Федеральное агентство по образованию

Государственное образовательное учреждение высшего

профессионального образования

# КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

Кафедра психологии личности и общей психологии

Проявление кризиса у человека

Работу выполнила студентка 5 курса

Факультет управления и психологии

Специальность «психология»

О.А. Маркина

Краснодар 2010

Личностные кризисы – это психические состояния, которые, по определению Н.Д. Левитова, являются целостной характеристикой психической деятельности на определенном отрезке времени, показывающей своеобразие протекающих психических процессов в зависимости от отраженных предметов и явлений, предшествующих состояний и свойств личности. По своей структуре психические состояния – это своего рода синдромы, отличающиеся по знаку (позитивные или негативные), предметной направленности, длительности, интенсивности, устойчивости и одновременно проявляющиеся в познавательной, эмоциональной, волевой и других сферах психики. [5]

Анализ показывает, что основными психологическими характеристиками личностного кризиса являются отчаяние, одиночество, страх, изменение системы ценностей, повышенная тревожность и т.д. Данный список хорошо согласуется как с фактами, приведенными в литературных источниках [3, 7].

В задачу психолога входит и помощь человеку в отыскании позитивных сторон кризисного состояния, настоящего момента жизни, так как человек обычно в такой ситуации склонен к преувеличению собственных проблем, тревожному и депрессивному тону настроения, не замечая новых возможностей для личностного роста. [1, 2]

Нельзя забывать о том, что психика имеет возможности к сохранению стабильности, и все же работа с кризисными состояниями трудна, так как «источники проблем, в принципе, бесконечны, потому что отзывается на них организм, хранящий в своей памяти все нюансы индивидуальной биографии, травмы рождения, и в потенции – всю боль и бессознательность мира». [4]

Подростковый кризис связан с половым созреванием ребенка. Активизация половых гормонов и гормонов роста свойственна на этом возрастном этапе. Быстрый рост организма, появление вторичных половых признаков. Из-за быстрого роста могут возникнуть проблемы с сердечно-сосудистой деятельностью, с работой легких и т.д. Эмоционально-нестабильный фон в этом возрасте усиливает сексуальное возбуждение, которое сопровождает половое созревание.

Подростки ориентируются в поведении на образцы мужественности или женственности. Следовательно, повышается интерес к своей внешности и формируется некое новое видение себя. Данному возрасту характерны сильные переживания по поводу своей неидеальной внешности.

Одно из важнейших новообразований - ощущение взрослости. В подростковом возрасте возникает сильное желание - быть или хотя бы казаться взрослым и самостоятельным. Подростки не делятся с родителями какой-либо информацией о личной жизни, часто возникают ссоры и конфликты со взрослыми. Главный круг общения в данный период - это сверстники. Интимно-личностное общение занимает главное место в жизни подростка. Также данному возрасту свойственно объединяться в неформальные группы.

К. 16 лет.

Подростковый возраст - сложное время как для самого индивидуума, так и для окружающих его людей.

Согласно психоаналитическому типу объяснения проблемы, у девушки сейчас происходит кризис идентичности, то есть поиск ответа на вопрос "кто я в различных жизненных и социальных ситуациях" и сведение всех этих ролей во внутренне непротиворечивый комплекс.

Выделяются две стадии подросткового кризиса – негативная и позитивная. Проявления кризиса могут быть различными. Подавляющее большинство проблем подросткового периода решается путем повышения самооценки.

У К. на данном этапе происходят физиологические изменения в организме, которые определяются половым созреванием. Эти изменения обозначаются термином "пубертат" (от лат. pubescere - покрытый волосами) - совокупность биологических изменений, происходящих в организме подростка, которые влияют как на его восприятие другими людьми, так и на его самовосприятие, в особенности на образ собственного тела.

У девушки уже произошло разрушение эмоциональных связей с родителями, поскольку происходил поиски объекта любви, которые выходят за пределы семьи. И чтобы она смогла в будущем полюбить другого человека и создать со временем новую семью, в душе его должно было освободиться место, занимаемое родителями.

Психоаналитический подход объясняет некоторые феномены, свойственные девушке на данном этапе:

* обожание знаменитостей (кинозвезд и т.д.) как превращенная любовь к родителям, свойственная ранним фазам развития ребенка;

К. без умолку рассказывала о Т.К., как о самом удивительном и прекрасном человеке, лучшем актере Голливуда.

* резкие перепады между крайностями в поведении как возврат к инфантильным проявлениям (неуравновешенность мыслей и чувств и т.д.).

В разговоре у девушки несколько раз резко координально менялась интонация и мимика лица – от умиления до неадекватной агрессии.

К. описывала ситуации, когда она чувствует себя обязанной провести вечер с матерью, у которой возникли какие-то проблемы, и в то же время она стремится на свидание с другом, к которому испытывает нежные чувства.

У. девушки путь социализации и освоения новых социальных ролей сопряжен с метаниями, неуверенностью, непоследовательностью, конфликтами и другими трудностями ролевого выбора. Если в детстве роли для К. определяли взрослые, то с наступлением юности возникает задача самостоятельного выбора и интерпретации ролевого поведения. При этом у неё непременно возникают ролевые конфликты.

Данную проблематику описывает социально-психологический подход, когда главными понятиями в анализе юности являются социализация и роль. У индивидуума появляется множество возможностей в плане как выбора, так и принятия новых социальных ролей. Ослабление влияния прежних авторитетов и открывающаяся возможность экспериментирования в области социально-ролевого поведения часто приводит к возникновению у молодых людей сомнений и нерешительности. Другими словами, этот подход объясняет особенности юношеского развития процессом смены ролей.

В разговоре было выявлено, что К. уже прошла негативную фазу кризиса – переход к новому типу отношений в условиях, когда сдвиги в развитии личности ребенка в начале подросткового периода опережают появление соответствующих им изменений в отношениям со взрослыми. Девушка путем разных форм неподчинения взрослому ломала прежние, детские отношения с ним и навязывала новый тип взрослых отношений, которым объективно принадлежит будущее (только при таких отношениях может развиваться социальная взрослость подростка).

И на данном жизненном этапе у неё осуществляется появление новых интересов. Т.е. происходит позитивная фаза - из многообразия интересов постепенно, путем дифференциации, выбирается и укрепляется некоторое основное ядро интересов.

У К. не проявляется негативизм, нет как негативной установки по отношению ко всему окружающему, в том числе к предметам недавнего интереса.

Осуществляется интеллектуализация как средство психологической защиты, которое состоит в погружении в абстрактные, философские вопросы и восприятие их как предметов непосредственного интереса часто отражают личное, глубоко затаенное чувство беспокойства.

Была выявлена склонность к анализу (в том числе к безжалостному анализу окружающих - родителей, учителей и т.д.) и самоанализу в сочетании с крайней эгоцентричностью – еще одно проявление подросткового кризиса. Девушка рассказывала, как часами проводит время перед зеркалом и всегда уверена, что произведет не просто значимое, а неизгладимое впечатление на других.

Для К. очень важно мнение ровесников в вопросах моды, развлечений. Согласно динамике самооценке по возрастам в 16 лет у К. впервые появляются собственные представления о том, что для подростка наиболее важно.

Подводя итог беседы с К., можно сказать, что кризис - это своеобразная реакция личности на ситуации, требующие от нее изменения способа бытия - жизненного стиля, образа мышления, отношения к себе, окружающему миру и основным экзистенциальным проблемам. У К. кризис способствует ее развитию, то становлению личности. Кризис - это ответ на зов потенциальных возможностей личностного роста. Любой кризис уже заложен в основном свойстве личности - стремлении развиваться и самосовершенствоваться, то есть постоянно изменяться.

Библиографический список

1. Ильина В.Н. Психологическая коррекция и психотерапия в «критические» возрастные периоды// Психология и практика. Ежегодник РПО. Т.4, вып.4. Ярославль, 1998. С. 297 – 299.

2. Козлов В.В., Бубеев Ю.А. Измененные состояния сознания: психология и физиология. М.: МАПН, 1997. С. 197.

3. Козлов В.В. Социальная работа с кризисной личностью. Методическое пособие. Ярославль, 1999. С. 303.

4. Козлов В.В. Теоретические и экспериментальные основы интенсивных интегративных психотехнологий в социальной психологии. Дис. докт. психол. наук. Ярославль, 1999.

5. Лазебная Е.О. Некоторые методологические проблемы изучения адаптации после воздействия экстремального (травматического) стресса// Психология и и практика. Ежегодник РПО. Т. 4, вып. 5. Ярославль, 1998. С. 6 – 13.