

МОДЕЛЬ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ СМИСЛОВОЇ КРИЗИ ОСОБИСТОСТІ ТА ЇЇ ПОДОЛАННЯ НА ПРИКЛАДІ ВОЛОНТЕРІВ

A MODEL OF EMPIRICAL RESEARCH OF THE MEANING CRISIS AND ITS OVERCOMING AS EXEMPLIFIED BY VOLUNTEERS

У статті досліджується проблема смислової кризи особистості та шляхи її подолання на прикладі волонтерів, які виконують соціально значущу діяльність в умовах сучасних викликів. Актуальність теми зумовлена зростанням значення волонтерської діяльності в контексті допомоги уразливим верствам населення, що постраждали від воєнних дій, та водночас значним ризиком виникнення у волонтерів кризових станів, пов'язаних із втратою життєвого сенсу. У роботі відображено, що в рамках української психологічної науки проблема смислової кризи розглядалася як окремий підрозділ кризової психології, а в закордонних дослідженнях криза сенсу розглядається як невротичний стан. Визначено, що в контексті військових дій подолання смислової кризи волонтерами потребує додаткового вивчення, тому що є однією з умов інтелектуального та особистісного розвитку особистості, визначаючи її життєву позицію як гуманістичну. У роботі аналізуються ключові аспекти смислової кризи, такі як «екзистенційна тривога», «життєстійкість», «ціннісно-сміслові орієнтації», «структура особистості» та «соціально-демографічні показники». Запропоновано системну модель смислової кризи особистості та її подолання, яка інтегрує різні підсистеми, що впливають на формування та подолання кризових станів у волонтерів. Для кожної з підсистем запропоновано відповідні психодіагностичні методики, а саме: авторська соціально-демографічна анкета, методика «Види екзистенційної тривоги» В. Ван Брюггена (в адаптації В. Кучиної), методика «Тест життєстійкості» С. Мадді, методика «Ціль у житті» Дж. Крамбо та Л. Махолька, методика WOCQ Р. Лазаруса та С. Фолкмана (у модифікації Н.В. Родіної), методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча, методика «П'ятифакторний опитувальник особистості» Р. МакКрає та П. Коста. Результати дослідження спрямовані на виявлення смислової кризи особистості та її подолання. Особливу увагу приділено верифікації за допомогою психодіагностичних методик розробленої моделі для відновлення та збереження особистісних ресурсів особистості волонтерів. Запропонована модель може слугувати основою для подальших наукових розробок для подолання смислової кризи у особистості.

Ключові слова: смислова криза особистості, волонтерська діяльність, модель смислової кризи особистості та її подолання, екзистенційна тривога, життєстійкість, ціннісно-сміслові орієнтації, структура особистості, копінг-стратегії, подолання кризи, верифікація моделі.

The article presents research of the problem of the crisis of meaning of personality and the ways to overcome it, using volunteers as the sample group. The importance of the topic is conditioned on the growing social importance of volunteer personnel in the face of the modern challenges. The aid to the vulnerable groups of the population, that suffered as the result of war, is connected to the high risk of emergence of critical psychological states in the personnel performing the aid. Such critical states are often connected to the loss of meaning of life. The article shows the main approaches to the problem of crisis of meaning in modern psychology. The Ukrainian scientific approach considers it to be a separate subject of the crisis psychology, while the foreign psychological studies present crisis of meaning as a neurotic state. The article shows that in the context of military activity the overcoming of the crisis of meaning by volunteers requires additional research, since it is one of the conditions of intellectual and personal growth of a personality, stating its life alignment as humanistic. The article analyses the key aspects of the crisis of meaning like "existential anxiety", "hardiness", "value and meaning orientation", "structure of personality" and "socio-demographic characteristics". A model of the crisis of meaning and its overcoming is proposed in the research. It integrates different subsystems that influence the processes of formation and overcoming of the crisis of meaning in volunteers. The relevant psychodiagnostics tools are proposed for each subsystem, namely author's socio-demographic questionnaire, "Existential Concerns Questionnaire" by Vincentius Van Bruggen (adapted by V. Kuchyna), "Hardiness Questionnaire", by S. Maddi, "Purpose-in-Life" by J. Crumbaugh and L. Maholick, "WOCQ" by R. Lazarus and S. Folkman (adapted by N. Rodina), "Rokeach Value Survey" by Milton Rokeach, "Revised NEO Personality Inventory" by P. Costa and R. McCrae. The results of the research aim at the diagnostic of the crisis of meaning and its overcoming. Special attention is given to the verification of the developed model via psychodiagnostics toolkit in order to increase the effectiveness of volunteer work as well as the preservation and renewal of personality's resources. The proposed model can be used in the future scientific research of the overcoming of the crisis of meaning of personality.

Key words: crisis of meaning of personality, volunteer personnel, model of crisis of meaning of personality and the ways of its overcoming, existential anxiety, hardiness, orientations of values and meaning, structure of personality, coping strategies, overcoming of a crisis, verification of a model.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208>.

2024.67.25

Кононенко К.О.

аспірант кафедри диференціальної і спеціальної психології
Одеський національний університет
імені І.І. Мечникова

Постановка проблеми. У сучасних умовах глобальної нестабільності, прискорених соціальних і технологічних змін, а також зростаючої невизначеності майбутнього проблема втрати сенсу життя набуває особли-

вого значення. Смислова криза особистості пов'язана з внутрішніми суперечностями, відсутністю життєвих орієнтирів та емоційним виснаженням, стає одним із чинників, що впливають на психологічне благополуччя,

професійну продуктивність і якість життя особистості.

Дослідження показують, що смислова криза може супроводжуватися станами тривоги, депресії, апатії та відчуттям екзистенційної порожнечі. Ці стани актуальні як для індивідуальної, так і для групової психології, впливаючи на суспільні процеси, такі як зниження рівня залученості та соціальної солідарності. Такі особливості волонтерської діяльності, як висока емоційна залученість, невизначеність результатів праці та обмежені ресурси, створюють передумови для формування смислової кризи особистості. Ці переживання можуть бути пов'язані з невідповідністю очікувань і реальності, відчуттям власного безсилля перед масштабом соціальних проблем або відсутністю визнання.

Це визначає актуальність нашого дослідження, присвяченого аналізу чинників, що сприяють виникненню смислової кризи та її подолання на прикладі волонтерів, і вивченню підходів, які дають змогу долати цей стан. Особливу увагу приділено науковим пошукам, спрямованим на відновлення та збереження особистісних ресурсів, розвиток рефлексії та створення підтримуючого соціального середовища, що робить роботу не лише теоретично значущою, а й практично корисною.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Розуміння «смислової кризи» як окремого підвиду «життєвої кризи» у психології має досить різноманітну спрямованість залежно від змісту, характеру психологічної проблематики. Але смислове навантаження різної термінології і класифікації має однорідну структуру, а процес перебігу кризового стану та зміни, що відбуваються у психіці особистості під час його протікання, є тотожним будь-якому різновиду кризи.

У вітчизняній психології проблему смислової кризи розглядали такі вчені, як Т. Титаренко, С. Максименко, В. Кучина, Л. Гримак, А. Овсичка, Г. Чайка, Л. Матвієнко, Л. Романюк, А. Лазарук, Л. Корецька, І. Попова, Дж. Розицька-Тран та ін. [5; 10; 11; 17]. Так, за визначенням В. Зливкова, кризу визначають як «важкий психологічний стан, який спричинений стресовою подією, як реакцію особистості на ситуацію, що вимагає від неї зміни способу буття, а саме: способу мислення, життєвого стилю, ставлення до себе, до світу й основних екзистенціальних проблем» [1]. Криза характеризується труднощами засвоєння нових життєвих ролей або ускладненням із можливістю позбутися старої життєвої ролі. Іншим випадком дисгармонійного розвитку особистості може бути «нерозвинутість важливих психологічних ролей особистості, що пов'язане з нерозвиненістю її важливих соціальних функцій» [10].

С. Максименко, своєю чергою, розглядає феномен кризи як «складний і багатовимірний стан, який мобілізує творчий потенціал особистості, захоплюючи при цьому різні підструктури організму» [5]. Результатом цього стану можуть бути різноманітні емоційні та функціональні прояви, які спрямовано на адаптацію особистості до нових умов буття, мети життя, ціннісної структури або нового образу Я [5]. Своєю чергою, смислова криза пов'язана з відчуттям глобальної втрати смислу життя, самотності та безнадійності власного існування. У цей період загострюється переживання минулих травматичних подій, розчарування у власних досягненнях та тривога відносно майбутнього [5]. Такі кризи зазвичай пов'язані з актуалізацією у особистості неусвідомлених потреб, які спрямовують її до трансцендентних переживань. Ці процеси суб'єктивно переживаються особистістю як втрата сенсу свого життя, своєї ідентичності та автентичності.

У закордонних дослідженнях смислова криза особистості вивчалася такими вченими, як В. Франкл, І. Ялом, Б. Прайдлі, Дж. Златев, П. Вонг, М. Селігман, М. Чиксентміхайї, Л. Кінг, С. Мадді, Дж. Хікс, Б. Уолман [4; 13; 19–22]. Так, В. Франкл синонімізував смислову кризу з екзистенційним неврозом і бачив в її корені відсутність смислу життя в особі, а її подолання відбувається через «рефлексію душевних страждань, негативних переживань, самотності, роздумів над смислом життя завдяки мужньому вибору інших шляхів будування майбутнього й участі у творчій діяльності» [16].

С. Мадді розглядає смислову кризу як «екзистенціальну хворобу» яка є результатом всеохоплюючої невдачі під час пошуку смислу життя [4]. Дослідник зазначає, що основним компонентом цього стану є «безглуздість» або хронічна нездатність проникнутися істинністю, важливістю, корисністю або цікавістю будь-чого, у чому особистість бере участь. Б. Уолман визначає кризу сенсу життя аналогічно: «Нездатність знайти сенс у житті, почуттям, що у особистості нема для чого жити, нема за що боротися, нема на що сподіватися... вона не може знайти мету чи напрям у житті, відчуття, що як не видихайся на роботі, надихатися нічим» [21].

Виклад основного матеріалу дослідження. Виходячи із заявленої проблематики, її актуальності та недостатньої розробленості у психологічній літературі, мета статті полягає у створенні моделі емпіричного вивчення психологічних особливостей смислової кризи особистості та її подолання на прикладі волонтерів неурядових організацій.

Волонтерство в Україні набуло масового характеру у сфері соціального захисту населення, яке постраждало від воєнних дій, а також

значної допомоги військовим. За визначенням Т. Лях, волонтерська діяльність є «типом соціально схваленої та визнаної діяльності, різновидом безкорисної суспільної поведінки, яка характеризується моральним і творчим рівнями соціальної активності, виражається у будь-яких суспільно корисних заходах із метою зміни навколишнього середовища» [3]. Така діяльність найчастіше є відповіддю на відсутність досконалої системи надання соціальних послуг уразливим верствам населення [2] і характеризується відсутністю спеціалізованих професійних навичок, які є необхідними для її реалізації, добровільним характером діяльності, спрямованістю на задоволення суспільно корисних потреб, а також відсутністю мотивації до отримання певної матеріальної компенсації у результаті цієї діяльності, оскільки її замінюють інші види персональної мотивації. [3]. Також Л. Матвієнко та К. Алексиченко визначено, що волонтери мають низькі показники егоцентричної мотивації та прагнення до влади, більше цінують традиції та соціальні контакти [6]. Волонтерство спонукає до розуміння, терпимості, доброти і разом із тим – до самостійності, незалежності думок і дій, можливості вибору способу самореалізації. Ціннісно-мотиваційна сфера осіб, зайнятих волонтерською діяльністю, характеризується наявністю чіткого, диференційованого уявлення про власні цілі, альтруїстичною спрямованістю, високим рівнем розвитку національної свідомості. Саме це визначає необхідність мобілізації особистісних ресурсів волонтерів для подолання критичних станів, які виникають під час виконання діяльності. У зв'язку із цим актуальною, на нашу думку, є перспектива подальших досліджень психологічних детермінант волонтерської діяльності.

Для з'ясування психологічних особливостей смислової кризи особистості та її подолання на прикладі волонтерів треба розглянути детермінацію та реалізацію смисложиттєвої кризи та її подолання, яку репрезентовано у вигляді системної моделі. Системний підхід у науковому пізнанні являє собою «напрямок методології наукового пізнання, в основі якого лежить розгляд об'єкта як системи: цілісного комплексу взаємопов'язаних елементів; сукупності взаємодіючих об'єктів; сукупності сутностей та відносин» [12]. На думку Н.В. Родіни, «у психологічній науці активно розвивається цілісне сприйняття психологічних феноменів, тому системний підхід стає загальновищезначною методологічною платформою, на базі якої здійснюється багато різнопланових досліджень усіляких феноменів» [9].

Для побудови моделі, що відбиває системні закономірності психологічних особливостей досліджуваного контингенту, були виділені окремі підсистеми, що характеризують певні

психологічні конструкти. Метою даного дослідження виступає вивчення взаємин між параметрами, що характеризують на змістовному рівні ключові параметри підсистем.

Аналізувалися такі підсистеми:

1. Підсистема «Смислова криза особистості». У загальному сенсі смислова криза особистості – це «складний і багатовимірний стан, який мобілізує творчий потенціал особистості, захоплюючи при цьому різні підструктури особистості» [5].

2. Підсистема «Екзистенційна тривога». Екзистенційна тривога визначається як тривога «коли людина усвідомила смерть, самотність, відсутність сенсу тощо» [17]. Екзистенційна тривога є рушійним важелем у зіткненні людини з кризами та критичними ситуаціями, а екзистенційні ресурси виступають у ролі інструментів, які допомагають їх подолати [11].

3. Підсистема «Життестійкість особистості». Особистісна характеристика життестійкості являє собою систему установок, що мотивують особистість перетворювати стресогенні життєві події на процес особистісного зростання [4]. Вираженість життестійкості перешкоджає виникненню внутрішньої напруги в стресових ситуаціях за рахунок стійкого подолання (hardy coping) стресу та сприйняття стресогенних життєвих подій як менш виражених.

4. Підсистема «Ціннісно-сміслові орієнтації». Ціннісно-сміслові орієнтації є структурним елементом складної, багаторівневої, ієрархічної структури особистості, яка є динамічною у часі. Вони формують смисли та цілі життєдіяльності особистості і регулюють способи їх досягнення [10].

5. Підсистема «Структура особистості». У рамках диспозиційного підходу до трактування особистості П. Коста і Р. МакРає виділяють стійкі якості (риси особистості), які забезпечують постійність поведінки в часі й у різних ситуаціях. П'ять особистісних рис включають у себе «невротизм», «сумлінність», «відкритість до досвіду», «екстраверсію» та «доброзичливість» [14].

6. Підсистема «Соціально-демографічні показники». На думку української дослідниці Л. Петрової, соціально-демографічні чинники є компонентом соціально-психологічних чинників, які пов'язані із задоволеністю професійною діяльністю [7].

На рисунку схематично представлена інтегральна модель психологічних особливостей смислової кризи особистості та її подолання, на якому наочно представлено системні взаємини між вищезазначеними підсистемами. Виходячи з виділених підсистем та взаємин між ними, і буде проводитися подальший аналіз даних та верифікація розробленої моделі.

1. Для підсистеми «Екзистенційна тривога» було застосовано: Види екзистенційної три-

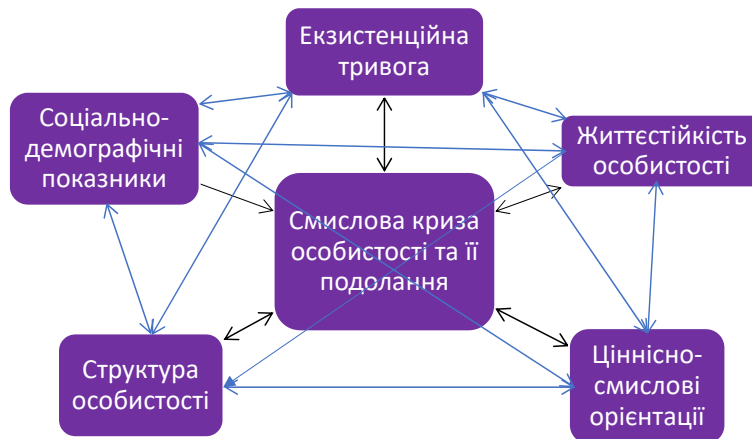


Рис. 1. Модель смислової кризи особистості та її подолання

воги В. ван Брюггена [22], яка була адаптована В. Кучіною у 2020 р. [17]. Методику спрямовано на диференціацію видів екзистенційної тривоги за п'ятьма шкалами (страху смерті, самотності, ідентифікації, сенсу життя та провини) [17].

2. Для підсистеми «Життєстійкість особистості» було застосовано: Тест життєстійкості, розроблений С. Мадді [4], та «Опитувальник способів психологічного подолання» (WOCQ), розроблений Р. Лазарусом та С. Фолкманом у модифікації Н.В. Родіної [8]. Тест життєстійкості С. Мадді дає змогу досліджувати життєстійкість як здатність психіки відновлюватися після несприятливих умов [10]. Методика WOCQ належить до тестів для діагностики копінг-поведінки особистості та була модифікована для української популяції Н.В. Родіною, а саме була розроблена нова версія WOCQ на основі 7-факторної моделі для вивчення копінг-поведінки в екстремальних ситуаціях [8].

3. Для підсистеми «Сенсожиттєві орієнтації особистості» було застосовано методики «Ціль у житті» Дж. Крамбо та Л. Махолика [15] та «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча [19]. Методика «Ціль у житті» Дж. Крамбо та Л. Махолика базується на засадах логотерапії В. Франкла та включає 5 субшкал смисложиттєвих орієнтацій [15]. Методику «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча [19] спрямовано на діагностику системи ціннісних орієнтацій, яка визначає зміст спрямованості особистості і є основою її ставлення до навколишньої дійсності, інших людей, себе, ядром світосприймання та мотивації життєвої активності, основою життєвої концепції. Автор відзначає два класи цінностей: термінальні та інструментальні цінності, що відповідає традиційному розподілу на цінності-цілі та цінності-засоби [19].

4. Для підсистеми «Структура особистості» було застосовано П'ятифакторний опитувальник особистості П. Коста і Р. МакРає [14]. Для дослідження особистості авторами було

запропоновано 5 дихотомічних факторів: екстраверсія – інтроверсія, прихильність – відокремленість, самоконтроль – імпульсивність, емоційна лабільність – стійкість, відкритість – закритість новому досвіду [14].

5. Для підсистеми «Соціально-демографічні показники» було використано спеціально створену авторську анкету, яка включає інформацію про вік, стать, рівень освіти, стаж волонтерської діяльності, суб'єктивний рівень осмисленості діяльності, суб'єктивний рівень перенавантаження та стресу, рівень контролю над власною діяльністю, перспективи кар'єрного зростання та суб'єктивний рівень справедливості моральної винагороди за працю.

Висновки. Показано, що значущість і складність розгляду смислової кризи особистості та її подолання пов'язана з широким спектром особистісних характеристик. Зазначено, що в рамках української психології проблема смислової кризи розглядалася як окремих підрозділ кризової психології, а в закордонних дослідженнях криза сенсу розглядається як невротичний стан. Визначено, що в контексті військових дій подолання смислової кризи волонтерами потребує додаткового вивчення. Сформульовано мету статті, яка полягає у розробленні моделі емпіричного дослідження смислової кризи особистості та її подолання на прикладі волонтерів. Розроблено системну модель смислової кризи особистості та її подолання, яку репрезентовано у вигляді каузальної системи. Показано, що її становлять підсистеми: «Смислова криза особистості», «Екзистенційна тривога», «Життєстійкість особистості», «Ціннісно-сміслові орієнтації», «Структура особистості», «Соціально-демографічні показники». Для кожної з них запропоновано відповідні психодіагностичні методики, а саме авторську соціально-демографічну анкету, методику «Види екзистенційної тривоги» В. Ван Брюггена, методику

«Тест життєстійкості» С. Мадді, методику «Ціль у житті» Дж. Крамбо та Л. Махолика, методику «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча, методику «П'ятифакторний опитувальник особистості» П. Коста і Р. МакРає. Визначено перспективи подальших наукових розвідок.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Злишков В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях : навчальний посібник. Київ : Педагогічна думка, 2016. 219 с.
2. Кадигроб Ю.Ю., Бондаренко Ю.В. Особливості та принципи діяльності волонтерів. *Волонтерський рух: історія, сучасність, перспективи* : матеріали Міжнародної науково-практичної конференції. Харків : ХНАДУ, 2015. 160 с.
3. Лях Т.Л. Види мотивації до волонтерської діяльності. *Вісник Запорізького національного університету*. 2011. № 2(15). С. 37–41.
4. Мадді С. Смыслообразование в процессе принятия решений. *Психологический журнал*. 2005. Т. 26. № 6. С. 87–99.
5. Максименко К.С. Переживання негативних психічних станів особистістю. Київ : КММ, 2011. 184 с.
6. Матвієнко Л.І. Особистість волонтера у психологічному вимірі: ціннісно-мотиваційний аспект (надання соціальних послуг уразливим верствам населення). *Ринок праці та зайнятість населення*. 2016. № 1. С. 55–59.
7. Петрова Л.Г. Соціально-психологічні чинники задоволеності професійною діяльністю менеджера з персоналу. Київ : Ун-т економіки та права «Крок», 2016. 20 с.
8. Родіна Н.В. Змістовна та конвергентна валідність WOCQ для ситуацій загрози самоактуалізації та загрози життю. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2014. Вип. 1(1). С. 78–84.
9. Родіна Н.В. Проактивний копінг як реалізація особистісного потенціалу при подоланні життєвих труднощів: теоретико-методологічні аспекти. *Потенціал особистості та тенденції його реалізації в умовах трансформаційних змін у суспільстві* : колек-

тивна монографія / за наук. ред. В.І. Подшивалкіної. Одеса : Фенікс, 2011. Ч. 8. С. 264–299.

10. Титаренко Т.М. Життєвий шлях особистості в постмодерністському дискурсі. *Психологія особистості*. 2010. № 1. С. 11–18.
11. Титаренко Т. М. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека. Київ : Марич, 2009. 105 с.
12. Bertalanffy von L. *General System Theory. Foundations, Development, Applications*. New York : George Braziller, 2009. 296 p.
13. Bolea, Ş. The Courage To Be Anxious. Paul Tillich's Existential Interpretation of Anxiety. *The Journal of Education, Culture, and Society*. 2015. №1. P. 20–25.
14. Costa, P.T., McCrae, R.R. (1992). Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five – Factor Inventory (NEO-FFI). Professional Manual. Odessa, FL.: Psychological Assessment Resources, 101 p.
15. Crumbaugh J.S., Maholick L.T. An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis. *J. of Clinical Psychology*. 1964. Vol. 20. P. 200–207.
16. Frankl V.E. From Death-Camp to Existentialism: A Psychiatrist's Path to a New Therapy. Beacon Press. 1959. 111 p.
17. Kuchyna V.V. Existential Concerns Questionnaire of Vincentius Van Bruggen Ukrainian Language Validation and Adaptation. *World Science*. 2020. № 6(58). Vol. 3.
18. Lazarus R.S., Folkman S. Stress, appraisal, and coping. New York : Springer, 1984. 456 p.
19. Rokeach M. The nature of human values. Collier-Macmillan. 1973. 438 p.
20. Weems, C.F., Costa, N.M., Dehon, C., & Berman, S.L. Paul Tillich's theory of existential anxiety: A preliminary conceptual and empirical examination. *Anxiety, Stress & Coping*. 2004. № 17(4). P. 383–399.
21. Yalom I., Yalom M. Matter of Death and Life. Little, Brown Book Group Limited. 2021. 272 p.
22. van Bruggen, V., ten Klooster, P., Westerhof, G., Vos, J., de Kleine, E., Bohlmeijer, E., & Glas, G. The Existential Concerns Questionnaire (ECQ)–development and initial validation of a new existential anxiety scale in a nonclinical and clinical sample. *Journal of clinical psychology*, 2017. № 73(12). P. 1692–1703.