



МРНТИ 04.15.31

К.А. Мухамбетова¹

Л.Г. Куликова²

¹Евразийский гуманитарный институт, Нур-Султан, Казахстан

²Евразийский институт практической психологии и психотерапии, Нур-Султан, Казахстан
(E-mail: mukhambetova74@inbox.ru, k_ludmila_k@mail.ru)

Методология исследования и феноменология личностных кризисов: социологический подход

Аннотация. В статье поставлен вопрос о протекании личностных кризисов в условиях современного общества, основной характеристикой которого стали утрата традиционных ценностей, отказ от единых сценариев развития, отсутствие четких критериев выбора жизненных целей. Авторы анализируют кризисы середины жизни у мужчин с позиций гендера, ценностей, смыслов, ресурсов, исторических событий.

Для погружения в жизненный мир информантов был использован метод биографического интервью, относимый в практике социологических исследований к качественным методам. Авторы сосредоточились на глубоком рассмотрении кризисов отдельных субъектов, их понимании и интерпретации. Важной характеристикой метода является то, что опрашиваемым (информантам) он дает возможность осознать и структурировать собственную жизнь.

Кроме того, использованы результаты психодиагностических исследований, что позволило дополнить феноменальную сторону личностных кризисов «жесткими» данными.

Ключевые слова: кризис, личностный кризис, мужской опыт, ценностные ориентации, смыслы, зрелость, качественная методология, биографическое интервью.

DOI: <https://doi.org/10.32523/2616-6895-2021-137-4-442-453>

Введение

Неотъемлемой характеристикой современности стало резкое увеличение различных кризисных явлений: аксиологический, экологический, демографический, экономический кризис, кризис межкультурных отно-

шений, терроризм. Конец XX - начало XXI веков характеризуется экспертами как начало «мирового общества риска», «эры кризисов», «рискованного бытия», вводится понятие «цивилизационная кризисогенность» как повод для возникновения кризисных ситуаций, заложенный в ценностных основаниях совре-

менной цивилизации [1]. Кризисы приобретают трансграничный и транссистемный характер, возрастает роль средств массовых коммуникаций и новых социальных медиа, расширяется «виктимизация» населения. Кризисы мутируют, усложняются, превращаются в «самоподдерживающийся процесс» путем воспроизводства или перетекания в новые формы [1].

Общество в ситуации кризиса утрачивает способность стабильного развития, а социальные противоречия обостряются, формируется так называемое кризисное сознание. Рассказы Л.Д. и Бадмаева М.В. [2] рассматривают его как сознание, претерпевшее качественные изменения, утратившее целостность и образовавшее собственную идеальную реальность, проявляющуюся в апокалиптических формах, эсхатологических построениях, политических утопиях, массовых фантазиях и фобиях.

В философско-антропологической традиции тема кризиса возникает еще в начале XX века как рефлексия кризиса традиционной культуры и крушения традиционных ценностей, обернувшихся потерей целей, утратой идеалов, размытием привычных ориентиров. Что происходит в результате? Общество предоставляет индивиду огромное количество сценариев развития и целей, но при этом не задает объективных и универсальных критериев для выбора. Человек же оказывается в сложной ситуации идентификации себя в условиях зачастую противоречащих друг другу ценностей.

Как ответ на это в гуманитарном знании утверждается образ человека, «выживающего в обломках гибнущего времени, страдальца, в чьем духовном одиночестве только и возможно преобразование ценностей» [3, с. 112]. Более того, программа спасения культуры строится на противопоставлении уникальной индивидуальности и безликой социальной массы. Центральную роль играют тема работы над собой, мотив преодоления, поиск глубины в самом себе, сохранение собственной свободы. Таким образом, глобальный кризис общества и культуры оборачивается кризисом человека.

Обзор проблемы. Обсуждение

Если поместить фокус внимания на казахстанское пространство, то здесь наблюдается собственный трансформационный кризис, напрямую связанный со сломом особой советской цивилизации и последующими системными изменениями [4, с. 115]:

- движение от плана к рынку, переход от трудящегося к наемному работнику, от зависимого рабочего к самостоятельному предпринимателю, формирование готовности к повышению личной ответственности, несению социальных рисков;
- переход от централизма к демократии и плюрализму, от тоталитаризма к свободе личности, от группоцентризма к индивидуализму;
- движение от индустриализма к постиндустриализму; от модерна к постмодерну; от монотипизма к полистилизации культурных форм и образцов;
- стремление к развитию новых концепций самосознания и образцов поведения.

По словам Смакотиной Н.Л., происходит не только разрушение привычного образа жизни всех социальных слоев общества, возникновение идеологического и морального вакуума, но изменяется сама реальность. При этом «новая» реальность перестает быть закономерно развивающейся, связанной с прошлым опытом, традициями, привычками, превращаясь в приблизительную, необязательную, неопределенную, лишенную внутренних и внешних гарантов [5, с. 7]. Формируется новое поле кризисов, с которыми сталкивается человек: ситуации безработицы, миграции, инфляция, смешение или размытие гендерных ролей, утрата социальной идентичности, аномия, слабая прогнозируемость, непредсказуемость будущего.

Человек оказывается в центре любого кризиса, неся на себе груз собственного миропонимания, оценки себя, своих потребностей и интересов. Это приводит не только к формированию междисциплинарных трендов в изучении проявлений и последствий кризисных явлений для личности, но и усиливает психо-

логическую линию в них. Кризис становится даже основанием терапевтической практики, меняя привычные представления о развитии и социализации: причины, механизмы, последствия происходящих с человеком событий характеризуются не как ненормальное и патологическое, а как кризисное явление. Человек кризиса становится философом-практиком, открывающим основания собственной жизни и ее глубинные смыслы [3, с. 114].

В данной работе мы сосредоточились на изучении кризисов зрелости или середины жизни, того возрастного периода, который в настоящее время стал объектом интенсивного изучения социологов, психологов, педагогов, философов. К этому возрасту (в разных периодизациях 38-40 или 40-45 лет) завершается продолжительный период социального развития, который связан с созданием семьи, рождением детей, закладкой и стабилизацией карьеры. Одновременно зрелость характеризуется наличием переломных моментов, меняющих жизнь, называемых возрастными кризисами. Проходя через эти кризисы, человек неизбежно сталкивается с необходимостью найти ответы на вопросы о смысле и ценности жизни, собственной успешности, насыщенности отношений с окружающими, осознать неизбежность смерти и понять связанные с этим страхи. От этого зависит дальнейшее движение вперед.

Дэвид Бланчфлауэр, проанализировав данные по 132 странам, заявил, что человек испытывает наибольшие страдания в 47,2 года [6]. Для развитых стран самая низкая точка благополучия и удовлетворенности жизнью приходится на 47,2 года, тогда как для развивающихся это возраст составляет 48,2 года. Среди маркеров «несчастья» были выделены отчаяние, тревожность, одиночество, печаль, стресс, депрессия, фобии, паника, подавленность, беспокойный сон, неуверенность в себе, неспособность преодолеть трудности, напряжение, ощущения неудачливости, обделенности, а также самоуничтожение. Бланчфлауэр проанализировал также отношение человека к ситуации в его стране проживания, а также к будущему мира в целом. Как утвержда-

ет ученый, в кризисе среднего возраста (от 40 до 59 лет) в том числе виноваты рост глобализации и финансовые кризисы: «мировой кризис с 2008 года снизил жизнеспособность сообществ, оставленных глобализацией, и усложнил для уязвимых людей, переживающих кризис среднего возраста, задачу выдержать этот шок» [6].

По всей видимости, общество по сей день не готово отвечать на эти вызовы и оказывать помощь своим представителям, переживающим состояние социального вакуума, неудовлетворенности собой, статусом, отношениями с окружающими. Несмотря на то, что в психологии давно выделены возрастные кризисы, большая часть людей чаще либо не знает об их существовании, либо считает проживание кризисов постыдным, недостойным «сильного» человека. Между тем избегание кризиса может сопровождаться глубокими депрессивными переживаниями, болезнями, ухудшением качества профессиональной деятельности.

Обычно возрастные кризисы взрослых носят характер экзистенциальных, проходят осознанно и более скрыто, интериоризованно, не столь строго привязаны к хронологическому возрасту, так как в зрелости, наряду с возрастной линией развития, появляется так называемая индивидуальная линия жизни или жизненный путь, который может по-разному соотноситься с онтогенетическим развитием. Кроме того, исследователи отмечают, что кризисы зрелости обусловлены внешними социальными условиями, степенью субъективной реализованности жизни, соотношением в представлении человека значимости его прошлого и будущего, гендерными различиями в образе жизни и характере социальных ожиданий [7].

Так как переживается и рефлексруется кризис зрелости / середины жизни как индивидуальный опыт? Каким образом ощущается личностью включенность в общественный и временной контекст в этот период? Какие резервы позволяет обнаружить кризис в условиях конкретного пространства и времени? Откуда черпаются ресурсы в преодолении личностных кризисов? Какие ценности и

смыслы проверяются на истинность? Как влияют на переживание кризиса гендерные нормы и стереотипы? А также какой метод будет наиболее пригоден для получения ответов на поставленные вопросы?

В процессе подготовки исследования было принято решение сосредоточиться на мужских кризисах, что было обусловлено недостаточным количеством данных, посвященных подобному анализу мужского опыта, феноменов маскулинности, закрытости в целом мира мужских переживаний. Были выбраны 15 мужчин среднего возраста (от 35 до 50 лет). Отбор участников осуществлялся на основе возрастного признака и готовности участвовать в исследовании.

В исследовании Белановской О.В. и Строгой Ю.В. [8] в период кризиса середины жизни взрослые переживают довольно яркий личностный кризис, при этом уровень выраженности профессионального и событийно-биографических кризисов ниже. Так, отмечается снижение позитивности восприятия жизни, падение самоуважения, рост пессимистичности в отношении будущего, снижение оценки достигнутых успехов, усиление агрессивности по отношению к окружающим, снижение интенсивности общения с родственниками, разрыв связей с привычным кругом общения, отход от привычного досуга. Кроме того, переживаются проблемы, связанные со здоровьем близких, социально-экономическая неустроенность, уход детей из семьи.

По мнению Шихи Г., с наступлением кризиса у человека происходят изменения в четырех измерениях: изменение внутреннего мира; ощущение физического спада; изменение восприятия времени (ощущение его нехватки); появление тревоги и чувства опасности [9]. В возрастном развитии кризис выполняет функцию «индикатора», период, когда материальная структура сформировалась, а способ проявления открывающихся возможностей не найден.

Ученые говорят о тесной связи возрастных и биографических кризисов в жизни человека, при этом кризис середины жизни имеет следующие варианты проявления: кризис

нереализованности (субъективное отрицательное переживание жизненной программы); кризис опустошенности (переживание душевной усталости и отсутствия достижений); кризис бесперспективности (отсутствие реальных жизненных планов, перспектив профессионального роста); кризис, обусловленный драматическими или трагическими обстоятельствами жизни, сопровождающийся запредельными эмоциональными переживаниями [10].

Обратимся к результатам исследования, проведенного Гвоздецкой В.К. [10] с использованием методик «Кризисы развития» Л.Г. Петрявской, тест «САН» (самочувствие, активность, настроение), шкала самооценки уровня тревожности Ч.Д. Спилбергера, Ю.Л. Ханина (сокращенный вариант), тест «Индекс жизненной удовлетворенности» (ИЖУ), адаптация Н.В. Паниной, методика диагностики уровня развития рефлексивности, опросник А.В. Карпова, методика С. Мадди «Тест жизнестойкости» в адаптации Д.А. Леонтьев, опросник многофакторного исследования личности Р.Б. Кэттелла (16 PF), адаптация В.И. Похилько, А.С. Соловейчика, А.Г. Шмелева.

Так, пик дисбаланса распределения энергии у мужчин наблюдается в период «середины жизни», а у женщин в период кризиса тридцати лет. Чаще всего подавляется отношение к телесности и внутреннему миру, что порождает психосоматические недомогания и снижение самочувствия, потерю осмысленности и чувства удовлетворения жизнью и поэтому требует психологической поддержки. Показатели жизнестойкости у мужчин распределяются неравномерно на протяжении всех жизненных этапов, смещаясь в процессе взросления от среднего и высокого к среднему и низкому. Мужчины стремятся контролировать свою жизнь, чтобы испытывать уверенность в том, что могут управлять событиями и влиять на результат деятельности, демонстрируют высокий уровень риска во все периоды жизни, однако к «середине жизни» этот уровень немного снижается до среднего.

Индекс жизненной удовлетворенности у мужчин снижается с возрастом и достигает

своего критического предела к «середине жизни», являясь переломным моментом, после которого либо происходит переоценка ценностей и перестройка к высокой удовлетворенности, либо она остается низкой. Основным содержанием жизненной удовлетворенности у мужчин во все периоды жизни являются: «последовательность в достижении целей», «согласованность действий»; в молодом возрасте и в поздней зрелости «положительная оценка себя»; в период «кризиса тридцати лет» – «интерес к жизни» и «настроение»; в период зрелости все качественные составляющие индекса жизненной удовлетворенности становятся значимыми.

Это же исследование показывает, что в период «середины жизни» адекватная самооценка у мужчин сочетается с рефлексией настоящего и будущего [10]. Жесткие и доминирующие мужчины не склонны к рефлексии общения и общей рефлексии, как бы вытесняя ее, для консервативно настроенных мужчин важно построение будущего и рефлексия настоящего. Высокая интеллектуальность исключает рефлексию в целом, поскольку мужчины полагаются на себя и свои интеллектуальные способности.

Исследования Чернобровкиной С.В. показывают, что переживание кризиса середины жизни мужчинами сопровождается более выраженной симптоматикой в сравнении с женщинами [9, с. 39]. Например, когнитивные симптомы кризиса середины жизни у мужчин выражены в большей степени. Показатели вероятности духовного кризиса и напряженности экзистенциального вакуума у мужчин выше, чем у женщин. У мужчин наблюдается пиковая тенденция духовного кризиса, указывающая на остроту эмоциональных переживаний. У женщин – регрессивная тенденция, свидетельствующая о снижении проявлений духовного кризиса, появлении осознанных целей и смысла жизни.

Поведенческие симптомы кризиса также в большей степени выражены у мужчин. Социально-психологическая адаптация у мужчин ниже, чем у женщин, что приводит к конфликтам в межличностных отношениях,

замкнутости, злоупотреблению алкоголем, напряженной работе и пр. Женщины в сравнении с мужчинами более социально адаптированы: лучше приспособлены к социальной среде, удовлетворены своим положением в обществе и отношениями с окружающими людьми. Проявление эмоциональных симптомов кризиса середины жизни имеет среднюю степень выраженности и у мужчин, и у женщин. При этом женщины имеют достоверно более высокую выраженность интенсивности познавательных процессов, интереса и психологической комфортности.

Методология исследования

Важным вопросом, поставленным в рамках данного исследования, был вопрос метода, который позволит исследовать мужские кризисы с содержательной стороны. В данном случае было выбрано свободное интервью (в практике социологических исследований относимое к качественному методу). Своеобразие качественных методов заключается в том, что они позволяют прояснить значение тех или иных ответов, уточнить аспекты мнений, обнаружить влияния, проанализировать сложные установки и т.д.

Характеристику качественных методов исследования в социологии можно свести к тому, что они позволяют глубже понять окружающий мир «с точки зрения тех, кто в нем живет» [11, с. 11]: причины действий, установки, жизненный опыт, взгляды, ход мыслей, ожидания, убеждения, намерения, стоящие за поведением человека. Объектом интереса становится локальное, специфическое в разрезе жизни отдельных малых групп или индивидов, жизненный мир со своей социальной практикой, нормами, опытом [12, с. 394]; исследователь концентрируется на глубоком рассмотрении социального опыта отдельных субъектов, его понимании и интерпретации, поиске смыслов. Данный опыт находит свое выражение в лексике, высказываниях, рассказах о собственной жизни.

Свободное интервью выступило разновидностью биографического метода, который по

мнению Девятко И.Ф., имеет много общего с методом включенного наблюдения и является разновидностью этнографического подхода к «анализу случая». Отличие состоит в большей сфокусированности «на уникальных аспектах истории жизни человека» [13, с. 64]. По определению В. Фукс-Хайнриц, биографический метод охватывает способы измерения и оценки жизненно-исторических свидетельств, рассказанных или сообщенных сведениях о жизни с позиции проживших ее [14, с. 12-13]. Истоки биографического метода коренятся в культурной антропологии и истории, а также в документальной журналистике и мемуаристике. Метод характеризуется значительной ретроспективностью, опосредованностью источников, стремлением к полноте реконструкции прошлого, близостью к искусству [15, с. 111]. Метод оперирует событиями, поступками, обстоятельствами и освещает не только объективную сторону жизни, но и переживания во внутреннем мире. Логинова Н.А. отмечает, что «в своем монографическом варианте метод отличается интимностью, нередко воспоминания, письма, дневники носят характер исповеди, и тогда особенно мощно работают субъективные факторы — защитные механизмы, влияние мотивов, реакция на исследователя, искажения памяти» [15, с. 111].

Ядов В.А. акцентирует внимание на том, что в биографическом повествовании существуют два пласта информации: события, о которых повествуют (что и как происходило в жизни), и способ повествования (как это рассказывается). Индивидуальная история жизни может стать основой при изучении способов «проживания жизненных событий»: индивидуальных кризисов, поворотных моментов жизненного пути, а также индивидуального опыта проживания значимых социально-исторических ситуаций [12, с. 363-364].

В исследовании мужских кризисов речь шла о так называемой тематической «истории жизни» [13, с. 69-70], которая отличается от полной истории жизни тем, что относится преимущественно к одной стороне или фазе жизненного цикла субъекта. Опыт применения биографического метода показывает воз-

можности получения серьезного объема качественных данных, связанных как с «мужской», так и «женской» темой. Уже одно интервью демонстрирует возможности, достоинства и недостатки метода, особенности работы с материалом, а также позволяет исследователю совершенствовать коммуникативные навыки и стиль общения с конкретной категорией информантов. Для опрашиваемого участие в биографическом интервью — это способ осознания и структурирования собственной жизни, ее отдельных сфер или временных планов. Здесь также скрыты возможности проявления активизма, привлечения внимания к тем или иным вопросам, озвучивания тем, которые обычно умалчиваются и т.д.

Интервью проводилось в период с ноября 2019 года по январь 2020 года. Мужчинам-участникам исследования, направленного на анализ переживаний личностных кризисов, было предложено письменно ответить на ряд открытых вопросов. Интервью, таким образом, было построено по типу заочного участия с соблюдением конфиденциальности и анонимности. Участники (информанты) дали согласие на публикацию своих результатов в обобщенном виде. Анализу подлежал опыт последних 15 лет, информанты были свободны в ответах, никаких ограничений по объему или стилю высказываний поставлено не было. Со стороны авторов исследования, в свою очередь, была высказана просьба об искренности и полноте ответов.

Результаты

Часть вопросов была направлена на определение восприятия информантами времени, общества, общей социальной событийности, включая социально-экономические кризисы и их влияние на жизнь, чувства сопричастности к изменениям в окружающем их мире. Для начала участников исследования попросили охарактеризовать время, установленный 15-летний промежуток. Характеристики были получены разные: от «обычное время» (какое было у всех, видимо, неплохое) и «все это в прошлом» (без дальнейших комментари-

ев) до «время больших возможностей и высоких рисков», «время важных изменений».

С этим временем связаны возмужание, вступление в отцовство, разводы, разрывы отношений, повторные браки, профессиональное развитие, начало карьеры. Время сравнивали с самолетом, который набирает высоту «на автопилоте», а собственную активность – с попытками переключиться на ручной режим. Отметим, что с этими воспоминаниями к кому-то пришло и ощущение сегодняшнего возраста.

Важной особенностью метода является возможность сопоставления двух исторических линий, сопряженности «большой» истории (мира, страны) и личной истории, биографии. Что происходило в этот период времени в мире? Как эти события влияли на жизнь? В интервью вспомнили приход чернокожего президента в США, смерть Майкла Джексона, террористические акты, климатические бедствия, крушения самолетов, политические и экономические кризисы, военные конфликты, рост насилия и социальной напряженности. Ощущалось «изменение картины мира», «геополитической парадигмы», «усиление информационной составляющей общества». Из области положительного помнится, что «во всем мире присутствовало ожидание больших перемен к лучшему» (которое разделялось, как можно понять из контекста). К кому-то пришло понимание, что «все эти события в мире и обществе – часть какого-то глобального изменения мирового сознания». Из негативного в памяти осталась тревога за благополучие близких, за будущее детей, обида на обесценивание всего.

В этот период в Казахстане пережили три волны девальвации национальной валюты, «отъезд из страны образованных и интеллигентных людей», рост криминала и радикализма. Со всеми этими событиями пришло снижение платежеспособности в более чем в два раза, обесценивание пенсионных накоплений, ощущение бессилия что-то изменить и попытки принять этот факт. Информанты ска-зали об исчезновении чувства безопасности, все более частых мыслях эмигрировать в более безопасную страну, чтобы «хотя бы дети жили достойно».

Несмотря на то, что страна «молодая, красивая, богатая», «страна добрых людей», она чаще определяется через такие термины, как «коррупция», «бесправие», «неравенство», «агрессия», «каждый сам за себя». Ожидаемо критикуют власть, жалеют народ, ждут, что «система сама разрушится». В целом, это «наболевшая тема для многих».

Рассуждая о глобальных кризисах, информанты признают, что «кризис – это теперь естественное состояние современного мира», о кризисе они слышат постоянно на протяжении заявленных в исследовании 15-ти лет: чувствуется нестабильность экономики, рост цен на продукты и товары, повышаются расходы, при сокращении доходов, нет ясности в картине будущего. Личные планы, безусловно, приходится менять, корректировать, отодвигать. Но думать о влиянии экономических и социальных кризисов на собственную жизнь не нравится, погружаться в тему неприятно.

Один из участников исследования признался: «Я раньше считал, что причиной распада моего первого брака была экономическая ситуация в стране, приходилось в двух местах работать и по вечерам заниматься частным извозом».

Таким образом, современность предстает как нечто нестабильное, кризисное, изменчивое, непредсказуемое; время, в котором у человека часто мало опор. Ощущение себя в подобном мире ожидаемо разное, но, возможно, разной является и глубина рефлексии по этому поводу. Обратимся к ответам информантов. Кто-то делает акцент на гибкости и стабильности – «в современности ощущаю себя хорошо, ситуации заставляют менять точку зрения и отношение к ним», «я матерый, опытный, умеренно гибкий», кто-то на гармонии – «современный мир создан для меня». Кем-то констатируется отставание от «стремительного технологического процесса», а кто-то говорит о сложностях понимания истинного предназначения: «не всегда получается помнить о том, зачем мы на самом деле пришли в эту жизнь и что в ней самое главное. То ли пытаться развивать себя духовно и нравственно, то ли тоже пуститься в гонку за материальными благами жизни».

Одна из важных тем, звучащих в исследовании – это тема мужественности, маскулинности. Современность создает новые модели маскулинности, бросая вызов традиционному гендерному порядку. Здесь тоже кризис, только маскулинности. Выполнение привычных мужских ролей защитника и кормильца становится все более сложным. Возрастает активность, самостоятельность женщин, конкурирующих с мужчинами на рынке труда, демонстрирующих ориентацию на равные отношения с ними в приватной сфере. В предисловии к сборнику *«Способы быть мужчиной. Трансформация маскулинности в XXI веке»*, И.Н. Тартаковская пишет о том, что *«современная социальная реальность предъявляет множество сложных и противоречивых требований и к мужчинам, и к женщинам, и, возможно, мужчинам справляться с ними даже сложнее – и это напряжение приводит к многочисленным стрессам, ролевым конфликтам, противоречивым маскулинным сценариям»* [16, с. 6].

Об этом говорит наука, а в своих ответах на вопрос о том, как ощущает себя мужчина в современном мире, информанты писали об увеличении уровня стресса, сложности реализации ценности «мужчина – добытчик», повышении тревожности перед лицом потенциальных неудач, страхах что-то упустить или проиграть: *«потенциальные неудачи и проблемы повышают мой уровень стресса и тревожности»*, *«снижение уверенности в себе из-за страха не догнать стремительное развитие технологий, индустрий»*.

Среди вызовов, на которые вынужден отвечать сегодня мужчина, информанты назвали эмансипацию женщин (например, *«вызов бросала супруга»*), ослабление института семьи, постоянные изменения, требующие больше знаний и навыков *«справляться с потоками информации»*, *«управлять временем»*, *«критического мышления»*, *«эффективной коммуникации»*. И все это – личный опыт.

О поведении мужчины в кризисной ситуации рассуждали как в традиционном ключе: *«в кризисе мужчина собран»*, *«в кризисе у мужчины включается холодный разум»*, так и сомневались, честно отвечая: *«Не могу сказать точно, от чего это зависит (возможно, от ситуации и*

моего личного отношения к ней), но думаю, что в каких-то ситуациях я могу быть собранным и спокойным, а к другим могу быть не готов».

Собственное поведение в кризисе в описаниях чаще укладывается в стереотипные схемы концентрации, холодной головы, собранности, хотя бы и после периода смятения и закрытости. Осторожно звучат и признания в том, что не хотелось бы повторения тех переживаний, чувств и эмоций.

Опыт личностных кризисов в указанное время есть у всех участников исследования, вызваны они различными обстоятельствами: утратами, уходом из жизни родителей, разводами, сменами мест проживания, возрастными изменениями, разрывов отношений с самыми близкими людьми, потерей смысла жизни, поисками собственного предназначения.

В стремлении преодолеть кризис только небольшая часть информантов обращается к профессиональной психологической помощи, кто-то из них находится в процессе освоения новой профессии психолога. Чаще же задействуются *«деньги, связи, умственные способности»*, общение, спорт, медицина, уход в работу. Мужчины обращаются к духовным практикам, читают Коран, посещают мечеть.

Как результат кризиса мужчины-информанты отмечают изменения отношения к себе, семье, женщинам, бывшим женам, детям, работе, вопросам жизни и смерти.

Участники исследования говорили о неизбежности кризисов, признавая тот факт, что не каждый может говорить об этом. Кризисы готовы обсуждать только с самыми близкими людьми. В кризисе теряют способность адекватно управлять собой, хотя видят в нем положительную силу, возможность для выхода на новый уровень развития, его сравнивают с испытанием, которое необходимо пройти. Вопрос о готовности к кризисам был оставлен без ответа всеми.

Завершающий блок вопросов был посвящен ценностям, идеалам, смыслам. Что осталось неизменным для информантов? Честность, порядочность, сострадание, стремление прийти на помощь, вера в Аллаха, высший смысл, ценности семьи, родительства, взаим-

ной поддержки, знаний. Участники исследования подчеркивают процессуальность смысла жизни, стремление познать себя в этом процессе, понимать суть жизненных ситуаций, научиться быть счастливым, нести миру добро, оставить след. Мужчины утверждают, что смысл их жизни оставался неизменным, просто до кризиса он не осознавался.

Здесь важно отметить роль психотерапии в проживании и осознании личностных кризисов: концентрация на эмоциональных аспектах, понимание собственных чувств, признание собственной слабости или растерянности, поиск эффективных стратегий выхода из кризиса больше свойственны именно тем, кто имеет опыт обращения к услугам психолога. Для остальных мужчин характерно описание внешних обстоятельств кризисной ситуации, акцент на внешних причинах кризиса и опора на стереотипные представления о мужественности, выходах из кризиса, способах совладания с ним.

Заключение

Таким образом, в проведенном исследовании тема кризиса раскрывается с разных сторон. Кризис оказывается характеристикой времени, которое определяется также как период больших возможностей и высоких рисков, глобальных перемен, роста насилия и конфликтов, что отзывается тревогой за себя и близких и эскапистскими настроениями (уже личная тема).

Кризис звучит как определение социальной ситуации, наполненной агрессией, неравенством, неясностью будущего, что заставляет информантов развивать гибкость, ускоряться, принимать вызовы, включаться в гонку за материальным, при этом надеяться только на себя, испытывать страх потери и снижение уверенности в себе. Мужчины-информантами отмечен и фактор эмансипации женщин и трансформации семейного института, при этом все сложнее оставаться в рамках привычных мужских моделей поведения.

Как личный опыт кризис признается неизбежным, степень готовности к нему однозначно невысокая, отметим сложности информантов с рефлексией эмоционального состояния, объяснимое стремление уйти от описания этого аспекта кризиса. В исследовании личностные кризисы были вызваны утратами, разрывами отношений, переездами, внутренними трансформациями, возрастом, отмечается их наполненность негативными переживаниями, повторение которых нежелательно ни для кого. Способы совладания с личностными кризисами у большинства мужчин стереотипные, они либо предпочитают погружаться в активную деятельность, скорее уходя от переживаний, либо обращаются к духовным практикам.

Важным результатом личностных кризисов признается осознание смысла собственной жизни, а также понимание ценностей честности, порядочности, знаний, веры.

Список литературы

1. Грызунова Е.А. Концепции кризиса социальной системы: сравнительный анализ. // Вестник МГИМО-Университета - 2012. - №4. - С. 271. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kontseptsii-krizisa-sotsialnoy-sistemy-sravnitelnyy-analiz> (дата обращения: 10.01.2020).
2. Рассказов Л.Д., Бадмаева М.В. Кризисное сознание российского социума в условиях общества переходного периода // Вестник БГУ. Педагогика. Филология. Философия – 2018. - Vol. 1 - №3. – С. 53.
3. Власова О.А. Теория и терапия кризиса: от критики культуры к практике саморазвития. // Вестник БГУ. Серия: Философия. – 2018. - №4. – С. 112.
4. Мухамбетова К.А. Социальная аномия и формирование ценностных ориентаций личности в Казахстане: дисс. ... канд. социол. наук. - Алматы, 2004.- 120 с.

5. Смакотина Н.Л. Основы социологии нестабильности и риска: философский, социологический и социально-психологический аспекты. – М.: КДУ, 2009. – 242 с.
6. David G. Blanchflower. Is Happiness U-shaped Everywhere? Age and Subjective Well-being in 132 Countries. NBER Working Paper No. 26641. – NBER. –2020. URL: <https://www.nber.org/papers/w26641>. (дата обращения: 3.02.2020).
7. Головей Л.А., Манукян В.Р. Психобиографическое изучение кризисов взрослого периода развития. // Вестник СПбГУ. Серия 6. Политология. Международные отношения. – 2003. – №4. – С. 102. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihobiograficheskoe-izuchenie-krizisov-vzroslogo-perioda-razvitiya>. (дата обращения 15.01.2020).
8. Белановская О.В., Строгая Ю.В. Проблема кризисов зрелого возраста. Изв. Саратов. ун-та. Нов. сер. Сер. Акмеология образования. Психология развития. – 2014. – №4. – С. 337-338. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-krizisov-zrelogo-vozrasta>. (дата обращения 15.01.2020).
9. Чернобровкина С.В. Гендерные особенности переживания и преодоления кризиса середины жизни. // Вестник ОмГУ. – 2014. – №2. – С. 31.
10. Гвоздецкая В.К. Психологические особенности и поддержка взрослых в ситуациях нормативно-го кризиса взрослости. Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches. 2016. Vol. 5, Is. 6A. Публикация на официальном сайте издательства «Analitika Rodis». – URL: <http://publishing-vak.ru/file/archive-psycology-2016-6/1-gvozdetskaya.pdf>. (дата обращения: 10.02.2020).
11. Изучение и понимание гендерных вопросов в образовании. Руководство по проведению качественного исследования практиками образовательной сферы и специалистами по гендерным вопросам. – Азиатское и Тихоокеанское Региональное Образовательное Бюро ЮНЕСКО. – Бангкок, Таиланд, 2004. – 92 с.
12. Ядов В.А. Стратегия социологического исследования: описание, объяснение, понимание социальной реальности. – М.: Омега-Л, 2009. – 567 с.
13. Девятко И.Ф. Методы социологического исследования. – М.: КДУ, 2009. – 296 с.
14. Фукс-Хайнриц В. Биографический метод // Биографический метод в социологии: история, методология и практика. – М.: ИС РосАН, 1994. – 148 с.
15. Логинова Н. А. Биографический метод в свете идей Б.Г. Ананьева. // Вопросы психологии. – 1986. – №5. – С. 104.
16. Способы быть мужчиной. Трансформация маскулинности в XXI веке. Сборник под ред. Тартаковской И.Н. – М.: Фонд имени Генриха Бёлля, Издательство «Звенья», 2013. – 278 с. – URL: https://ru.boell.org/sites/default/files/sposoby_byt_muzhchinoy_pdf.pdf (дата обращения: 25.01.2020).

References

1. Gryzunova E.A. Konceptii krizisa social'noj sistemy: sravnitel'nyj analiz. [Perspectives of social system crisis: comparative analysis], Vestnik MGIMO [MGIMO Review of International Relations]. №4. P. 271. [Electronic resource]. – (2012) Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/kontseptsii-krizisa-sotsialnoy-sistemy-sravnitelnyy-analiz>. (Accessed: 10.01.2020).
2. Rasskazov L.D., Badmaeva M.V. Krizisnoe soznanie rossiyskogo sociuma v usloviyah obshhestva perehodnogo perioda [Crisis consciousness of russian society during the transition period] Vestnik BGU [BSU bulletin.Pedagogy. Philology. Philosophy], 3 (1), 53 (2018).
3. Vlasova O.A. Teoriya i terapiya krizisa: ot kritiki kul'tury k praktike samorazvitiya [Crisis theory and therapy: from the culture critics to the practice of self-development], Vestnik VGU. Seriya: Filosofiya [Proceedings of Voronezh State University. Series: Philosophy], 4, 112 (2018).
4. Muxambetova K.A. Social'naja anomija i formirovanie cennostnyh orientacij lichnosti v Kazahstane: diss. ... kand. sociol. nauk [Social anomia and forming of personal value orientations in Kazakhstan: dissertation of candidate of social sciences]. (Almaty, 2004, 120 p.).
5. Smakotina N.L. Osnovy sociologii nestabil'nosti i riska: filosofskiy, sociologicheskij i social'no-psihologicheskij aspekty [The bases of the sociology of instability and risk: philosophical, sociological and socio-psychological aspects] (KDU Moscow, 2009, 242 p.).

6. David G. Blanchflower. Is Happiness U-shaped Everywhere? Age and Subjective Well-being in 132 Countries. NBER. 2020. [Electronic resource]. Available at: <https://www.nber.org/papers/w26641>. (Accessed: 03.02.2020).
7. Golovej L.A., Manukjan V.R. (2003) Psihobiograficheskoe izuchenie krizisov vzroslogo perioda razvitiya. [Psychobiographical study of the crises in adult development] Vestnik SPbGU. Seriya 6. Politologiya. Mezhdunarodnye otnosheniya. [Vestnik of Saint Petersburg University. Political studies. International relations]. №4. P. 102. [Electronic resource]. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihobiograficheskoe-izuchenie-krizisov-vzroslogo-perioda-razvitiya>. (Accessed: 15.01.2020).
8. Belanovskaya O.V., Strogaya Ju.V. (2014) Problema krizisov zrelogo vozrasta. [Problems of the crises of mature age] Izv. Sarat. un-ta. Nov. ser. Ser. Akmeologiya obrazovaniya. Psihologiya razvitiya. [Izvestiya of Saratov University. New Series. Educational Acmeology. Developmental Psychology]. №4. P. 337-338. [Electronic resource]. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-krizisov-zrelogo-vozrasta>. (Accessed: 15.01.2020).
9. Chernobrovkina S.V. Gendernye osobennosti perezhivaniya i preodoleniya krizisa serediny zhizni. [Midlife crisis: features of experience and coping behavior of men and women], Vestnik OmGU [Bulletin of Omsk University], 2, 31 (2014).
10. Gvozdeckaya V.K. Psihologicheskie osobennosti i podderzhka vzroslykh v situatsiyah normativnogo krizisa vzroslosti. [Psychological features and support for adult in situations of regulatory crisis of adulthood]. Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches, 6 (5) (2016) «Analitika Rodis». [Electronic resource]. Available at: <http://publishing-vak.ru/file/archive-psychology-2016-6/1-gvozdetskaya.pdf>. (Accessed: 10.02.2020).
11. Izuchenie i ponimanie gendernykh voprosov v obrazovanii. Rukovodstvo po provedeniyu kachestvennogo issledovaniya praktikami obrazovatel'noy sfery i specialistami po gendernym voprosam [Studying and understanding gender issues in education. A Guide to Qualitative Research by Educational Practitioners and Gender Professionals] (Asia and Pacific Regional Education Bureau of UNESCO. Bangkok, Thailand, 2006, 92 p.).
12. Jadov V.A. Strategiya sociologicheskogo issledovaniya: opisanie, obyasnienie, ponimanie social'noy real'nosti [Sociological research strategy: description, explanation, understanding of social reality] (Omega-L, Moscow, 2009. 567 p.).
13. Devyatko I.F. Metody sociologicheskogo issledovaniya [Methods of sociological research] (KDU, Moscow, 2009, 296 p.).
14. Fuks-Hajnrut V. Biograficheskii metod // Biograficheskii metod v sociologii: istoriya, metodologiya i praktika. [Biographical method. Biographical method in sociology: history, methodology and practice]. (IS RosAN, Moscow, 1994, 148 p.).
15. Loginova N. A. Biograficheskii metod v svete idey B.G. Anan'eva. [Biographical method in the focus of Ananyev's ideas.], Voprosy psikhologii, 5, 104 (1986).
16. Spособы byt' muzhchinoy. Transformatsiya maskulinnosti v XXI veke [The transformation of masculinity in the 21st century. Ways to be a man]. Edited by Tatarkovskaya I.N. (Heinrich-Böll-Stiftung. Moscow, 2013, 273 p.) [Electronic resource]. Available at: https://ru.boell.org/sites/default/files/spособы_byt'_muzhchinoy_pdf.pdf (Accessed: 25.01.2020).

Қ.А. Мұхамбетова¹, Л.Г. Куликова²

¹Еуразия гуманитарлық институты, Нұр-Сұлтан, Қазақстан.

²Еуразия практикалық психология және психотерапия институты, Нұр-Сұлтан, Қазақстан

Тұлға дағдарыстарының феноменологиясы мен зерттеу әдістемесі: әлеуметтік көзқарас

Аңдатпа. Мақалада қазіргі қоғам жағдайындағы жеке тұлғалық дағдарыстардың барысы туралы мәселе көтеріледі, оның басты сипаттамасы дәстүрлі құндылықтарды жоғалту, дамудың бірыңғай сценарийлерінен бас тарту, өмірлік мақсаттарды таңдаудың нақты өлшемдерінің болмауы. Авторлар ер азаматтарда орта жастағы дағдарыстарды жыныс, құндылықтар, мағыналар, ресурстар, тарихи оқиғалар тұрғысынан талдайды.

Ақпарат берушілердің өмір әлеміне ену үшін өмірбаяндық сұхбат әдісі қолданылды, оны әлеуметтік зерттеу тәжірибесінде сапалы әдістер деп атайды. Авторлар жеке субъектілерге дағдарыстарын терең қарастыруға, оларды түсінуге және түсіндіруге баса назар аударды. Әдістің маңызды сипаттамасы - бұл респонденттерге (ақпарат берушілерге) өз өмірін түсінуге және құрылымдауға мүмкіндік береді.

Сонымен қатар, психодиагностикалық зерттеулердің нәтижелерін пайдалану жеке тұлғалық құбылыс дағдарыстары жағын «қатаң» мәліметтермен толықтыруға мүмкіндік берді.

Түйінді сөздер: дағдарыс, жеке тұлғалық дағдарыс, ер азаматтар тәжірибесі, құндылық бағдарлар, мағыналар, ересектік, сапалы әдіснамалар, өмірбаяндық сұхбат.

K.A. Mukhambetova¹, L.G. Kulikova²

¹*Eurasian Humanitarian Institute, Nur-Sultan, Kazakhstan*

²*Eurasian Institute of Practical Psychology and Psychotherapy, Nur-Sultan, Kazakhstan*

Research methodology and phenomenology of personality crises: a sociological approach

Abstract. The article inquires the question of the passing of personality crises in the conditions of modern society, characterized by the loss of traditional values, the rejection of unified development scenarios, the lack of clear criteria for choosing life goals. The authors analyze midlife crises of men from the standpoint of gender, values, meanings, resources, historical events.

To immerse themselves in the life world of the informants, the authors used the method of biographical interview, which in the practice of sociological research defined as qualitative method. The authors focused on in-depth consideration of the crises of individuals, their understanding, and interpretation. An important characteristic of the method is the opportunity for informants to understand and structure their own lives.

In addition, there was used the results of psychodiagnostic research to supplement the phenomenal side of personality crises with «hard» data.

Keywords: crisis, personal crisis, male experience, value orientations, meanings, maturity, qualitative methodology, biographical interview

Сведения об авторах:

Мухамбетова К.А. – автор для корреспонденции, кандидат социологических наук, доцент кафедры педагогики, Евразийский гуманитарный институт, пр. Жумабаева, 4, Нур-Султан, Казахстан.

Куликова Л.Г. – директор Евразийского института практической психологии и психотерапии, ул.Кюйши Дина, 18/1, Нур-Султан, Казахстан.

Mukhambetova K.A. – **Corresponding author**, Candidate of Sociological Sciences, Associate Professor, Eurasian Humanitarian Institute, 4 M. Zhumabayev ave., Nur-Sultan, Kazakhstan.

Kulikova L.G. – Director of the Eurasian Institute of Practical Psychology and Psychotherapy, 18/1 Kuishi Dina str., Nur-Sultan, Kazakhstan.