

ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ПРИВАТНИЙ ЗАКЛАД
«ДНІПРОВСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»

Кафедра ПСИХОЛОГІЇ

На правах рукопису

КЛЕЖНЬОВА ЮЛІА ОЛЕГІВНА

ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ КРИЗИ СЕРЕДИНИ ЖИТТЯ В
СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ

Спеціальність 053 Психологія
(код) (назва спеціальності)

Освітня програма Психологія
(назва)

Кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня магістра

Науковий керівник:
Шевякова О.В.,
кандидат психологічних наук,
доцент

РЕКОМЕНДОВАНО ДО ЗАХИСТУ

Протокол засідання кафедри

№ 6 від 01.02.2022

Завідувач кафедри


(підпис) Людмила ПРИСНЯКОВА
(І'мя, ПРИЗВИЩЕ)

Дніпро, 2022

**ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ПРИВАТНИЙ ЗАКЛАД
«ДНІПРОВСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»**

Кафедра	психології
Освітній ступінь	бакалавр
Спеціальність	053 психологія
Освітня програма	психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри
психології

Людмила ПРИСНЯКОВА


(підпис)

«10» лютого 2022 року

ЗАВДАННЯ НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ

КЛЕЖНЬОВА ЮЛІЯ ОЛЕГІВНА

(прізвище, ім'я, по батькові здобувача вищої освіти)

1. Тема роботи «Особливості переживання кризи середини життя в сучасному суспільстві».

2. Науковий керівник кандидат психологічних наук, доцент

Шевякова Олена Валеріївна.

(прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь, вчене звання)

3. Строк подання роботи на кафедру 14.02.2022р

4. Мета кваліфікаційної з'ясувати особливості перебігу кризи роботи

особистості та отримати їх психологічні чинники; розкрити індивідуально психологічні параметри протікання кризи середнього віку у жінок.

5. Завдання випускної кваліфікаційної роботи

1. Розкрити психологічний зміст вікової кризи як передумови регресу або прогресу особистості.

2. Проаналізувати феноменологію кризи середини життя у жінок.

3. Виявити чинники, що впливають на протікання кризи середини життя у жінок.

4. Здійснити емпіричне дослідження особливостей перебігу кризи середнього віку у жінок.

5. Провести аналіз результатів емпіричного дослідження та вивчити особливості їх впливу на психічне здоров'я особистості.

ЗМІСТ

ВСТУП	5
РОЗДІЛ 1. ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕБІГУ КРИЗИ ОСОБИСТОСТІ	9
1.1. Поняття кризи у дорослої людини.....	9
1.1.1. Періодизації розвитку дорослої людини.....	17
1.2. Вплив кризових і стабільних періодів життя людини на процес соціалізації у суспільстві.....	19
1.3. Види кризи.....	37
1.3.1. Кризі ідентичності.....	37
1.3.2. Мотиваційна криза.....	39
1.3.3. Криза духовного розвитку.....	43
1.3.4. Криза професійного самовизначення переоцінка професійної кар'єри.....	49
РОЗДІЛ 2. ІНДИВІДУАЛЬНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ТА ПЕРЕБІГУ КРИЗИ СЕРЕДНЬОГО ВІКУ У ЖІНОК.....	56
2.1. Індивідуальні особливості фізіології жінок	56
2.2. Особливості фізіології жінок.....	62
2.3. Планування й вибір життєвого шляху	67
2.4. Психологічні аспекти проектування професійної кар'єри.....	69
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗМІН ЕМОЦІЙНО-ОЦІННОГО І СМСЛОВОГО АСПЕКТІВ САМОСВІДОМОСТІ ЖІНОК ПІД ВПЛИВОМ КРИЗИ СЕРЕДИНИ ЖИТТЯ.....	83
3.1. Організація та обґрунтування методів дослідження	83
3.2. Аналіз та інтерпретація отриманих результатів.....	87
3.2.1. Інтерпретація результатів по методиці дослідження само відношення С,Р Пантелеева.....	87
3.2.2. Результати діагностики по методиці сенсожиттєвих орієнтацій.....	91
3.2.3. Результати діагностики по методиці Бажіна Е.Ф. – рівень суб'єктивного контролю.....	94

3.2.4. Результати діагностики по методиці само актуалізації.....	97
ВИСНОВКИ.....	106
ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ	118
ДОДАТКИ	127

ВСТУП

Актуальність дослідження. У сучасній психологічній літературі поняття віку визначається в контексті взаємодії людини з суспільством і по завданнях розвитку, які пред'являє співтовариство до кожного віку. Якщо на перших порах завдання розвитку пред'являє соціальне оточення у вигляді батьків, педагогів, однолітків і тому подібне, то з віком, у міру розвитку, ця функція все більше лягає на саму людину, на його ціннісні орієнтири і потреби. За точним визначенням Герардуса Хейманса, при успішному вирішенні вікових завдань розвитку людині надається право діяти на свій розсуд.

Проблемі кризи, зокрема вікової присвячені праці: Виготського Л.С. [14], Козлова В.В. [27], Крайга Г. [30], Кулагіна І.Ю. [31], Колюцкогo В.Н. [33], Толстих А.В. [68], Хьелла Л. [74], Шихи Г. [76]. Еріксона Е. [78].

У культурно-історичній теорії Л.С. Виготського розрізняються стабільні і критичні віки людини. Стабільний період визначається гармонією між середовищем і відношенням людини до неї, а критичний період - дисгармонією, протиріччям.

Кризи дорослості менш, ніж в дитинстві, залежать від хронологічного віку і більшою мірою визначаються особистими обставинами життя людини; вони можуть готуватися поступово або виникати раптово в разі різкої зміни в соціальній ситуації розвитку - системі стосунків між суб'єктом і соціальною дійсністю що оточує його.

Можливість розрізнення стабільних і критичних віків дає аналіз соціальної ситуації розвитку, в структуру якої окрім об'єктивної позиції суб'єкта в системі соціальних і між особистих стосунків і «ідеальної форми» розвитку, заданою системою прав, обов'язків, вимог до поведінки і діяльності суб'єкта, певних чекань і санкцій, входить також і «внутрішня позиція» суб'єкта, що відображає його відношення до своєї об'єктивної соціальної позиції, міру її прийняття і освоєння, характер уявлень про себе і стосунки з

іншими.

У своїх дослідженнях Е. Еріксон популярно і чітко виклав свою концепцію життєвого циклу. Він створив схему, що показує, як послідовно розгортається життя. Кожна ступінь закінчувалася кризою. Причому «криза» розглядалася не як катастрофа, а як переломний момент, період, пов'язаний із загостреною чутливістю і підвищеним потенціалом. Е. Еріксон обережно зазначив, що не розглядає всі розвиток людини як серію криз.

Однак він вважав, що психічний розвиток особистості відбувається в процесі проходження через критичні точки. «Критична точка» характеризує моменти ухвалення прогресивних або регресивних рішень. У цих точках людина домагається досягнень чи зазнає невдачі, отримуючи майбутнє дещо краще або дещо гірше, але в кожному разі змінене.

Криза приводить до необхідності нових стосунків між суб'єктом і соціальною дійсністю. Перехід до нової соціальної ситуації розвитку задається результатом вікового розвитку в стабільний період - новоутворенням - новою здатністю, яка приводить до перебудови структури особи, свідомості. Перебудова структури свідомості означає новий характер сприйняття зовнішньої дійсності і діяльності в ній, новий характер сприйняття внутрішнього життя людини і внутрішньої активності психічних процесів.

Криза середини життя можна сказати що це перше підведення підсумків характеризується переоцінкою власних цінностей і переосмислення життєвих цілей, стосунків з тими, що оточують, способу життя, результатом чого повинне стати вироблення нового «образу Я» і приведення особи у відповідність з умовами життя, що змінилися. Розв'язання кризи середини життя залежить від здатності людини визнати власні помилки відносно потреб, що склалися, і установок, привести до адекватного співвідношення свої можливості і бажання, встановити адекватний рівень домагань, знайти інші дороги досягнення поставлених цілей або переформулювати їх в рамках реалістичнішої точки зору.

Таким чином, в період життя 27-33 років можуть спостерігатися зміни як в зовнішньому (робота, сім'я, соціальні ролі), так і у внутрішньому (цілі, прагнення, образ Я) аспекти, які можна вважати проявом кризи середини життя, під впливом якого відбуваються зміни в структурі свідомості особистості.

Об'єкт дослідження: феномен життєвої кризи особистості.

Предмет дослідження: феномен кризи середини життя у жінок.

Мета роботи: з'ясувати особливості перебігу кризи особистості та отримати їх психологічні чинники; розкрити індивідуально психологічні параметри протікання кризи середнього віку у жінок.

Завдання:

1. Розкрити психологічний зміст вікової кризи як передумови регресу або прогресу особистості.
2. Проаналізувати феноменологію кризи середини життя у жінок.
3. Виявити чинники, що впливають на протікання кризи середини життя у жінок.
4. Здійснити емпіричне дослідження особливостей перебігу кризи середнього віку у жінок.
5. Провести аналіз результатів емпіричного дослідження та вивчити особливості їх впливу на психічне здоров'я особистості.

Гіпотеза дослідження: гіпотезою дослідження є припущення про існування вікових та статевих особливостей перебігу кризи середнього віку.

Методи дослідження:

У роботі використані загальнонаукові теоретичні методи (аналіз, синтез, порівняння, узагальнення психологічних досліджень по темі роботи); емпіричні методи (спостереження та психодіагностика); математико-статистичні методи (метод середніх значень та кореляційний аналіз).

Психодіагностичний метод передбачає використання конкретних методик:

1. Методика дослідження само відношення (С.Р. Пантілеєв).

2. Тест смисложиттєвих орієнтацій (Д.О. Леонтьєв).
3. Самоактуалізаційний тест. (Дж. Роттер)
4. Опитувач рівня суб'єктивного контролю (Е.Ф. Бажин, Е.А. Голинкіна, А.М. Еткінд).

Практичне значення одержаних результатів полягає в тому що здійснен структурний аналіз показників по указаних методиках на етапі розвитку особистості - етапі середнього віку. Результати дослідження можуть бути використані при розробці освітньо-просвітницьких програм та в діяльності практичного психолога.

Теоретичне значення полягає в тому що уточнено трактування перебігу кризи середнього віку; поглиблено уявлення про вплив індивідуальних чинників на специфіку перебігу вікової кризи. Показано значення особливостей перебігу кризи у жінок.

Публікація VII Международная научно-практическая конференция "TOPICAL ISSUES OF MODERN SCIENCE, SOCIETY AND EDUCATION", 29-31 января 2022 года Харьков, Украина. Клежньова Юлія «Особенности переживания кризиса середины жизни в современном обществе».

Обсяг та структура роботи: робота складається: зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел (105). Робота викладена на 161 сторінці, ілюстрована 6 таблицями, містить 10 рисунків.

ВИСНОВКИ

Практична значущість даної роботи пов'язана з питаннями розвитку в зрілому віці і важливого аспекту розвитку - підвищення потенціалу особи, окрема психологічній стійкості, опірності, врівноваженості, соціальній адаптації. Криза це можливість для особистості, можливість або вибрати шлях прогресу і започаткування нових можливостей або вибрати шлях стресу. Це залежить на першу чергу від відношення до кризового стану і періоду, якими очами людина буде дивитися на зміни у своєму житті такий вихід вона і знайде. Вивчення зовнішніх і внутрішніх змін в житті дорослої людини дозволить розробляти відповідні психопрофілактичні заходи, необхідні для роботи з людьми даного віку, ті що допомагають людині зрозуміти, що саме закриває її від свідомості її слабкі сторони.

Криза приводить до необхідності нових стосунків між суб'єктом і соціальною дійсністю. Перехід до нової соціальної ситуації розвитку дається результатом вікового розвитку в стабільний період - новоутворенням - новою здатністю, яка приводить до перебудови структури особи, свідомості. Перебудова структури свідомості означає ший характер сприйняття зовнішньої дійсності і діяльності в ній, новий характер сприйняття внутрішнього життя людини і внутрішньої активності психічних процесів.

Криза середини життя можна сказати що це перше підведення підсумків характеризується переоцінкою власних цінностей і переосмислення життєвих цілей, стосунків з тими, що оточують, способу життя, результатом чого повинне стати вироблення нового образу Я і приведення особи у відповідність з умовами життя, що змінилися, Розв'язання кризи середини життя залежить від здатності людини визнати власні помилки відносно потреб, що склалися, і установок, привести до адекватного співвідношення свої можливості і бажання, встановити адекватний рівень домагань, знайти інші дороги досягнення поставлених цілей або переформулювати їх в рамках реалістичнішої точки зору.

Фізіологічний розвиток жінок має свої вікові особливості, до цих особливостей ми можемо віднести наявність місячних менструальних циклів, наявність дітородної функції, вагітність, народження й вигодування дитини, настання клімаксу - біологічні процеси, які не лише спричиняють зміни в організмі жінки, а й супроводжуються, досить часто, погіршенням здоров'я, впливають на її емоційно-вольовий, психічний стан. Таким чином породні функції жінок спричиняють вплив на розвиток особливої жіночої особистості.

Кожна людина намагається в міру своїх сил довести свою унікальність, вивчення свого «Я» займають наше внутрішнє життя. Визначення своєї ідентичності, своєї ролі у суспільстві, сім'ї також впливає на емоціональний стан жінки і усвідомлення шляхів подолання кризи середини життя.

Усвідомлене або неусвідомлене незадоволення самореалізацією може викликати душевний дискомфорт, здолати яка людина може намагатися за допомогою участі в різних групах духовної практики, релігійних общинах - в кращому разі, або в сектах різної спрямованості - в гіршому. Особливо не стосується жінок, для яких, через специфіку соціально-економічної ситуації в країні, закрито багато доріг професійної самореалізації. Неувага по цих процесів може викликати негативні явища в державі і суспільстві.

Знаходження дійсної причини а не той що здається являється початком і дуже істотним для подолання кризи успішним і позитивним шляхом.

Вважаємо що духовний розвиток є вирішальним. Людина знаходиться на роздоріжжі чи життя зменшується разом з біологічними функціями, або піднімається в абсолютно нові сфери, де пробуджуються абсолютно інші творчі сили, що роблять можливою другу кульмінацію творчих сил людини.