

Роль индивидуально-психологических характеристик в проявлениях кризиса личности

The Role of Individual Psychological Characteristics in Personality Crisis Manifestations

Получено: 09.11.2025 / Одобрено: 17.11.2025 / Опубликовано: 25.12.2025

Догару И.В.

Бакалавр психологии, магистрант, ФГБОУ ВО «Московский государственный университет технологий и управления имени К.Г. Разумовского (ПКУ)», г. Москва, e-mail: IzabellaDogaru@yandex.ru

Шафажинская Н.Е.

Д-р культурологии, канд. психол. наук, профессор кафедры педагогики и психологии профессионального образования, ФГБОУ ВО «Московский государственный университет технологий и управления имени К.Г. Разумовского (ПКУ)», г. Москва, e-mail: shafazhinskaya@mail.ru

Dogaru I.V.

Bachelor's Degree Student, Master's Degree Student, K.G. Razumovsky Moscow State University of Technologies and Management (FCU), Moscow, e-mail: IzabellaDogaru@yandex.ru

Shafazhinskaya N.E.

Doctor of Cultural Studies, Candidate of Psychological Sciences, Professor, Department of Pedagogy and Psychology of Vocational Education, K.G. Razumovsky Moscow State University of Technologies and Management (FCU), Moscow, e-mail: shafazhinskaya@mail.ru

Аннотация. Данная статья посвящена исследованию кризиса личности как сложного, многоаспектного психологического феномена и роли индивидуальных характеристик в его проявлениях и динамике. Цель исследования – диагностика и анализ взаимосвязи между индивидуальными характеристиками человека и спецификой субъективного переживания кризисных состояний. В представленном материале рассмотрены теоретико-методологические основы личностного кризиса с привлечением широкого массива научных трудов ведущих отечественных и зарубежных психологов, занимавшихся данной проблемой. Обоснован выбор комплекса диагностических методик, применение которого позволило осуществить опытно-практическую работу по выявлению взаимосвязи личностных характеристик с различными проявлениями кризиса у респондентов, которые обратились за помощью к практическому психологу. Результаты проведённой психодиагностики позволили изучить особенности различных видов кризисов (семейный, профессиональный, утраты, отношений, возрастной, экзистенциальный, идентичности) и проследить их связь с особенностями «психологического портрета» респондента. По итогам эмпирического исследования был сделан вывод о том, что индивидуально-психологические характеристики играют значимую роль в проявлении и переживании личностного кризиса. Данное исследование предоставлено как важный опыт, необходимый для дальнейшего, более глубокого изучения этой актуальной темы и создания в дальнейшем персонализированных программ психологического консультирования и психотерапевтической помощи.

Ключевые слова: кризис личности, психология кризисов, виды кризисов личности, личностные характеристики.

Abstract. This article is devoted to the study of personality crisis as a complex, multifaceted psychological phenomenon and the role of individual characteristics in its manifestations and dynamics. The purpose of the study is to diagnose and analyze the relationship between individual characteristics and the specifics of subjective experience of crisis states. The presented material examines the theoretical and methodological foundations of personality crisis, drawing on a significant body of scientific research by leading Russian and foreign psychologists who have studied this issue. The choice of a set of diagnostic methods is substantiated, and their application allowed for experimental and practical work to identify the relationship between personal characteristics and various manifestations of crisis in respondents who sought help from a practical psychologist. The results of the conducted psychodiagnostics allowed us to study the features of various types of crises (family, professional, loss, relationship, age-related, existential, and identity crises) and to trace their connection with the features of the respondent's "psychological portrait." Based on the results of the empirical study, it was concluded that individual psychological characteristics undoubtedly play an important role in the manifestation and experience of personal crises. This study provides valuable insights for further research and the development of personalized psychological counseling and therapy programs.

Keywords: personality crisis, psychology of crises, types of personality crises, personality characteristics.

Актуальность проблемы исследования

Проблема кризиса личности, включая его различные виды и уровни, в современном обществе занимает одно из центральных мест как в теоретических разработках, так и в опытно-практических исследованиях. Ухудшение соматического и ментального здоровья россиян, увеличение признаков

кризисных, депрессивных состояний, суицидальных рисков связаны с воздействием комплекса внутренних, индивидуальных предпосылок, а также многочисленных внешних факторов — социально-экономических, политических, семейных, конфликтогенных ситуаций макросреды, оказывающих деструктивное, психотравмирующее вли-

яние на категорию наиболее уязвимых личностей [13].

В таких условиях возрастает необходимость поиска эффективных способов диагностики индивидуальных особенностей людей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, в целях последующей разработки персонализированных программ психологической помощи и консультирования, способствующих повышению стрессоустойчивости, жизнестойкости и развитию у субъекта навыков успешного преодоления личностных кризисов не только без ущерба для психического здоровья, но и для дальнейшей плодотворной жизнедеятельности [11]. Именно этими концептуальными идеями обусловлен выбор темы исследования.

Цель исследования: выявить и проанализировать роль индивидуальных характеристик в проявлениях и переживании различных видов кризиса личности.

Задачи

1. Анализ отечественных и зарубежных научных источников по теме исследования.
2. Выбор и составление комплекса психодиагностического инструментария для исследования роли индивидуальных характеристик в проявлениях кризиса личности.
3. Проведение эмпирического исследования по выявлению индивидуально-психологических особенностей респондентов и анализу взаимосвязи их личностных характеристик с различными проявлениями кризиса.

Гипотезы:

- *сдержаные* индивиды склонны проявлять более низкую степень удовлетворенности в выбранной проблемной сфере личностного кризиса;
- *консервативные* респонденты склонны отрицательно оценивать свои способности противостоять деструктивному влиянию кризиса иправляться с переживаниями;
- *тревожные* индивиды проявляют более выраженную потребность в психологической помощи;
- *чувствительные (сензитивные)* люди в меньшей степени ощущают потребность в психологической помощи по сравнению с другими категориями респондентов.

Методы проведения исследования

1. Теоретические методы: анализ научной психологической литературы по проблеме исследования.
2. Эмпирические методики:
 - многофакторный личностный опросник *16 PF* Реймонда Кеттелла;
 - анкета на выявление личностно значимой сферы.

3. Методы статистической обработки данных:

- метод корреляции Пирсона.

Считаем целесообразным привести текст разработанной авторами «Анкеты на выявление личностно значимой сферы респондента».

1. Выберите наиболее значимую для Вас сферу жизнедеятельности:
 - семья;
 - профессия (работа);
 - утрата;
 - смысл жизни;
 - возраст;
 - отношения;
 - идентичность.
2. Выберите сферу жизнедеятельности, в которой Вы чаще всего сталкиваетесь с проблемами, трудностями:
 - семья;
 - профессия (работа);
 - утрата;
 - смысл жизни;
 - возраст;
 - отношения;
 - идентичность.
3. Выберите сферу жизнедеятельности, которой Вы бы хотели уделить особое внимание:
 - семья;
 - профессия (работа);
 - утрата;
 - смысл жизни;
 - возраст;
 - отношения;
 - идентичность.
4. В какой сфере своей жизнедеятельности Вы наиболее остро переживаете неудачи, неприятности:
 - семья;
 - профессия (работа);
 - утрата;
 - смысл жизни;
 - возраст;
 - отношения;
 - идентичность.
5. Укажите (напишите) одну наиболее значимую для Вас сферу жизнедеятельности и оцените ее по пятибалльной шкале:
6. Как Вы оцениваете текущий уровень удовлетворенности в выбранной Вами сфере?
7. Оцените по пятибалльной шкале (1 — «полностью не удовлетворен»; 2 — «не удовлетворен»; 3 — «нейтрально»; 4 — «удовлетворен»; 5 — «полностью удовлетворен»).

8. Как Вы оцениваете степень своих переживаний в данной сфере? Оцените по пятибалльной шкале (1 - «вообще не переживаю»; 2 — «не переживаю»; 3 — «нейтрально»; 4 — «переживаю»; 5 — «очень переживаю»).
9. Оцените по пятибалльной шкале, насколько успешно (или неуспешно) Вы справляетесь с переживаниями в указанной Вами сфере (1 — «полностью не справляюсь»; 2 — «не справляюсь»; 3 — «нейтрально»; 4 — «справляюсь»; 5 — «полностью»).
10. Оцените по пятибалльной шкале степень необходимости оказания помощи специалиста в решении возникших у Вас проблем (1 - «вообще не нуждаюсь»; 2 — «не нуждаюсь»; 3 — «нейтрально»; 4 — «нуждаюсь»; 5 — «очень нуждаюсь»).

Какие изменения Вы хотели бы внести в наиболее значимую сферу в ближайшее время (1–2 года)?

-
1. Каких результатов Вы хотели бы достичь в этой сфере?
 2. Что вдохновляет Вас двигаться вперед, чтобы добиться успеха в данной сфере?
 3. Кто или что оказывает наибольшее влияние на Вашу жизнь в данной сфере?
-

Теоретико-методологическую основу исследования составили труды Л.С. Выготского, Э. Эрикссона, Л.И. Анциферовой, С. Грофа, В. Сатир, Э.Ф. Зеера, В.В. Козлова, З. Фрейда.

Обсуждение результатов. Предваряя психологический анализ теоретико-эмпирического исследования, следует дать определения основным понятиям.

Кризис — психологическое и психофизическое состояние, при котором внешние обстоятельства нарушают устойчивое равновесие между эмоциональными и познавательными процессами. Это проявляется в дезорганизации психической деятельности, интенсивность которой напрямую зависит от снижения способности человека адаптироваться к новым условиям. В результате возникает нарушение баланса между созидательными и разрушительными тенденциями в психике, что может спровоцировать различного рода деструктивное, в частности, депрессивное или агрессивное поведение [1].

Личностный кризис — сложное психологическое состояние, характеризующееся глубоким внутренним разладом и нарушением адаптации в обществе. Он

выражается в потере важных жизненных ориентиров, включая ценности, основные мотивы и устоявшиеся модели поведения, определяющие самовосприятие [8].

Кратко рассмотрим некоторые теоретические подходы и взгляды ученых на исследуемую проблему. Так, одним из первых в изучении кризисов как значимого элемента человеческого бытия был Эрик Эрикссон, американский психолог и психоаналитик, прославившийся своей теорией психосоциального формирования личности. Его труды оказали существенное влияние на понимание процесса становления личности на протяжении всей жизни и того, как различные этапы развития связаны с кризисными ситуациями, разрешение которых необходимо для достижения здорового психосоциального функционирования [12]. Эрикссон определил восемь основных этапов развития личности, каждый из которых сопряжен с определенным кризисом. Эти этапы охватывают весь жизненный период человека — от младенчества до старости.

Лев Семенович Выготский, советский психолог и основатель культурно-исторического подхода, полагал, что кризисы представляют собой не просто сложные периоды в жизни человека, а важные, решающие моменты, знаменующие *переход на новую ступень развития*. Эти кризисы характеризуются не постепенными изменениями, а внезапными скачками, затрагивающими почти все аспекты личности. На каждом этапе развития возрастного и психического развития возникает определенная система взаимоотношений с окружающими, формирующая его «социальную ситуацию развития». Во время кризиса эта ситуация устаревает и перестает соответствовать новым потребностям субъекта. Каждому этапу развития соответствует определенная «ведущая деятельность», которая способствует наиболее эффективному личностному развитию [3].

Отечественный психолог Л.И. Анциферова разработала теорию *переживания кризисов*, акцентируя внимание на том, как люди проходят через различные жизненные испытания, какова специфика их аффективной сферы, и как эти переживания влияют на личностный рост. В своих работах Л.И. Анциферова выдвинула идеи о том, что кризис не только оказывает негативное влияние на психику, но и открывает новые возможности для личного развития [2].

Советский психолог Ф.Е. Зеер рассматривает *кризисы профессионального становления*, которые выступают в качестве важных переломных моментов в жизнедеятельности человека, связанных с пере-

оценкой ценностей, пересмотром профессиональных целей и адаптацией к новым требованиям окружающей среды [5].

Весьма интересным и значимым представляется подход В.В. Козлова, который предложил классификацию *трех видов кризисов*, включающих различные аспекты человеческого существования: материальные, социальные и духовные. Эти кризисы, по его мнению, не являются изолированными явлениями, а тесно переплетаются и влияют друг на друга, формируя сложную картину взаимосвязи кризисного состояния общества и личности [6; 7].

Зарубежные исследователи также внесли значительный вклад в разработку теорий личностных кризисов, в числе которых отметим лишь некоторые. Хорошо известна теория развития З. Фрейда — базовая в психоанализе, утверждающая, что личность человека формируется в процессе прохождения через ряд психосексуальных этапов [10]. Американские психологи и психиатры Станислав и Кристина Гроф во второй половине XX в. разработали и внедрили в практику направление, связанное с проявлением духовного кризиса личности, предложив собственную концепцию «духовной чрезвычайной ситуации» (*spiritualemergency*) («Неистовый поиск себя» (*The Stormy Search for the Self: A Guide to Personal Growth through Transformational Crisis*, 1990) [4]. Видный ученый Вирджиния Сатир, чьи работы особенно известны в области семейной психотерапии, разработала классификацию *семейного кризиса*, которая основывается на исследованиях семейной динамики и выводах о важности здоровых коммуникаций внутри семьи [9].

Тема личностных кризисов, несмотря на его изучение в течение XX в., по-прежнему вызывает споры среди ученых. Взаимосвязь же индивидуально-психологических особенностей человека с проявлениями личностного кризиса, а также особенности этой связи изучены не в полной мере. В силу названных причин и своей актуальности данная проблема потребовала дальнейшего *эмпирического исследования*, которое было нами предпринято и проходило в Google-форме. В процедуре тестирования участвовали 22 респондента, из которых девять женщин и 13 мужчин различных статусов: занятые, студенты и работающие студенты. Возраст респондентов — от 21 года до 63 лет.

Для изучения проявлений кризиса личности и для составления «психологического портрета» респондентов были проведены диагностические процедуры по следующим методикам:

1) многофакторный личностный опросник *16 PF* Реймонда Кеттелла, определяющий устойчивые личностные характеристики испытуемых;

2) анкета на выявление личностно значимой и проблемной сферы жизнедеятельности. Анкета разработана авторами исследования.

Цели анкеты:

- выявить сферу, в которой респондент сталкивается с проблемами;
- проанализировать, насколько респондент удовлетворен (или не удовлетворен) в данной сфере:
 - * выявить, как человек оценивает степень своих переживаний,
 - * исследовать, насколько хорошо он справляется (или не справляется) с переживаниями в данной сфере,
 - * определить, в какой степени респонденту необходима помощь специалиста-психолога, чтобы справиться с личностным кризисом.

В рамках пилотажного исследования, задачей которого было обнаружение ключевых направлений в изучении кризисов идентичности, респондентам было предложено ответить на вопросы по каждой из методик, указанных выше. Кроме того, в рамках данной работы оценивалась эффективность используемых методов и разработанного нами опросника для достижения целей исследования. Результаты эмпирической диагностики представлены в таблицах.

Таблица 1

Корреляция между шкалами многофакторного личностного опросника *16 PF* Реймонда Кеттелла и различными проявлениями кризиса личности (по результатам «Анкеты на выявление личностно значимой и проблемной сферы жизнедеятельности»)

	Сдержанность/ экспрессивность	Стройность/ тревожность	Консерватизм/ радикализм	Чувствительность/ уравновешенность
Удовлетворение	-,466a			
Степень преодоления переживаний			-,482a	
Необходимость в помощи психолога		,526a		-,456a

Корреляция $-0,466$ ($p = 0,03$) между шкалами «Сдержанность/Экспрессивность» и «Степень удовлетворенности» свидетельствует об умеренной отрицательной корреляции.

«Сдержанность/Экспрессивность» и «Степень удовлетворенности»

Отрицательная корреляция между «Сдержанностью/Экспрессивностью» и «Степенью удовлетворенности» свидетельствует о том, что в исследуемой группе более сдержанные люди склонны проявлять более низкую степень удовлетворенности, тогда как более экспрессивные люди склонны демонстрировать более высокую степень удовлетворенности. Возможно, экспрессивные люди могут легче выражать свои эмоции, потребности и желания, что способствует более эффективному взаимодействию с окружающими и, как следствие, большей удовлетворенности жизнью.

«Консерватизм/Радикализм» и «Степень преодоления переживаний»

Корреляция $-0,482 (p = 0,02)$ между шкалами «Консерватизм/Радикализм» и «Степень преодоления переживаний» говорит об умеренной отрицательной корреляции. Отрицательная корреляция между «Консерватизмом/Радикализмом» и «Степенью преодоления переживаний» свидетельствует о том, что в исследуемой группе более консервативные люди склонны оценивать свои способности справляться с переживаниями хуже, тогда как более радикальные люди склонны считать, что они лучше справляются со своими переживаниями. Возможно, радикальные люди могут быть более открытыми к новым идеям и способам решения проблем, что может помочь им в адаптации к стрессовым ситуациям и эффективном управлении своими переживаниями.

«Спокойствие/тревожность» и «Необходимость в помощи психолога»

Корреляция $0,526 (p = 0,01)$ между шкалами «Спокойствие/тревожность» и «Необходимость в помощи психолога» говорит об умеренной положительной корреляции. Положительная корреляция между «Спокойствием/Тревожностью» и «Необходимостью в помощи психолога» свидетельствует о том, что в исследуемой группе более тревожные люди склонны больше ощущать потребность в психологической помощи, тогда как более спокойные респонденты в меньшей степени ощущают такую потребность. Возможно, люди, испытывающие высокую тревожность, могут больше находиться в зоне субъективного дискомфорта, связанного с эмоциональными или психологическими трудностями, из чего возникает осознание потребности в помощи.

«Чувствительность/Уравновешенность» и «Необходимость в помощи психолога»

Корреляция $-0,456 (p = 0,03)$ между шкалами «Чувствительность/Уравновешенность» и «Необходимость в помощи психолога» говорит об умеренной отрицательной корреляции. Отрицательная корреляция

между «Чувствительностью/Уравновешенностью» и «Необходимостью в помощи психолога» свидетельствует о том, что в исследуемой группе более чувствительные люди склонны меньше ощущать потребность в психологической помощи, тогда как более уравновешенные люди склонны больше ощущать потребность в психологической помощи. Возможно, более уравновешенные люди могут иметь более развитое умение рационализировать, отрицать или подавлять эмоции («защитные механизмы»). Они могут осознавать какие-то проблемы, но считать, что обращение за помощью — это признак слабости, и поэтому игнорировать потребность в ней. Также они могут быть в целом более «требовательными» к уровню своего психологического комфорта.

Таблица 2

Описательная (дескриптивная) статистика по шкалам многофакторного личностного опросника 16 PF Реймонда Кеттелла

	Замкнутость-Общительность	Интеллект	Эмоциональная стабильность	Подчиненность-Доминантность	Сдержанность-Экспрессивность	Моральная нормативность
N Допустимо Пропущено	22 0	22 0	22 0	22 0	22 0	22 0
Медиана	5,00	6,00	7,00	6,00	6,00	5,50
Мода	4,00	6,00	7,00	7,00	5,00	6,00
Эксцесс	-,88	-,63	-,18	-,28	-,55	-,53
Асимметрия	,03	,20	-,37	-,44	-,15	-,22

Робость-Смелость	Практицизм-Чувствительность	Доверчивость-Подозрительность	Практичность-Мечтательность	Прямолинейность-Дипломатичность	Спокойствие-Тревожность	Консерватизм-Радикализм
22 0	22 0	22 0	22 0	22 0	22 0	22 0
7,00	5,50	5,00	4,00	6,00	5,00	7,00
7,00	6,00	6,00	6,00	6,00	5,00	7,00
1,91	-,87	-,82	-,64	-,79	-1,08	-,26
-,97	-,28	-,32	-,01	-,19	0,7	-,24

Конформизм-Нонконформизм	Самоконтроль	Расслабленность-Напряженность	Тревога	Интуиция-Экстраверсия	Чувствительность-Уравновешенность	Конформность-Независимость
22 0	22 0	22 0	22 0	22 0	22 0	22 0
5,50	6,00	5,00	3,65	6,50	6,30	6,15
6,00	6,00	4,00	1,00	5,50	4,10	6,30
-,40	,15	-,27	-,28	-,92	-1,08	,23
-,10	-,12	,13	,51	-,06	,18	-,29

Сдержанность/Экспрессивность

		Частота	Процент	свидетельствующий процент-	копительный процент-
Допустимо	2,00	1	4,5%	4,5%	4,5%
	3,00	2	9,1%	9,1%	13,6%
	4,00	2	9,1%	9,1%	22,7%
	5,00	5	22,7%	22,7%	45,5%
	6,00	5	22,7%	22,7%	68,2%
	7,00	2	9,1%	9,1%	77,3%
	8,00	4	18,2%	18,2%	95,5%
	9,00	1	4,5%	4,5%	100,0%
Итого		22	100,0%		

Спокойствие/Тревожность

		Частота	Процент	свидетельствующий процент-	копительный процент-
Допустимо	2,00	2	9,1%	9,1%	9,1%
	3,00	4	18,2%	18,2%	27,3%
	4,00	3	13,6%	13,6%	40,9%
	5,00	5	22,7%	22,7%	63,6%
	6,00	2	9,1%	9,1%	72,7%
	7,00	4	18,2%	18,2%	90,9%
	8,00	2	9,1%	9,1%	100,0%
Итого		22	100,0%		

- 2 балла:** 1 респондент (4,5%) выбрал минимальную оценку, что свидетельствует о высокой степени сдержанности. Вероятно, данный человек предпочитает контролировать свои эмоции и внешние проявления, избегая открытой демонстрации чувств и поддерживая формальный стиль общения.
- 3 и 4 балла:** 2 человека (9,1%) выбрали каждый из этих баллов. Это указывает на тенденцию к умеренной сдержанности. Респонденты данной категории, вероятно, контролируют свои эмоции в большинстве ситуаций, но могут позволить себе большую выразительность в близком кругу или в комфортной обстановке.
- 5 и 6 баллов:** 5 человек (22,7%) выбрали каждый из этих баллов. Это свидетельствует о том, что значительная часть группы считает себя умеренно сдержанными или умеренно экспрессивными. Вероятно, эти люди подстраиваются под ситуацию, проявляя большую сдержанность в официальной обстановке и большую экспрессивность в неформальной.
- 7 баллов:** 2 респондента (9,1%) отдали предпочтение 7 баллам, что указывает на возрастающее стремление к выражению чувств и эмоций.
- 8 баллов:** 4 человека (18,2%) выбрали 8 баллов, демонстрируя выраженную склонность к экспрессивности. Эти респонденты, вероятно, не стесняются демонстрировать свои эмоции, открыто выражают свое мнение и активно участвуют в обсуждениях.
- 9 баллов:** 1 человек (4,5%) оценил себя на 9 баллов, что может говорить о крайней степени экспрессивности. Этот респондент, вероятно, склонен к эмоциональным проявлениям, открытой демонстрации чувств и активному выражению своих мыслей и идей.
-

- 2 балла (9,1%):** 2 человека, составляющие 9,1% от общего числа респондентов, оценили свой уровень спокойствия на 2 балла. Эта оценка указывает на чрезвычайно высокий уровень беспокойства у этих участников.
- 3 балла (18,2%):** 4 человека (18,2%) выбрали отметку в 3 балла, что также сигнализирует о значительном уровне тревожности, хотя и несколько ниже, чем в предыдущем случае.
- 4 балла (13,6%):** 3 участника (13,6%) оценили свой уровень спокойствия в 4 балла. Эта оценка предполагает, что тревожность для этих людей является заметным фактором, оказывающим влияние на их эмоциональное состояние.
- 5 баллов (22,7%):** 5 человек (22,7%) выбрали нейтральную отметку в 5 баллов. Это может указывать на состояние баланса между спокойствием и тревожностью.
- 6 баллов (9,1%):** 2 человека (9,1%) выбрали 6 баллов. В контексте данной шкалы это означает, что они, скорее, ощущают себя спокойными, хотя и не полностью свободными от беспокойства.
- 7 баллов (18,2%):** 4 участника (18,2%) оценили свой уровень спокойствия на 7 баллов. Эта оценка позволяет предположить, что данные люди в целом чувствуют себя спокойно и уверенно.
- 8 баллов (9,1%):** 2 человека (9,1%) выбрали самую высокую оценку — 8 баллов. Это свидетельствует о том, что данные участники обладают исключительно высоким уровнем спокойствия и устойчивости к стрессовым факторам.

Консерватизм/Радикализм

		Частота	Процент	свидетельствующий процент-	копительный процент-
Допустимо	4,00	2	9,1%	9,1%	9,1%
	5,00	1	4,5%	4,5%	13,6%
	6,00	4	18,2%	18,2%	31,8%
	7,00	7	31,8%	31,8%	63,6%
	8,00	3	13,6%	13,6%	77,3%
	9,00	4	18,2%	18,2%	95,5%
	10,00	1	4,5%	4,5%	100,0%
Итого		22	100,0%		

- **4 балла (9,1%):** 2 человека выбрали оценку в 4 балла. Это говорит о том, что они склонны к консервативным взглядам, но допускают некоторую гибкость и адаптацию к новым условиям.
- **5 баллов (4,5%):** 1 человек (4,5%) выбрал эту оценку. Она свидетельствует о центристской позиции, предполагающей равное уважение к консервативным и радикальным идеям.
- **6 баллов (18,2%):** 4 респондента (18,2%) оценили свои убеждения на 6 баллов. Это говорит о постепенном смещении в сторону радикализма, хотя с заметным уважением к консервативным принципам.
- **7 баллов (31,8%):** 7 человек, что составляет 31,8% опрошенных. Это отчетливо свидетельствует о преобладании радикальных настроений, хотя и не в самой крайней форме.
- **8 баллов (13,6%):** 3 человека (13,6%) выбрали эту оценку, что говорит о выраженной склонности к радикализму.
- **9 баллов (18,2%):** 4 респондента (18,2%) оценили свои убеждения в 9 баллов. Это свидетельствует о почти максимальном радикализме, граничащем с экстремизмом.
- **10 баллов (4,5%):** 1 человек (4,5%) выбрал наивысшую оценку — 10 баллов. Это говорит о крайне радикальной позиции.

Чувствительность/Уравновешенность

	Частота	Процент	чувствительность процент-	копитательность процент-
Допустимо				
4,10	2	9,1%	9,1%	9,1%
4,30	1	4,5%	4,5%	13,6%
4,50	1	4,5%	4,5%	18,2%
4,90	1	4,5%	4,5%	22,7%
5,30	1	4,5%	4,5%	27,3%
5,50	2	9,1%	9,1%	36,4%
5,90	1	4,5%	4,5%	40,9%
6,10	2	9,1%	9,1%	50,0%
6,50	1	4,5%	4,5%	54,5%
6,70	1	4,5%	4,5%	59,1%
6,90	1	4,5%	4,5%	63,6%
7,10	1	4,5%	4,5%	68,2%
7,70	1	4,5%	4,5%	72,7%
7,90	1	4,5%	4,5%	77,3%
8,10	1	4,5%	4,5%	81,8%
8,30	1	4,5%	4,5%	86,4%
8,90	1	4,5%	4,5%	90,9%
9,10	1	4,5%	4,5%	95,5%
9,30	1	4,5%	4,5%	100,0%
Итого	22	100,0%		

- **4 балла:** 5 человек (22,7%). Значение указывает на выраженную тенденцию к чувствительности, предполагает склонность к эмоциональным реакциям и восприимчивость к внешним воздействиям.
- **5 баллов:** 4 человека (18,2%). Этот балл можно рассматривать как нейтральную точку, отражающую примерно равное соотношение чувствительности и уравновешенности.

- **6 баллов:** 5 человек (22,7%). Уравновешенность начинает преобладать, но чувствительность по-прежнему играет важную роль.
- **7 баллов:** 3 человека (13,6%). Показатель демонстрирует доминирование уравновешенности с некоторой сдержанностью в проявлении эмоций.
- **8 баллов:** 3 человека (13,6%). Эмоциональный контроль хорошо развит.
- **9 баллов:** 2 человека (9,1%). Высокий уровень самообладания.

Выводы по результатам эмпирического исследования

1. В исследуемой группе сдержаные участники опроса склонны иметь более низкую степень удовлетворенности в выбранной проблемной сфере личностного кризиса, тогда как экспрессивные испытуемые демонстрируют более высокую степень удовлетворенности.
2. Консервативные люди склонны оценивать свои способности справляться с переживаниями хуже, тогда как более радикальные респонденты склонны считать, что они лучше справляются со своими переживаниями.
3. В исследуемой группе тревожные респонденты проявляют более выраженную потребность в психологической помощи, тогда как более спокойные в меньшей степени ощущают такую потребность.
4. Чувствительные люди в исследуемой выборке проявили меньшую потребность в психологической помощи, тогда как более уравновешенные указали на то, что ощущают потребность в психологической помощи и готовы обратиться к специалисту.

Заключение. Анализ результатов проведенного исследования позволяет констатировать, что выдвинутые нами гипотезы были подтверждены.

Кризис личности является сложным и многообразным явлением, зависящим от множества факторов. Индивидуальные характеристики, безусловно, играют важную роль в проявлении и переживаниях кризиса, однако их влияние необходимо изучать более детально с использованием более крупных и репрезентативных выборок. Данное исследование предоставляет отправную точку для дальнейшего изучения этого важного проблемного поля с использованием большей выборки для подтверждения или опровержения выявленных тенденций и расширения понимания взаимосвязей между индивидуальными характеристиками и проявлениями кризиса личности.

Литература

1. Аддикция и психологические кризисы: личностные, возрастные, семейные [Текст]. – М.: LAP Lambert Academic Publishing, 2013. – 80 с.
2. Анциферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита [Текст] / Л.И. Анциферова — М.: ПЕР СЭ, 2007. – 143–154 с.
3. Выготский Л.С. Психология развития. Избранные работы [Текст] / Л.С. Выготский. — М.: Юрайт, 2025. — 281 с.
4. Гроф К. Духовный кризис: Когда преобразование личности становится кризисом [Текст] / К. Гроф; под ред. С. Гроф и К. Гроф; пер. с англ. А.С. Ригина под ред. В.В. Майкова. — М.: Класс: Изд-во Трансперсон. ин-та, 2020. — 468 с.
5. Зеер Э.Ф. Психология профессионального развития: учебник для вузов [Текст] / Э. Ф. Зеер, Э. Э. Сыманюк. — 3-е изд., испр. и доп. — М.: Юрайт, 2025. — 234 с.
6. Козлов В.В. Психология кризиса [Текст]: монография / В.В. Козлов. — М.: ИП Петросян, 2022. — 654 с.
7. Козлов В.В. Работа с кризисной личностью [Текст] / В.В. Козлов. — М.: Психотерапия, 2007. – 336 с.
8. Личность и кризис [Текст] / Перевод Ю. Игнатовой. — М.: Йога Экс-Пресс, 2014. – 272 с.
9. Сатир В. Психология семьи [Текст] / В. Сатир. — СПб.: Питер, 2024. – 288 с.
10. Фрейд З. Введение в психоанализ [Текст] / З. Фрейд; пер. с нем. Г.В. Барышниковой. — М.: АСТ, 2025. – 544 с.
11. Шафажинская Н.Е. Практическая психология [Текст]: учебно-методическое пособие / Н.Е. Шафажинская, И.В. Положенцева, Г.Н. Юлина. — М.: ФГБОУ ВО МГУТУ им. К.Г. Разумовского (ПКУ): ВАШ ФОРМАТ, 2020. – 172 с.
12. Эрикссон Э. Детство и общество [Текст] / Э. Эрикссон; перевод, науч. ред. и примеч. А. А. Алексеева. — СПб.: Питер, 2025. – 448 с.
13. Юлина Г.Н. Ценностные основания гуманитарного образования в эпоху глобализации [Текст] / Г.Н. Юлина, Шафажинская Н.Е. Шафажинская // Сб. статей Международной научной ассамблеи, 16–17 ноября 2021 г. / под ред. И.В. Ильина. — М.: МООСИПНН Н.Д. Кондратьева, 2022. – С. 209–216.

References

1. Addiktsiya i psikhologicheskie krizisy: lichnostnye, vozrastnye, semejnye. M.: LAP Lambert Academic Publishing, 2013. 80 s.
2. Antsyferova L.I. Lichnost' v trudnykh zhiznennykh usloviyakh: pereosmyslenie, preobrazovanie situatsij i psikhologicheskaya zashchita. M.: PER SEH, 2007. S. 143–154.
3. Vygotskij L.S. Psikhologiya razvitiya. Izbrannye raboty. M.: Yurajt, 2025. 281 s.
4. Grof K. Dukhovnyj krizis: Kogda preobrazovanie lichnosti stanovitsya krizisom / Pod red. S. Grof i K. Grof; Per. s angl. A.S. Rigina pod red. V.V. Majkova. M.: Klass: Izd-vo Transperson. in-ta, 2020. 468 s.
5. Zee EH.F. Psikhologiya professional'nogo razvitiya: uchebnik dlya vuzov / EH.F. Zeer, EH. EH. Symanyuk. 3-e izd., ispr. i dop. M.: YurajT, 2025. 234 s.
6. Kozlov, V. V. Psikhologiya krizisa: monografiya. Kozlov. Moskva: IP Petrosyan, 2022. 654 s.
7. Kozlov V.V. Rabota s krizisnoj lichnost'yu. M.: Psikhoterapiya, 2007. 336 s.
8. Lichnost' i krizis / Perevod YU. Ignatovoj. M.: Joga Ehks-Press, 2014. 272 s.
9. Satir V. Psikhologiya sem'i. SPb.: Piter, 2024. 288 s.
10. Frejd Z. Vvedenie v psikhoanaliz; per. s nem. G.V. Baryshnikovoj. Moskva: AST, 2025. 544 s.
11. Shafazhinskaya N.E., Polozhentseva I.V., Yulina G.N. Prakticheskaya psikhologiya: Uchebno-metodicheskoe posobie. M.: FGBOU VO MGUTU im. K.G. Razumovskogo (PKU): VASH FORMAT, 2020. 172 s.
12. Ehriksson EH. Detstvo i obshchestvo / EH. Ehriksson; perevod, nauch. red. i primech. A.A. Alekseeva. SPb.: Piter, 2025. 448 s.
13. Yulina G.N., Shafazhinskaya N.E. Tsennostnye osnovaniya gumanitarnogo obrazovaniya v ehpokhu globalizatsii // Sb. statej Mezhdunarodnoj nauchnoj assamblei, 16–17 noyabrya 2021 g. / pod red. I.V. Il'ina. M.: MOOSIPNN N.D. Kondrat'eva, 2022. S. 209–216.