агресивності. При цьому надмірна емпатійність, недостатня фізична витривалість, незадоволеність і нейротизм можуть слугувати індикаторами змін у прояві кризового стану.

Отримані результати в групі із середнім рівнем кризового стану виявили 10 взаємозв'язків, а саме: емоційного дисбалансу, песимістичної реакції та негативного

балансу. Останні тісно пов'язані з демобілізацією, опозицією, дезорганізацією, ситуативним реагуванням, тривогою, депресією, перенапругою, протидією стресу, сприйняттям стресу, агресією, ворожістю, нейротизмом переважно на рівні $P \geq 0,001$.

З огляду на викладене, можна стверджувати, що показники емоційно-особистісних властивостей осіб із середнім рівнем прояву психологічної кризи мають тенденцію, подібну до показників осіб із підвищеним рівнем прояву кризи. Проте прояви емоційного та негативного дисбалансу, песимістичної реакції, незважаючи на їх провідну роль, спостерігаються на нижчому рівні порівняно із середніми даними. Крім того, відзначається менш виражена опозиція, дезорганізація, ситуативне реагування, тривожність, депресивні прояви, негативна самооцінка та інші емоційно-особистісні особливості на фоні більш гнучкого усвідомлення власного образу в таких станах.

Щодо осіб, в яких спостерігається оптимальний рівень прояву психологічного кризового стану, то за своїми емоційно-особистісними особливостями з кореляційного аналізу встановлено, що, як і в попередніх двох групах, на провідні позиції тут виходять, крім урівноваженого емоційного дисбалансу, ще й опозиція, песимістична реакція та занижена демобілізація. Останні мають тісні кореляційні зв'язки із врівноваженою опозицією, заниженою дезорганізацією, ситуативним реагуванням, тривогою, депресією, перенапругою, сприйняттям стресу, інтерекспресивністю, достатньо сформованою емоційною зрілістю на рівні саморегуляції, емпатії, нейротизму на тлі відмінних взаємозв'язків образу себе, саморегуляції, соціальної ергічності. Вони, очевидно, мають тенденцію до змін, тобто можуть бути більш гнучкими й впливати на характерні прояви інших емоційно-особистісних особливостей.

На основі вищевикладеного кореляційного аналізу прослідковується наступне: прояв досліджуваних рівнів психологічної кризи може зумовлюватися різними їх комплексами емоційно-особистісних особливостей, де виділяються домінантні, якнайбільш важливі.

Таблиця 1

Статистично достовірні відмінності діагностованих показників, що характеризують різні рівні кризового стану між виділеними групами

П-к Групи	П1		П2		П3		П4		П5	
	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2
x	9,8	8,0	8,5	5,1	10,3	7,0	10,0	7,0	9,7	6,8
x ²	1,0	1,2	2,0	1,4	1,3	1,4	1,2	1,4	0,9	1,0
t	9,2		12,3		14,2		13,6		17,2	
P	0,001		0,001		0,001		0,001		0,001	
Групи	1	3	1	3	1	3	1	3	1	3
	x	9,8	5,9	8,5	1,4	10,3	3,1	10,0	3,1	9,7
x ²	1,0	0,9	2,0	1,2	1,3	1,3	1,2	1,3	0,9	1,0
t	20,0		19,8		27,7		27,8		33,0	
P	0,001		0,001		0,001		0,001		0,001	
Групи	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3
	x	8,0	5,9	5,1	1,4	7,0	3,1	7,0	3,1	6,8
x ²	1,2	0,9	2,0	1,2	1,4	1,3	1,4	1,3	1,0	1,0
t	10,8		13,3		16,3		16,3		18,0	
P	0,001		0,001		0,001		0,001		0,001	

Для того, щоб підтвердити чи спростувати їх вагомість, під час оцінювання психологічних кризових станів нами було проведено факторний аналіз усіх діагностованих показників у виділених групах. Ми припустили, що саме завдяки цьому аналізу можна більш точно виявити психологічні профілі емоційно-особистісних особливостей, характерні для кожного рівня прояву психологічних кризових станів. Результати аналізу в групі з високим рівнем кризового стану дозволили виділити кілька ключових факторів.

Перший фактор, умовно названий нами «Емоційна гностична динамічність» (46%), дозволяє схарактеризувати специфіку переважно емоційно-особистісних особливостей на фоні психічної стійкості завдяки інтрасаморегуляції, інтелектуальній ергічності та може змінюватися в умовах діяльності (табл. 2). Другий фактор, названий як «Емоційна зрілість» (33%), свідчить про вагомість загальної емоційної зрілості та таких її складників, як емпатія, саморегуляція, експресивність, на тлі прояву уваги, імпульсивності та гостроти відчуттів. Третій фактор – «Напруги та депресії» (21%) – відображає як загальний стан кризи, так і емоційно-особистісні особливості. Певною мірою цей фактор посилює специфіку важливості емоційно-особистісних особливостей попереднього з даними, що характеризують ознаки кризового стану.

Вказані результати факторного аналізу в групі із завищеним рівнем досить суттєво оптимізують і уточнюють виявлені попередні дані кореляційного аналізу, як прояву кризового стану, так і ролі емоційно-особистісних особливостей. Спираючись на зазначені фактори, їх можна віднести до певних умовних проміжних характеристик, які теж можуть диференціювати обстежених.

Розглядаючи отримані результати аналогічного аналізу в групі осіб із середнім проявом кризового стану, ми виявили три фактори, які за специфікою та силою впливу відрізняються. Перший фактор (39%), умовно названий нами «Виразність кризи» (табл. 3), характеризується позитивними зв'язками, домінантними в цьому стані. Щодо другого фактора, (38%) умовно названого «Емоційна зрілість», який формується за допомогою різних її складників, ще недостатньо сформовано з даними витривалості, уваги, заниженої психічної стійкості, пластичності за від'ємного значення протидії стресу.

Третій фактор (23%) у цій групі – Фактор ситуативного реагування та емоційного дисбалансу – відображає взаємозв'язок ситуаційного реагування з різними емоційно негативними особливостями (дисбалансу, демобілізації, дезорганізації, тривоги, ворожості, депресії, гніву, імпульсивності та іншими) а також від'ємними значеннями образу себе та інтелектуальної ергічності.

Таблиця 2

Факторний аналіз досліджуваних показників у групі із завищеним кризовим станом

Фактор 1 (46%) Емоційна гностична динамічність			Фактор 3 (21%) Напруга та депресія			Фактор 2 (33%) Емоційна зрілість			Перенапруга	П17	0,714			
Інтелектуальна ергічність	П39	-0,526	Індекс ситуаційного реагування	П14	0,890	Загальна емоційна зрілість	П32	0,867	Реакція дезорганізації	П11	0,710			
Соціальна ергічність	П36	0,449				Загальна емпатія	П31	0,681	Напруга в кризі	П3	0,703			
Інтелект	П41	-0,437	Реакція демобілізації	П9	0,819	Загальна експресивність	П25	0,640	Частота кризи	П1	0,692			
Пластичність	П40	0,352	Песимістична реакція	П7	0,813	Екстра-експресивність	П24	0,604	Тривалість кризи	П2	0,660			
Інтра-саморегуляція	П26	-0,318	Тривога	П15	0,741	Екстра-саморегуляція	П27	0,589	Нейротизм	П44	0,633			
Протидія стресу	П18	0,315	Загальна криза	П5	0,734	Інтраемпатія	П29	0,497	Реакція опозиції	П10	0,602			
Емпатія	П38	0,305	Реакція негативного балансу	П8	0,725	Увага	П33	0,456	Сприймання стресу	П19	0,587			
Психологічна стійкість	П12	-0,287				Екстраемпатія	П30	0,442	Образ себе	П13	-0,576	Ворожість	П22	0,573
Вплив кризи на життєдіяльність	П4	0,719				Загальна саморегуляція	П28	0,440	Задоволеність	П42	-0,501	Фізична витривалість	П34	-0,465
						Інтра-експресивність	П23	0,402	Гнів	П21	0,455			
						Імпульсивність	П43	0,384	Депресія	П16	0,439			
						Гостри відчуття	П35	0,246	Фізична агресія	П20	0,325			
									Соціальний темп	П37	-0,286			

Загалом, факторний аналіз у групі із середнім рівнем кризового стану дозволив не тільки оптимізувати зв'язки з емоційно-особистісними особливостями, а також угрупувати їх відповідну вагу в класи, що можуть теж характеризувати їх специфіку.

Аналіз отриманих результатів у групі з оптимальним кризовим станом також дозволив виявити три фактори. Перший фактор (37%), названий «Емоційна

зрілість та емоційність», сформувався шляхом позитивних зв'язків різних емоційно-особистісних особливостей (загальної експресивності, саморегуляції, екстра-саморегуляції, екстраекспресивності, екстраемпатії, інтраекспресивності), а також таких особистісних особливостей, як соціальна ергічність, увага, фізична витривалість та ін. (табл. 4). Щодо другого фактора, (37%) умовно названого «Виразність кризи», то його основу

Таблиця 3

Факторний аналіз досліджуваних показників у групі з середнім кризовим станом

Фактор 1 – Виразності кризи (39%)			Фактор 3 – Ситуативного реагування та емоційного дисбалансу (23%)		
Загальна криза	П5	0,935	Індекс ситуаційного реагування	П14	0,903
Напруга в кризі	П3	0,886	Емоційний дисбаланс	П6	0,830
Вплив кризи на життєдіяльність	П4	0,884	Песимістична реакція	П7	0,828
Частота кризи	П1	0,833	Тривога	П15	0,790
Тривалість кризи	П2	0,820	Реакція дезорганізації	П11	0,775
Гостри відчуття	П35	-0,369	Ворожість	П22	0,718
Фактор 2 – Емоційної зрілості (38%)			Реакція демобілізації	П9	0,713
Загальна емоційна зрілість	П32	0,961	Реакція негативного балансу	П8	0,661
Загальна емпатія	П31	0,818	Сприймання стресу	П19	0,654
Загальна саморегуляція	П28	0,737	Образ себе	П13	-0,632
Екстра саморегуляція	П27	0,724	Перенапруга	П17	0,617
Екстраемпатія	П30	0,715	Нейротизм	П44	0,575
Загальна експресивність	П25	0,662	Депресія	П16	0,524
Інтраемпатія	П29	0,597	Гнів	П21	0,517
Екстра експресивність	П24	0,581	Реакція опозиції	П10	0,510
Соціальна ергічність	П36	0,569	Імпульсивність	П43	0,491
Інтраекспресивність	П23	0,540	Фізична агресія	П20	0,463
Фізична витривалість	П34	0,492	Інтелектуальна ергічність	П39	-0,418
Увага	П33	0,482			
Інтрсаморегуляція	П26	0,475			
Протидія стресу	П18	-0,459			
Психологічна стійкість	П12	0,427			
Соціальний темп	П37	0,404			
Пластичність	П40	0,392			
Задоволеність	П42	0,387			
Емпатія	П38	0,194			

становлять взаємозв'язки переважною більшістю прямих помірних показників кризи, а також інтраемпатії, інтелекту та від'ємного показника пластичності. Третій фактор – ситуативного реагування – формується на основі різних емоційно-особистісних особливостей (сприйняття стресу, тривоги, ворожості, стресу, агресії, протидії стресу) а також від'ємних даних, що характеризують такий психологічний кризовий стан, та від'ємних таких особистісних особливостей, як образ себе, інтелектуальна ергічність, психологічна стійкість, задоволеність та інтрасаморегуляція.

Таким чином, слід зазначити, що проведений факторний аналіз у виділених групах підтвердив наше припущення відносно провідних даних попереднього аналізу та оптимізував їх у комплекси більш важливих, що можуть характеризувати як рівні кризового стану, так і емоційно-особистісні особливості, притаманні обстеженим у вигляді певних дев'яти психологічних профілів. У межах високого рівня кризового стану можливе формування першого профілю – «Емоційна гностична динамічність», який характеризується нестабільною психологічною стійкістю, зниженими можливостями протидії стресу, низьким рівнем інтрасаморегуляції, а також високою інтелектуальною ергічністю та пластичністю.

Другий профіль – «Фактор емоційної зрілості», у якому різні прояви емоційної зрілості виступають ознаками кризового стану у певних співвідношеннях та демонструють недостатню взаємодію з іншими особистісними особливостями. Третій профіль – «Напруженість і депресивність» – характеризується тривожністю, депресивними проявами, песимістичним ставленням, нейротизмом та неадекватними ситуативними реакціями.

В осіб, у яких фіксується середній рівень кризового стану, виділяються такі профілі: четвертий – «Виразності кризи» (домінують суто змістові ознаки, що характеризують специфічні особливості кризи на рівні частоти, тривалості, напруги, впливу на життєдіяльність і відповідні відчуття); п'ятий – «Виразності кризи» (оптимальна емоційна зрілість на рівні емпатії, саморегуляції, експресії, а також відповідної протидії стресу, прояву психічної стійкості та пластичності); шостий – «Ситуативного реагування та емоційного дисбалансу» (характеризує осіб з підвищеним ситуативним реагуванням на рівні емоційного дисбалансу, а також песимістичності, тривожності, депресії, перенапруги, гніву, ворожості та інтелектуальної ергічності).

Особи, в яких фіксується оптимальний регулювальний кризовий стан, мають певну резильєнтність, тобто не відчують його так гостро в різних негативних умовах своєї життєдіяльності. Слід відмітити: сьомий профіль «Емоційної зрілості та емоційності», для якого характерні достатня емоційна зрілість із такими її ознаками, як експресивність, саморегуляція, емпатія та оптимальний динамічний темп; восьмий профіль «Виразності кризи», в якому фіксується адекватність реагування на зовнішні та внутрішні умови, що відбивається не тривалими її станами, рідкою частотою прояву,

напругою та несуттєвим впливом на життєдіяльність на фоні пластичності, інтраемпатії та інтелектуальних особливостей, що його супроводжують; дев'ятий профіль «Ситуативного реагування», що характеризується відповідним реагуванням, низькою сенситивністю, оптимістичністю до сприйняття стресу та інших негативних емоцій. У цьому випадку йдеться про специфіку емоційно-особистісних особливостей, що можуть їх характеризувати в кожному рівні кризового стану.

Зазначимо, що на індивідуальному рівні вказані профілі можуть бути у різному співвідношенні з домінантними. Важливо відмітити, що зазначені профілі за своїми характеристиками представлені як за профілем емоційної зрілості (у всіх рівнях), так і за профілями ситуативного реагування та виразності кризи (у двох рівнях).

З огляду на наявне дублювання для оптимізації підходу з урахуванням таких даних під час розроблення системи профілактики та корекції кризових станів можна спиратися на три з них, які дублюються, як зазначалося вище, за своїми ознаками з різними проявами, а саме профілів емоційної зрілості, виразності кризи та ситуативного реагування.

Безумовно, виявлені комплекси та провідні фактори в цих наведених профілях можуть стати основою для більш диференційованого підходу, пов'язаного як з організацією процесу оптимізації діагностики кризових станів, так і підбором адекватних інструментів його профілактики та корекції.

Дискусія. На основі теоретичного аналізу в дослідженні актуалізовано тему пізнання прояву кризового стану в осіб юнацького віку з урахуванням складних умов життєдіяльності, що в певній мірі розширює сучасні уявлення (Lass-Hennemann et al., 2025; Титаренко, 2023 та ін.). Уточнено розуміння психологічного змісту кризового стану за допомогою його ключових специфічних ознак – тривалості та інтенсивності прояву. В аспекті методологічних підходів до методів дослідження психологічного кризового стану запропоновано комплексну методiku його оцінювання, яка охоплює три класи показників, що суттєво збагачує наявні можливості його вивчення (Bazrafshan et al., 2024; Поліщук, 2023 та ін.). До новизни отриманих результатів слід віднести виділені умовно дев'ять психологічних профілів, що характеризують кризові стани в осіб юнацького віку. Останні мають як відмінні, так і спільні ознаки. За спільними слід виділити три, які є базовими. Врахування та використання зазначених психологічних профілів може сприяти оптимізації процесу пошуку засобів профілактики та психокорекції небажаних кризових станів у молоді, з урахуванням як їх рівня прояву, так і емоційно-особистісних особливостей.

Висновки

1. Показано, що проблема дослідження психологічного кризового стану в складних умовах життєдіяльності молоді є надзвичайно актуальною, як у теоретичному, так і в практичному аспекті.

2. Зазначено, що під психологічним змістом кризового стану можна розглядати незадовільний емоційно-

Факторний аналіз досліджуваних показників у групі з оптимальним кризовим станом

Фактор 1 – Емоційній зрілості та емоційності (37%)			Фактор 3 – Ситуативного реагування (26%)		
Загальна емоційна зрілість	П32	0,850	Індекс ситуативного реагування	П14	0,845
Емпатія	П38	0,647	Реакція демобілізації	П9	0,787
Загальна експресивність	П25	0,641	Песимістична реакція	П7	0,787
Екстра саморегуляція	П27	0,638	Перенапруга	П17	0,769
Соціальна ергічність	П36	0,638	Емоційний дисбаланс	П6	0,752
Екстраекспресивність	П24	0,564	Реакція негативного балансу	П8	0,704
Увага	П33	0,543	Реакція опозиції	П10	0,702
Екстраемпатія	П30	0,523	Сприймання стресу	П19	0,690
Фізична витривалість	П34	0,469	Реакція дезорганізації	П11	0,666
Інтраекспресивність	П23	0,453	Тривога	П15	0,646
Загальна саморегуляція	П28	0,435	Ворожість	П22	0,563
Емпатія	П38	0,352	Образ себе	П13	-0,534
Гостри відчуття	П35	0,280	Нейротизм	П44	0,521
Соціальний темп	П37	0,224	Імпульсивність	П43	0,484
Фактор 2 – Виразності кризи (37%)			Інтелектуальна ергічність	П39	-0,436
Тривалість кризи	П2	0,849	Гнів	П21	0,426
Загальна криза	П5	0,840	Психологічна стійкість	П12	-0,383
Частота кризи	П1	0,809	Депресія	П16	0,378
Напруга в кризі	П3	0,768	Задоволеність	П42	-0,354
Вплив кризи на життєдіяльність	П4	0,761	Інтрасаморегуляція	П26	-0,341
Інтраемпатія	П29	0,455	Фізична агресія	П20	0,323
Пластичність	П40	-0,443	Протидія стресу	П18	0,247
Інтелект	П41	0,314			

особистісний стан, який діє від 10–14 днів і більше, за інтенсивністю вираженості прояву від оптимального до завищеного наближено-дезадаптаційного.

3. Розкрито, що емоційно-особистісні особливості є одними з найбільш інформативних ознак, які можуть характеризувати психологічний кризовий стан.

4. На основі результатів емпіричних досліджень виділено в обстеженій вибірці молоді три групи осіб за проявом психологічного кризового стану (завищений – 28%, середній – 48% та оптимальний – 24%), між якими виявлені статистично достовірні відмінності на рівні $P \geq 0,001$.

5. Встановлено за результатом кореляційного аналізу, що кожен рівень прояву психологічного кризового стану може характеризуватися певним комплексом емоційно-особистісних особливостей, серед яких домінують провідні. Зокрема, в осіб з оптимальним кризовим рівнем це занижена демобілізація, емоційний дисбаланс, опозиція та інші; в осіб із середнім кризовим рівнем – емоційний дисбаланс, песимістична реакція, негативний баланс тощо; в осіб із підвищеним кризовим рівнем – дезорганізація, песимістична реакція, негативний баланс та інші.

6. На основі факторного аналізу виділено дев'ять психологічних профілів кризового стану. Так, в осіб першої групи – це профілі емоційної зрілості та напруги з депресією, в яких домінують емоційно-гностична динамічність. В осіб другої групи – це профілі емоційної зрілості та ситуативного реагування з емоційним дисбалансом, в яких домінують вираженість кризи. У третій групі – це профілі вираженості кризи та ситуативного реагування, в яких домінують емоційна зрілість з емоційністю.

7. Наголошено, що для оптимізації процесу профілактики та корекції кризових станів осіб юнацького віку важливими виступають дані першого, другого та третього профілів, які дублюються на всіх рівнях, з огляду на середні значення даних емоційно-особистісних особливостей обстежених.

На перспективу важливим є поглиблення досліджень в аспекті інших вікових груп з урахуванням статі та специфіки діяльності; вивчення емоційно-особистісних характеристик профілів у системах їх профілактики та корекції; на рівні спеціальної тренінгової системи.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бусел Т. Великий тлумачний словник сучасної української мови. Київ : Ірпінь: Перун, 2005. 588 с.
2. Гаркуша І.В., Дубінський С.В. Щодо проблеми життєвої кризи особистості. *Вісник Університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія»*. 2022. Т. 1. № 23. С. 49–58. <https://doi.org/10.32342/2522-4115-2022-1-23-6>.
3. Дзюба Н. Енциклопедія сучасної України. Київ : Інститут енциклопедичних досліджень НАН України. 2014. Том 14. 187 с.
4. Журавльова Л., Закусілова О. Психологічна адаптація особистості в умовах кризи: вплив досвіду бойових дій та окупації. *Scientific publication «Expert opinion»*. 2025. № 2. С. 55–64. URL: <https://expert-opinion.pp.ua/iss/issue/view/ghjd/rtf>

5. Косьянова О. Особливості переживання криз юнацького віку в екстремальних умовах. *Наука і освіта*. 2024. № 2. С. 54–63. <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2024-2-8>.

6. Марута Н.О., Федченко В.Ю. Тривожно-депресивні порушення в структурі розладів адаптації (клініка, діагностика, терапія). *Family Medicine*. 2020. № 10. С. 23–30. <https://doi.org/10.30841/2307-5112.5-6.2020.224988>.

7. Поліщук В.М. Вікові кризи в підлітковому і юнацькому віці: базові симптомокомплекси. 2023. 148 с.

8. Соловей-Лагода. О.А., Шель Н.В. Психологічна криза особистості та способи її опанування. *Наукові інновації та передові технології*. 2024. № 3 (31). С. 16–22. [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-3\(31\)-1369-1381](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-3(31)-1369-1381).

9. Титаренко Т. Випробування кризою. Одиссея подолання. Київ : Каравела. 2023. 248 с.

10. Чебикін О.Я., Атаханов Б. Дослідження емоційно-особистісних особливостей як вірогідних детермінант психологічної кризи в молоді. *Наука і освіта*. 2023. № 2. С. 95–103. <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2023-2-14>.

11. Bazrafshan Mohammad-Rafi, Bargrizaneh Farshad, Sarvi Fatemeh & Sarvi Show Fatemeh. Psychological distress and coping skills used by individuals in the crisis caused by the COVID-19 pandemic. *Journal of Education and Health Promotion*. 2024. Vol. 13 (1). P. 1–15. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_759_23.

12. Beck A.T. Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects. New York: Harper & Row. 1967. 370 p.

13. Caplan G. Principles of Preventive Psychiatry. New York : Basic Books. 1964. 304 p.

14. Cattell R.B. Personality and Motivation Structure and Measurement. New York : World Book. 1957. 948 p.

15. Fatchurrahmi, R., & Urbayatun, S. The Role of Emotional Intelligence in Quarter Life Crisis in Final Year Students. *Journal of Theoretical and Applied Psychology*. 2022. Vol. 13(2). P. 102–113. <https://doi.org/10.26740/jpt.v13n2.p102-113>.

16. Hamilton M. A rating scale for depression. *Journal of Neurology, Neurosurgery, and Psychiatry*. 1960. Vol. 23. P. 56–62.

17. Jacobson G.F. Crisis-oriented psychotherapy. *American Journal of Psychiatry*. 1979. Vol. 136, No. 5. P. 548–552.

18. Lass-Hennemann Johanna, Sopp Roxanne, Ruf Norma, Equit Monika. Generation climate crisis, COVID-19, and Russia-Ukraine-War: global crises and mental health in adolescents. *European Child & Adolescent Psychiatry*. 2024. Vol. 33. P. 2203–2216. <https://doi.org/10.1007/s00787-023-02300-x>.

19. Lazarus R.S. Emotions and Adaptation. New York : Oxford University Press. 1991. 557 p.

20. Lifang Li, Jiandong Zhou, Jun Zhuang, Qingpeng Zhang. Gender-specific emotional characteristics of crisis communication on social media: Case studies of two public health crises. *Information Processing & Management*. 2023. Vol. 60 (3). 103299. <https://doi.org/10.1016/j.ipm.2023.103299>.

21. Prucnal-Wójcik Marta, Gulati Nidhi. Children and Families in Times of Crisis. Editorial: Children and Families in Times of Crisis. *Horyzonty Wychowania*. 2023. Vol. 22, № 64. 149 p. <https://doi.org/10.35765/hw.2023.2264.01>.

22. Simpson J.A., Weiner E.S. The Oxford English Dictionary. Volume IV. Clarendon press. Oxford. 1989. P. 1–27.

23. VandenBos Gary (ed.). Dictionary of Psychology. Washington : American Psychological Association. 2015. 265 p.

REFERENCES

1. Busel, T. (2005). Velykyi tлумachnyi slovnyk suchasnoi ukrainskoi movy [Large Explanatory Dictionary of the Modern Ukrainian Language]. *Perun*, 588 [in Ukrainian].

2. Harkusha, I.V., & Dubinskyi, S.V. (2022). Shchodo problemy zhyttievoi kryzy osobystosti [Regarding the problem of the life crisis of the personality]. *Visnyk Universytetu imeni Alfreda Nobelia. Seriya «Pedagogika i psykholohiia»*, 1(23), 49–58. <https://doi.org/10.32342/2522-4115-2022-1-23-6> [in Ukrainian].

3. Dziuba, N. (2014). Entsyklopediia suchasnoi Ukrainy [Encyclopedia of Modern Ukraine]. *Institut entsyklopedychnykh doslidzhen NAN Ukrainy*, 14, 187 [in Ukrainian].

4. Zhuravlova, L.M., & Chebykin, O.Ya. (2004). Emotsiina rehulatsiia diialnosti ta povedinky osobystosti [Emotional regulation of individual activity and behavior]. *Monohrafiia. Astroprynt*, 240 [in Ukrainian].

5. Kosianova, O. (2024). Osoblyvosti perezhyvannia kryz yunatskoho viku v ekstremalnykh umovakh [Peculiarities of experiencing adolescent crises in extreme conditions]. *Nauka i osvita – Science and education*, 2, 54–63. <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2024-2-8> [in Ukrainian].

6. Maruta, N.O., & Fedchenko, V.Yu. (2020). Tryvozno-depresyvni porushennia v strukturi rozladiv adaptatsii (klinika, diahnozyka, terapiia) [Anxiety-depressive disorders in the structure of adaptation disorders (clinic, diagnostics, therapy)]. *Family Medicine*, 10, 23–30. <https://doi.org/10.30841/2307-5112.5-6.2020.224988> [in Ukrainian].

7. Polishchuk, V.M. (2023). Vikovi kryzy v pidlitkovomu i yunatskomu vitsi: bazovi symptomokompleksy [Age crises in adolescence and young adulthood: basic symptom complexes]. *Vydavnytstvo: Universytetska knyha*, 148 [in Ukrainian].

8. Solovei-Lahoda, O.A., & Shel, N.V. (2024). Psykholohichna kryza osobystosti ta sposoby yii opanuvannia [Psychological crisis of personality and ways to overcome it]. *Zhurnal: Naukovi innovatsii ta peredovi tekhnolohii*, 3(31), 16–22. [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-3\(31\)-1369-1381](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-3(31)-1369-1381) [in Ukrainian].

9. Tytarenko, T. (2023). Vyprovuvannia kryzoiu. Odisseia podolannia [The Trials of Crisis. The Odyssey of Overcoming]. *Vydavnytstvo: Koravela*, 248 [in Ukrainian].

10. Chebykin, O.Ya., & Atakhanov, B. (2023). Doslidzhennia emotsiino-osobystisnykh osoblyvostei yak virohidnykh determinant psykholohichnoi kryzy v molodi [Research on emotional and personal characteristics as probable determinants of psychological crisis in youth].

Nauka i osvita – Science and education, 2, 95–103. <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2023-2-14> [in Ukrainian].

11. Bazrafshan Mohammad-Rafi, Bargrizaneh Farshad, Sarvi Fatemeh & SarviShow Fatemeh. (2024). Psychological distress and coping skills used by individuals in the crisis caused by the COVID-19 pandemic. *Journal of Education and Health Promotion*, 13(1), 1–15. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_759_23 [in English].

12. Beck, A.T. (1967). Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects. New York: *Harper & Row*, 370 [in English].

13. Caplan, G. (1964). Principles of Preventive Psychiatry. New York: *Basic Books*, 304 [in English].

14. Cattell, R.B. (1957). Personality and Motivation Structure and Measurement. New York: *World Book*, 948 [in English].

15. Fatchurrahmi, R., & Urbayatun, S. (2022). The Role of Emotional Intelligence in Quarter Life Crisis in Final Year Students. *Journal of Theoretical and Applied Psychology*, 13(2), 102–113. <https://doi.org/10.26740/jptt.v13n2.p102-113> [in English].

16. Hamilton, M. (1960). A rating scale for depression. *Journal of Neurology, Neurosurgery, and Psychiatry*, 23, 56–62 [in English].

17. Jacobson, G.F. (1979). Crisis-oriented psychotherapy. *American Journal of Psychiatry*, 136(5), 548–552 [in English].

18. Lass-Hennemann Johanna, Sopp Roxanne, Ruf Norma & Equit Monika. (2024). Generation climate crisis, COVID-19, and Russia–Ukraine–War: global crises and mental health in adolescents. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 33, 2203–2216. <https://doi.org/10.1007/s00787-023-02300-x> [in English].

19. Lazarus, R.S. (1991). Emotions and Adaptation. New York: *Oxford University Press*, 557 [in English].

20. Lifang, Li, Jiandong, Zhou & Jun, Zhuang, Qingpeng, Zhang. (2023). Gender-specific emotional characteristics of crisis communication on social media: Case studies of two public health crises. *Information Processing & Management*, 60(3), 103299. <https://doi.org/10.1016/j.ipm.2023.103299> [in English].

21. Prucnal-Wójcik, Marta, Gulati, Nidhi. (2023). Children and Families in Times of Crisis. Editorial: Children and Families in Times of Crisis. *Horyzonty Wychowania*, 22(64), 149. <https://doi.org/10.35765/hw.2023.2264.01> [in English].

22. Simpson, J.A., & Weiner, E.S. (1989). The Oxford English Dictionary. *Clarendon press*. Oxford, IV, 27 [in English].

23. VandenBos Gary (ed.) (2015). APA Dictionary of Psychology. Washington: *American Psychological Association*, 265 [in English].

Oleksiy Chebykin,

*Doctor of Psychological Sciences, Professor,
Full Member of National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine,
Professor at the 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/0000-0001-7905-2708>*

Bakhtiiar Atakhanov,

*Postgraduate Student at the Department of Theory and Methodics 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/0000-0002-1078-7092>*

MANIFESTATION OF CRISIS STATES IN YOUTHFUL PERSONS

The article, based on theoretical and empirical research, summarizes various interdisciplinary approaches to understanding the psychological content of a crisis state, taking into account the purpose of the study. The main trends of modern research that reveal the specifics of the manifestation of various crisis states are highlighted. A methodology for diagnosing the psychological features of the manifestation of a crisis state in modern conditions of youth life is built. Based on empirical research, it is shown that three levels of psychological crisis state are recorded in youth (excessive, average and optimal). According to the results of factor analysis, it is shown that each level of manifestation of a crisis state is characterized by certain complexes of emotional and personal characteristics, among which the leading ones stand out. The psychological characteristics of different profiles of emotional and personal characteristics are described, some of which may be duplicated in the selected levels of the crisis state of youth (such as emotionally mature, expressively crisis and situationally regulating). The latter may be important for building an optimal system for preventing and correcting crisis states in youth.

Key words: *levels, emotional and personal characteristics, factors, profiles, characteristics, life activities, anxiety, depression, frustration, emotional maturity.*

Дата першого надходження статті до видання: 26.01.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 02.03.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 15.04.2026