

УДК 32:159.9

*Н.Р. Красовская***ДИНАМИКА КРИЗИСА ИДЕНТИЧНОСТИ ЛИЧНОСТИ  
В УСЛОВИЯХ СОЦИАЛЬНОЙ НЕСТАБИЛЬНОСТИ**

В статье рассматривается проблема и обозначается актуальность кризиса идентичности личности в условиях социальной нестабильности. Отмечается, что кризисы постоянно происходят на определенных этапах развития человека, группы, общества в целом или в разных сферах социальной жизни, но, несмотря на это, имеют свою специфику и значимость. Кризис рассматривается как проблема, уйти от которой нельзя, но и разрешить имеющимися средствами также невозможно; идентичность личности – как внутренняя, самосоздающаяся, динамическая организация потребностей, способностей, убеждений и индивидуальной истории. В современных условиях неопределенности и нестабильности существующие в картине мира людей противоречия обострены до предела и оказывают дестабилизирующее влияние на их эмоциональное состояние и физическое самочувствие. Уникальность ситуации в том, что масштаб угрозы равен общему количеству населения земного шара, угроза неотвратима и чрезвычайно по последствиям. С такой ситуацией в своей истории человечество не сталкивалось никогда. Автор отмечает, что для всех научных подходов, в рамках которых изучается проблема, общим является то, что в процессе становления идентичности человек познает себя и свое место в мире, ее основная функция – сохранение стабильности, определенности, непрерывности, целостности личности. В статье выявлены и рассмотрены причины современного кризиса идентичности, сопровождающего глобализационные процессы в мире, описаны типы, стадии, особенности ситуационных реакций человека на кризис, психологические особенности проявлений идентичности в кризисных ситуациях на эмоциональном, когнитивном, поведенческом уровне. Сделаны выводы о том, что в существенной степени кризис идентичности, его динамика, масштабы в которых он представлен в современном мире, являются следствием глобализационных процессов, приводящих к распаду традиционных социальных связей, которые в прежних условиях были основой стабильности. Сегодня актуальной становится задача выбора «жизненного проекта» под себя, конструирования идентичности и ее адаптации.

*Ключевые слова:* идентичность, глобализация, кризис, образ мира, механизмы переживания, динамика кризиса идентичности, адаптация.

DOI: 10.35634/2587-9030-2020-4-3-344-349

**Введение**

Проблематике кризиса в современной науке не случайно уделяется много внимания: кризисы постоянно происходят на определенных этапах развития человека, группы, общества в целом или в разных сферах социальной жизни.

В большинстве научных работ, несмотря на различия значимых для исследователей деталей, кризис рассматривается как состояние, порождаемое проблемой, уйти от которой нельзя, но и разрешить имеющимися средствами и способами невозможно.

2020 год, мировая эпидемия коронавируса, для истории современной цивилизации как большой социальной группы отражает опыт, который является одновременно уникальным и кризисным для каждого человека и для всего человечества в целом, без учета такого важного и привычного элемента идентичности, как представитель определенной страны с определенными статусными и личностными характеристиками.

Сегодня вопросы здоровья каждого и выживания всего человечества не абстрактная задача для отдельных общественных и социальных организаций (движений в защиту климата, природы, ВОЗ) или социально-политических структур разных государств, а реальная и общая проблема. Ее уникальность в том, что масштаб угрозы равен общему количеству населения земного шара, угроза неотвратима и чрезвычайно по последствиям. С такой ситуацией в своей истории человечество не сталкивалось никогда. Этот кризис обозначил не только огромное количество вопросов, среди которых традиционные «кто я?», «что я могу?», «как быть сегодня и в перспективе?», сомнения, тревоги и страхи каждого человека, присущие любой кризисной ситуации. Как никогда остро встали вопросы выбора собственного поведения и отношения к окружающему, личностных границ. Прежние правила пере-

стают действовать; какой будет жизнь, что будет нормой, с какими проблемами придется столкнуться и как их решать – все это неизвестно [9].

При этом главный вопрос как для отдельного человека, так и для всего человечества звучит так: каковы реальные возможности и конструктивные перспективы преодоления трудной жизненной ситуации с учетом того, что кризис имеет глобальный уровень, а состояние неопределенности социальных процессов перешло из разряда «очень высокий уровень», в разряд «тотальная неопределенность» и породило массу переживаний от растерянности, тревоги, фрустрированности до многочисленных и стойких страхов.

Природой предусмотрены две основные реакции в угрожающих, критических ситуациях: *вступить в борьбу* или *убежать*. Соответственно, чтобы отреагировать на угрозу, важно *выбрать*, как действовать: бороться, если достаточно внутренних ресурсов, сил и решимости для действий (мобилизация), или бежать, устранившись от угрозы, если ресурсов и сил мало, а верх берет эмоция страха. Страх – адекватная ситуации угрозы эмоция, имеющая глубинную инстинктивную природу, так как цель инстинктивных программ в первую очередь – обеспечить выживание. Однако страх блокирует возможность рационально осмысливать происходящее. Но именно ситуация кризиса является проверкой на здравомыслие.

Если человек не сумел сориентироваться и опасность начинает субъективно восприниматься как непреодолимая, возникает реакция иммобилизации или оцепенения, сопровождающаяся диссоциацией сознания. Происходящее начинает восприниматься отстраненно, как будто эти события касаются кого-то другого [10]. Может показаться, что это неадекватная реакция, но именно она помогает человеку справиться с опытом, который непереносим для него на данный момент: нужно время для понимания, оценки ситуации, внешних условий, внутренних ресурсов и возможностей.

### Идентичность личности в условиях кризисной ситуации

Что представляет собой идентичность личности и какие возможности она определяет? Ответы исследователей на этот вопрос различаются в деталях, но в целом схожи. Для всех научных подходов, в рамках которых изучается проблема, общим является то, что в процессе становления идентичности человек познает себя и свое место в мире, ее основная функция – сохранение стабильности, определенности, непрерывности, целостности личности.

Согласно представлениям Дж. Марсиа, одного из пионеров и авторитетных исследователей феномена, идентичность личности – это структура «эго», внутренняя, самосоздающаяся, динамическая организация потребностей, способностей, убеждений и индивидуальной истории» [18].

По Э. Эриксону, идентичность – «субъективное чувство, а также объективно наблюдаемое качество личной самоидентичности и непрерывности, постоянство некоторой разделяемой с другими людьми картины мира» [16]. В периоды кризиса и неопределенности идентичность личности становится одной из ключевых характеристик, помогающих ориентироваться в изменяющихся условиях, поддерживать и выстраивать взаимоотношения с окружающим миром. Чем глубже кризис, тем с большей вероятностью человек обращается к коллективному опыту. Соединение в переживании с другими не избавляет человека от страдания, но избавляет от «муки оставленности в страдании» [5].

При анализе состояния идентичности в текущей кризисной ситуации представляют интерес взгляды З. Баумана, который говорит о феномене «незавершенности идентичности» в эпоху глобализации. В статье «Миграция и идентичности в глобализованном мире» автор отмечает, что особенности современной идентичности определяются глобализационными тенденциями и существуют исключительно в процессе постоянного пересмотра. Идентичность не является «окончательной» в любой момент нашей жизни, «всегда остается важная задача ее приспособления по той причине, что ни условия жизни, ни определенные возможности, ни природа угроз не перестают постоянно изменяться» [17].

В условиях кризиса трансформации идентичности затрагивают глубинные смысловые структуры, когда речь идет, по мнению Т. М. Буякас, о «порождении смысла как ответа...., который исходит из глубинного, целостного ощущения себя. Человек принимает тот смысл, который, как он сам это чувствует, упорядочивает его внутренний мир и открывает ему перспективу жизненного пути» [4].

Принято выделять два типа кризисных ситуаций в зависимости от того, какую возможность они оставляют для человека в последующей жизни. При кризисе *I tina* сохраняется определенный шанс выхода на прежний уровень жизни после серьезных потрясений и трансформаций.

При кризисе *2 типа*, к которому относится текущая ситуация с коронавирусом, прежние жизненные планы теряют свою актуальность, оказываются полностью перечеркнутыми. Единственный выход из положения – изменение самой личности и смысла ее жизни.

Анализируя динамику кризиса, Дж. Каплан отмечает, что каждый кризис имеет свое течение, начало, основные фазы, и выделяет четыре последовательные стадии кризиса. При этом на любой стадии, если исчезает опасность или обнаруживается решение, кризис может прекратиться.

*1 стадия:* первичный рост напряжения, ориентация на привычные способы решения проблемы.

*2 стадия:* дальнейший рост напряжения по причине того, что эти способы оказываются безрезультатными.

*3 стадия:* рост напряжения продолжается и требует мобилизации сил, внутренних и внешних источников.

*4 стадия:* если все усилия оказываются безрезультатными и воспринимаются как напрасные, наступает последняя стадия кризиса, отличительными особенностями которой являются повышение тревоги, депрессивности, чувства беспомощности и безнадежности, приводящих в конечном счете к дезорганизации личности.

В этот момент у человека актуализируются и могут приобретать достаточно устойчивый характер многие необычные, неприемлемые для него (не одобряемые, порицаемые в социуме) в стандартных ситуациях эмоции, чувства. Эти негативные переживания порождают и усиливают неуверенность, отдаляют от общества.

Описано шесть типов ситуационных реакций личности, в которых проявляются особенности переживания кризиса человеком.

1. *Реакция эмоционального дисбаланса*, при которой на фоне возникновения фрустрации доминирует спектр отрицательных эмоций.

2. *Пессимистическая ситуационная реакция* проявляется переструктурированием системы ценностей в сторону мрачного восприятия и мироощущения.

3. В *реакции отрицательного баланса* наблюдается потребность соотнести положительные и отрицательные моменты жизнедеятельности, рациональное подведение «жизненных итогов».

4. *Ситуационная реакция демобилизации* проявляется в отказе от привычных контактов или значительном их ограничении.

5. В ситуационной *реакции оппозиции* возрастают степень агрессивности, количество отрицательных оценок окружающих и их деятельности.

6. Основой *ситуационной реакции дезорганизации* являются тревожный компонент и сомато-вегетативные проявления (нарушения сна, гипертонические, сосудисто-вегетативные нарушения, головные боли).

Тем не менее, по мнению А.Г. Амбрумовой [2], ситуационные реакции, несмотря на преимущественно негативную ориентацию, отражают непатологический уровень психологического кризиса в ситуации конфликта.

Переживая кризис, человек может испытывать одно из трех состояний в качестве доминирующего.

1. *Депрессивная направленность* проявляется в таких чувствах, как разочарование, апатия, равнодушие, подавленность, тоска, усталость безразличие.

2. *Деструктивная направленность:* раздражительность, придирчивость, досада, упрямство, зависть, мнительность, обида, ненависть, злость, агрессия.

3. *Переживание одиночества* как чувства непонятности окружающими, ненужности, пустоты рядом, тупика, безнадежности.

В кризисе изменяется объем общения: может резко ограничиваться (уход в себя), может резко возрастать, но иметь вид «одиночества в толпе», при котором человек, общаясь с другими, ищет забвения в частоте поверхностных контактов.

Н.В. Тарабрина отмечает, что, поскольку критические события связаны с ситуацией угрозы (на личностном или коллективном уровне), они требуют экстраординарных усилий по совладанию с последствиями воздействия [15].

В деятельности по переживанию личностного кризиса оказываются вовлеченными все слои субъективного опыта как «строительного материала» образа мира: эмоциональный, когнитивный, поведенческий.

На *эмоциональном уровне* квалификация ситуации как неопределенной может вызывать негативные эмоции (страх, тревогу) и позитивные переживания (интерес, любопытство) [11]. Взгляды исследователей чаще направлены на негативный эмоциональный полюс, но и позитивный полюс заслуживает внимания. Многими авторами подчеркивается роль позитивных чувств при переживании неопределенности. П.В. Симонов, автор одной из наиболее популярных отечественных теорий эмоций считает, что любые живые системы стремятся к ситуациям неопределенности, чтобы пережить положительные эмоции. Отмечается также мотивирующая роль ситуаций неопределенности в знаменитом *эффекте незавершенного действия* Б.В. Зейгарник. Примером из практики психотерапии служит подход Л. Бинсвангера, в котором неопределенность может переживаться субъектом как своеобразный вызов (*challenge*). Исходное столкновение субъекта с ситуацией неопределенности (конфликт), ее преодоление, завершающееся переживанием катарсиса, как эмоционального очищения является традиционным сюжетом искусствоведения.

Рассматривая роль *когнитивного уровня* реагирования в ситуации неопределенности, исследователи обращают внимание на то, что личностная включенность в ситуацию принятия сложных решений, принятие риска, невозможна без акта самоопределения человека как субъекта саморегуляции, отвечающего за опосредствование своих решений и действий на уровне «Я» (Корнилова, 1998). Кризисным периодом развития в возрастной психологии традиционно считается подростковый возраст. В рамках этого периода способность осуществлять личностные выборы основывается на таких когнитивных образованиях, как система персональных и социальных ценностей, образ группы принадлежности, Я-концепция, что находит отражение в построении жизненных планов в более позднем возрасте и определяет успешность адаптации [6; 12].

*Поведенческий уровень* следствий ситуации неопределенности связан с особенностями возможной в данных условиях активности личности и факторами ее сохранения. В экспериментальной психологии проблема сохранения поведенческой активности человека в условиях неопределенности обозначена в работах по изучению «выученной беспомощности». В ряде экспериментальных работ подтверждена значимость внутреннего локуса контроля (принятия ответственности на себя), имеющегося опыта преодоления трудностей как факторов сохранения активности. Также установлено, что при высокой самооценке участники были более остальных ориентированы не на возможность самоподтверждения, а на задачу, что позволяет проявлять активность в достижении намеченных целей. В изменяющейся ситуации роль буфера могут играть и социально-идентификационные структуры личности: самоотождествление себя с прошлыми социальными достижениями позволяет поддерживать активность [13]. Сфера психотерапии также расширяет арсенал средств поддержания активности в ситуации неопределенности, хотя больше обращена к социально-психологическому, групповому уровню, чем к личностному. Проработка ролевого конфликта, травмирующей ситуации в психодраме, увеличение количества «языков самовыражения» в тренинге сензитивности расширяют зону осознаваемого в отношениях Я – Другой и, соответственно, ресурсы самоидентификации. В современных концепциях менеджмента успешность решений в неопределенности связывают со способностью их субъекта (индивидуального либо коллективного) использовать более широкий спектр видения возможностей, который позволяет присвоить некоторым событиям определенную вероятность и перевести ситуацию неопределенности в ситуацию субъективного риска [7]. Для К.А. Абульхановой-Славской, самодетерминация как характеристика личностной идентичности, осознанное стремление занять определенную позицию, выступает центральным фактором активности в ситуациях неопределенности [1].

Более чем актуальными для сегодняшнего дня при изучении факторов активности личности становятся положения классика отечественной психологии С.Л. Рубинштейна о том, что действие внешних причин преломляется через внутренние условия, а значит, конечный результат и эффект воздействия в существенной степени определяются *внутренними свойствами* объекта! Эта закономерность показывает, что внешние ситуации неопределенности неминуемо активизируют потребность и побуждают «найти точку опоры», в том числе в себе самом, раскрывая свои внутренние ресурсы. На смену внешнему обусловливанию активности приходит процесс внутреннего обусловливания, «внутреннего момента самоопределения, верности себе, а не одностороннего подчинения внешнему» [14].

## Заключение

Таким образом, анализ проблемы кризиса идентичности личности в условиях социальной нестабильности и его динамики показывает:

1) что динамичная структура идентичности развивается нелинейно и неравномерно на протяжении всей жизни человека;

2) что в условиях резкого или неожиданного изменения привычной для человека картины мира, нарушения традиционных социальных связей, которые были носителями стабильности в рамках существовавших устоев жизни, идентичность личности приобретает кризисный характер;

3) что кризисная идентичность личности – психическая организация, порождаемая фиксацией на проблемных ситуациях (или событиях), их восприятию как непреодолимых, характеризуется негативным самоотношением, отчуждением в сфере межличностных отношений, потерей субъективного контроля, связей с внешним миром;

4) что вместо адаптивных и стабилизирующих функции кризисной идентичности личности приобретают дезинтерриоризационную, дезадаптивную, дезинтегративную направленность;

5) что кризис идентичности, его динамика, масштабы, в которых он представлен в современном мире, в существенной степени являются следствием глобализационных процессов, приводящих к распаду традиционных социальных связей, которые в прежних условиях были основой стабильности; идентичность как заданность заменяется выбором «жизненного проекта» под себя, конструированием идентичности и ее адаптацией. При этом человек несет за свой выбор полную ответственность.

6) что идентичность является социальной по происхождению; ее изменение, с одной стороны, обусловлено состоянием социальных процессов, с другой – выбором и активностью личности. Каждое принятое решение по поводу себя и своей жизни (самоопределение) вносит вклад в формирование структуры идентичности в качестве ее элемента.

Возможность выхода из кризиса Ф.Е. Василюк связывает с переживанием как внутренней работой по наполнению новым смыслом человеческой деятельности после преодоления критической ситуации [5]. Новые для человека смыслы, как отмечает Б.С. Братусь, «...порождаются живым образом будущего» [3].

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни. М., 1991.
2. Амбрумова А.Г. Анализ состояний психологического кризиса и их динамика // Психологический журнал. 1985. № 6. С. 107–115.
3. Братусь Б.С. Образ человека в гуманитарной, нравственной и христианской психологии // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии. М., 1997. С. 67–91.
4. Буякас Т.М. О проблемах становления чувства самоидентичности у студентов-психологов // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. 2000. № 1.
5. Василюк Ф.Е. Переживание и молитва (Опыт общепсихологического исследования). М.: Смысл, 2005. 190 с.
6. Гулякина В.В. Групповые нормы и ценности как факторы самоопределения личности старшеклассника: автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 1999.
7. Капустин А.Ф. Неопределенность: виды, интерпретации, учет при моделировании и принятии решений // Вестник СПбГУ. 1993 № 2. С. 108–114.
8. Корнилова Т.В. Многомерность фактора субъективного риска в вербальных ситуациях принятия решений // Психол. журнал. 1998. Т. 19, № 6. С. 32–41.
9. Красовская Н.Р. Тень на стене. Как побороть страх перед будущим и неизвестностью? [Электронный ресурс]. URL: [http://kapital-rus.ru/articles/article/ten\\_na\\_stene\\_kak\\_poborot\\_strah\\_pered\\_buduschim\\_i\\_neizvestnostu/](http://kapital-rus.ru/articles/article/ten_na_stene_kak_poborot_strah_pered_buduschim_i_neizvestnostu/)
10. Левин П. Пробуждение тигра – исцеление травмы. М.: «Издательство АСТ», 2007.
11. Луковицкая Е.Г. Социально-психологическое значение толерантности к неопределенности: автореф. дис. ... канд. психол. наук. СПб., 1998.
12. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. СПб., 2000.
13. Ротенберг В.С., Аршавский В.В. Поисковая активность и адаптация. [Электронный ресурс]. URL: <https://www.litmir.me/br/?b=430278&p=1>
14. Рубинштейн С.Л. Проблемы общей психологии. М., 1973.
15. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. СПб.: Питер, 2001.
16. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / пер. с англ.; Общ. ред. и предисл. А.В. Толстых. М.: Издательская группа «Прогресс», 1996. 344 с.
17. Bauman Z. Migration and Identities in the Globalized World // Philosophy Social Criticism. 2011. Vol. 37, no. 4. P. 425–435.
18. Marcia J.E. Identity in adolescence // Adelson J. (ed.). Handbook of adolescent psychology. NY: JohnWiley, 1980.

Красовская Наталия Рудольфовна, кандидат психологических наук,  
доцент кафедры социальной психологии и виктимологии  
ФГБОУ ВО «Новосибирский государственный педагогический университет»  
630126, Россия, г. Новосибирск, ул. Вилюйская, 28  
E-mail: krasovskaya.mcm@gmail.com

*N.R. Krasovskaya*

**DYNAMICS OF THE PERSONAL IDENTITY CRISIS UNDER CONDITIONS OF SOCIAL INSTABILITY**

DOI: 10.35634/2587-9030-2020-4-3-344-349

The article considers the issue of the personality identity crisis in the situation of social instability and discusses the topicality of the phenomenon. It is shown that crises constantly occur at certain stages of development of a person, group, society as a whole or in different spheres of a social life, but at the same time they have their own uniqueness and significance. The crisis is considered as a problem that cannot be avoided, but also cannot be resolved with the available means. Personal identity is understood as an internal, self-created, dynamic organization of needs, abilities, beliefs and individual history. In modern conditions of uncertainty and instability, contradictions that exist in the image of the world by the people are intensified to the maximum and have a destabilizing effect on their emotional state and physical well-being. The uniqueness of the situation is that the scale of the threat is equal to the total population of the globe, the threat is inevitable and extraordinary in its consequences. Humanity has never faced such a situation in its history. The author notes that for all scientific approaches in the frame of which the problem is studied, the common thing is that in the process of identity formation, a person discovers himself / herself and his /her place in the world, its main function is to maintain stability, certainty, continuity, and the integrity of the personality. The article identifies and examines the causes of the modern identity crisis that accompanies globalization processes in the world, describes the types, stages, features of a person's situational reactions to the crisis, psychological features of the manifestations of identity in crisis situations at the emotional, cognitive, and behavioral levels. It is concluded that, to a significant extent, the identity crisis, its dynamics, the scale in which it is presented in the modern world is a consequence of globalization processes leading to the disintegration of traditional social ties, which were the basis of stability in previous conditions. Today the task of choosing a "life project" for oneself, constructing and adapting an identity is becoming urgent.

*Keywords:* identity, globalization, crisis, image of the world, mechanisms of experience, dynamics of identity crisis, adaptation.

Received 21.04.2020

Krasovskaya N.R., Candidate of Psychology, Associate Professor  
at Department of social psychology and victimology  
Novosibirsk State Pedagogical University  
Vilyuiskaya st., 28, Novosibirsk, Russia, 630126  
E-mail: krasovskaya.mcm@gmail.com