

Научная статья
УДК 159.9
DOI: 10.20323/1813-145X-2026-1-148-177
EDN: NYRCMI

Способности к преодолению ненормативных личностных кризисов

Елена Николаевна Корнеева

Кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и социальной психологии, Ярославский государственный педагогический университет им. К. Д. Ушинского. 150066, г. Ярославль, ул. Республиканская, 108/1
e.korneeva.korneeva@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0001-5682-5552>

Аннотация. Статья представляет собой междисциплинарное исследование, объединяющее классические теории личностных кризисов (экзистенциальный, когнитивно-поведенческий, социально-психологический подходы) с концепцией духовных способностей В. Д. Шадрикова. Ее содержание охватывает теоретические концепты, диагностические аспекты и прикладные технологии в работе с ненормативными личностными кризисами. Автор фокусируется на ненормативных кризисах, вызванных непредсказуемыми событиями (потери, травмы, социальные потрясения), и анализирует их влияние на деструкции внутреннего мира личности. Основной тезис работы заключается в том, что духовные способности (совесть, трансцендентность, смыслотворчество) выступают ключевым ресурсом для преодоления кризисов, обеспечивая не только адаптацию, но и духовно-нравственное развитие. Теоретическая часть статьи включает сравнительный анализ подходов Р. Лазаруса, А. Бандуры, Ф. Е. Василюка и Л. Г. Жедуновой, подчеркивающих роль внутренней активности личности и уникальность кризисных переживаний. Практическая направленность исследования проявляется в предложении интеграции методов когнитивно-поведенческой терапии, экзистенциального консультирования и техник, активизирующих духовные способности (рефлексия, смысловой анализ, социальное моделирование). Отдельное внимание уделяется диагностике ресурсности личности через оценку сохранных компонентов внутреннего мира (функциональных, аффективных, когнитивных, мотивационных, личностно-идентификационных локационных групп) и разработке инструментов для измерения антикризисной резистентности и способности к преодолению ненормативных личностных кризисов. В статье обосновывается, что духовные способности, сочетающие когнитивные, эмоциональные и нравственные компоненты, позволяют не только преодолеть деструкции внутреннего мира личности (аффективные, когнитивные, мотивационные и другие), но и стимулировать личностный рост. Подчеркивается необходимость разработки диагностических инструментов для оценки антикризисной резистентности и ресурсных возможностей личности. Практическая значимость исследования заключается в предложении комбинировать когнитивно-поведенческие и экзистенциально-гуманистические методы психологической помощи, активизируя духовный потенциал клиентов.

Ключевые слова: ненормативные личностные кризисы; духовные способности; способности к преодолению кризисов; междисциплинарный подход; деструкции внутреннего мира; антикризисная резистентность; психологическая помощь; теоретические концепты; диагностические аспекты; прикладные технологии

Для цитирования: Корнеева Е. Н. Способности к преодолению ненормативных личностных кризисов // Ярославский педагогический вестник. 2026. № 1 (148). С. 177–185. <http://dx.doi.org/10.20323/1813-145X-2026-1-148-177>. <https://elibrary.ru/NYRCMI>

Original article

Ability to overcome abnormal personal crises

Elena N. Korneeva

Candidate of psychological sciences, associate professor at department of general and social psychology, Yaroslavl state pedagogical university named after K. D. Ushinsky. 150066, Yaroslavl, Respublikanskaya st., 108/1
e.korneeva.korneeva@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0001-5682-5552>

Abstract. The article is an interdisciplinary study that combines classical theories of personal crises (existential, cognitive-behavioral, socio-psychological approaches) with the concept of spiritual abilities by V. D. Shadrikov. Its content covers theoretical concepts, diagnostic aspects and applied technologies in working with non-normative personal crises. The author focuses on non-normative crises caused by unpredictable events (losses, injuries, social upheavals) and analyzes

their impact on the destruction of the inner world of the individual. The main thesis of the work is that spiritual abilities (conscience, transcendence, meaning-making) act as a key resource for overcoming crises, ensuring not only adaptation, but also spiritual and moral development. The theoretical part of the article includes a comparative analysis of the approaches of R. Lazarus, A. Bandura, F. E. Vasilyuk and L. G. Zhedunova, emphasizing the role of the internal activity of the individual and the uniqueness of crisis experiences. The practical focus of the study is manifested in the proposal to integrate methods of cognitive-behavioral therapy, existential counseling and techniques that activate spiritual abilities (reflection, semantic analysis, social modeling). Special attention is paid to the diagnostics of the individual's resourcefulness through the assessment of the preserved components of the inner world (functional, affective, cognitive, motivational, personal-identification location groups) and the development of tools for measuring anti-crisis resistance and the ability to overcome abnormal personal crises. The article substantiates that spiritual abilities that combine cognitive, emotional and moral components allow us not only to overcome the destruction of the individual's inner world (affective, cognitive, motivational and others), but also to stimulate personal growth. The need to develop diagnostic tools for assessing anti-crisis resistance and resource capabilities of the individual is emphasized. The practical significance of the study lies in the proposal to combine cognitive-behavioral and existential-humanistic methods of psychological assistance, activating the spiritual potential of clients.

Key words: abnormal personality crises; spiritual abilities; ability to overcome crises; interdisciplinary approach; destruction of the inner world; anti-crisis resistance; psychological assistance; theoretical concepts; diagnostic aspects; applied technologies

For citation: Korneeva E. N. Ability to overcome abnormal personal crises. *Yaroslavl pedagogical bulletin*. 2026; (1): 177-185. (In Russ.). <http://dx.doi.org/10.20323/1813-145X-2026-1-148-177>. <https://elibrary.ru/NYRCMI>

Введение

Частота возникновения и непредсказуемый характер появления ненормативных личностных кризисов в жизни современного человека делает актуальной задачу рассмотрения ресурсных возможностей личности и ее способностей к преодолению указанных кризисов. Ее решение возможно при условии соотнесения существующих в психологии подходов и концепций трактовки личностных кризисов и концепции духовных способностей, предложенной В. Д. Шадриковым [Шадриков, 2020]. Он рассматривает духовные способности личности, в частности совесть, любовь, смыслотворчество, способность к децентрации или выходу за пределы собственного «Я» (трансцендентность) как ресурс в кризисах и кризисных ситуациях, позволяющий не только решить проблему успешной адаптации и ресоциализации, но и стимулировать духовно-нравственное развитие личности человека. Результатом ненормативного личностного кризиса являются деструктивные изменения внутреннего мира человека, носящие масштабный характер или сгруппированные в отдельные группы локационных деструкций (функциональные, аффективные, когнитивные, мотивационные, личностно-идентификационные деструкции или проявления ненормативного кризиса в сознании личности) [Корнеева, 2025]. Восстановление и преодоление негативных последствий этих деструкций и деформаций внутреннего мира, в целом преодоление ненормативных личностных кризисов обеспечивается способностями лично-

сти к восстановлению утраченной целостности и смыслоорганизованности внутреннего мира личности. При этом способности к преодолению или продуктивному выходу из ненормативных личностных кризисов являются по своей природе регенеративно-адаптивными, относятся к разряду духовных способностей, поскольку несут в себе нравственную основу. Регенеративная составляющая способностей к преодолению ненормативных личностных кризисов ориентирована на восполнение и изживание деструкций внутреннего мира, а адаптивная – на успешную ресоциализацию личности, направленную на поиск и нахождение смыслов в происходящем в жизни, сознании и душе человека, поддержание имеющихся и выстраивание новых социальных отношений, способствующих удовлетворению значимых для человека и его личности потребностей или «нужностей». При этом практическое применение человеком способностей к преодолению ненормативных личностных кризисов носит не шаблонный, строго алгоритмизированный характер, а представляет собой творческое переосмысление себя, своей жизни, ее целей и ценностей, жизненных планов и перспектив, переоценку ранее использованных и освоение новых моделей поведения. Взгляд на выход из ненормативного кризиса как внутреннюю активность или деятельность человека, пребывающего в ненормативном кризисе, позволяет использовать концептуальный и прикладной потенциал психологической теории способностей в целом и духовных способностей в частности [Шадриков, 2006; 2015; 2020] как для повышения

продуктивности психологической помощи клиентам, пребывающим в ненормативном кризисе, так и для уточнения и расширения теоретических представлений о личностном потенциале и ресурсных возможностях личности.

Результаты исследования

Обращаясь в проблеме способностей разных людей к преодолению ненормативных личностных кризисов, необходимо сделать краткий обзор и содержательный анализ наиболее распространенных и принятых в современной психологии личности концепций ненормативных личностных кризисов, установить сходство или различие взглядов исследователей на их происхождение, динамику, технологии психологической помощи и сопровождения клиентов, пребывающих в ненормативном кризисе, направленные на скорейший и продуктивный выход из него.

В большинстве современных исследований ненормативных личностных кризисов (Ф. Е. Василюк [Василюк, 1984; 2005], С. Гроф, К. Гроф [Grof, 1991], Л. Г. Жедунова [Жедунова, 2012], Э. И. Киришаум [Киришаум, 2005], К. В. Карпинский [Карпинский, 2019], В. В. Козлов [Козлов, 1999], М. Ш. Магомед-Эминов [Магомед-Эминов, 2017], А. Бандура [Bandura, 1997], O. Bollnow [Bollnow, 1987], A. Yomans [Yomans, 2008], J. Campbell [Campbell, 1949], R. Lazarus [Lazarus, 1984], R. K. James [James, 2017]) ненормативные кризисы рассматриваются как особое или экстраординарное событие, делающее невозможным привычное течение жизни, ставящее человека перед необходимостью решать задачи, связанные с творческим приспособлением, а не рутинной адаптацией к изменившимся условиям его жизни и деятельности. При этом привычные, зафиксированные в индивидуальном опыте человека способы решения таких задач принципиально неприемлемы или не дают желаемого результата по причине незнания вариантов таких решений, а актуальность этих задач в сочетании с их субъективной сложностью прерывает привычную текущую жизнедеятельность. В ситуации ненормативного личностного кризиса, продиктованного обстоятельствами внешней социальной или внутренней психической жизни человека, также возникает «состояние субъективной невозможности реализации внутренних потребностей жизни» [Василюк, 1984]. Это концентрирует и ориентирует сознание личности на негативных, деструктивных мыслях и переживаниях, являющихся неотъемлемой составляющей кризисных состояний. Ненормативные личностные

кризисы, в отличие от нормативных, описанных Л. С. Выготским, Д. Б. Элькониным, В. И. Слободчиковым, Е. И. Исаевым, Э. Эриксоном и другими исследователями, не связаны с этапами онтогенетического развития личности. Такие кризисы возникают под влиянием непредсказуемых событий или психотравмирующих ситуаций: травм, потерь, резких социальных изменений и других индивидуальных обстоятельств, требующих ответов на вопросы «за что мне такое?», «почему такое произошло в моей жизни?», «что мне теперь делать?», «как и зачем жить дальше?». Они требуют от человека не только адаптивно-приспособительных изменений, смены социальных ролей и позиций, выхода на новый этап социализации или ресоциализации, но и принципиальной смены личностной и социальной идентичности.

Ненормативные кризисы изучаются в рамках разных психологических парадигм, но все их объединяет акцент на уникальности кризисных переживаний и необходимости применения индивидуальных стратегий совладания с их негативными составляющими и преодоления деструктивных последствий. Рассмотрим несколько из них, пользующихся наибольшей популярностью и характеризующихся высокой эффективностью в работе с клиентами, пребывающими в ненормативном личностном кризисе.

Теория стресса и совладания, предложенная Р. Лазарусом и С. Фолькманом [Lazarus, 1984], рассматривает кризис, в том числе ненормативный личностный кризис, как результат взаимодействия стрессора и копинг-стратегий, то есть специфического стимула и реакции на него. В качестве стрессоров могут выступать неординарные события (смерть близкого человека, свадьба, смена места жительства или работы), психотравмирующие ситуации (разрыв отношений, конфликт дома или на работе, увольнение, негативная оценка результатов работы или учебы). К числу копинг-стратегий или стратегий совладающего поведения относятся дистанцирование, поиск социальной поддержки, эмоциональное отреагирование, планирование и другие. При этом стрессор порождает стрессовое состояние разной степени тяжести и продолжительности, а копинги или стратегии совладающего поведения позволяют справиться с ним. Теория стресса и совладания рассматривает кризис в рамках биохевиористского подхода, где стрессор выступает в качестве стимула, а копинг – реакции на него. Однако разнообразие копингов задействует ресурсы личности человека и его социального

окружения, где саморегуляция и социальная поддержка, включающая психологическую помощь и сопровождение, позволяют личности успешно преодолеть кризис.

Экзистенциальный подход, реализуемый в теоретических и прикладных исследованиях И. Ялома [Ялом, 1999], предполагает, что кризисы связаны с конфронтацией с экзистенциальными данностями (смерть, свобода, изоляция, бессмысленность). При этом личность может принимать их или пытаться бороться с ними. Данные два варианта реагирования выступают в качестве двух принципиально различных способов проживания кризиса – погружения в кризис или преодоления его. Вместе с тем И. Ялом не рассматривает причины выбора человеком способа проживания кризиса, хотя сам экзистенциальный подход в работе с клиентами, пребывающими в ненормативном кризисе, является весьма популярным и подкреплен значительным числом техник.

Социально-когнитивная теория кризиса А. Бандуры [Bandura, 1997] рассматривает кризис как результат динамического взаимодействия личности и среды. Личность характеризуется наличием убеждений, социальных ожиданий и навыков социального взаимодействия. Среда же – это источник непрерывных стрессоров. А. Бандура видит причину возникновения кризиса в нарушении когнитивных схем и потере контроля. Происходящие в жизни человека события разрушают его ключевые социальные ожидания – веру в справедливость, возможность или допустимость неких жизненных событий, своевременность помощи, правомерность наказания и т. п., а личность не способна контролировать их наступление и течение. В то же время личность обладает самоэффективностью и верит в ее приемлемость и практическую значимость (полезность). При этом А. Бандура трактует самоэффективность как веру человека в свою способность справляться с трудными жизненными ситуациями (болезнь, увольнение, развод, экологические и техногенные катастрофы, войны и военные конфликты). А. Бандура утверждает, что ненормативный личностный кризис возникает у людей с низкой или недостаточной самоэффективностью, результатами ее выступают беспомощность, депрессия, стремление к избеганию проблем, бегство от них или общая катастрофизация (ощущение «тупика» или «конца»). Одновременно это и неотъемлемые признаки личностного кризиса. Напротив, высокая самоэффективность предполагает активное совладание и поиск решений выхода из кризисной ситуации. Последнее не исключает

обращения за социальной помощью и поддержкой и готовность к ней. Если человек видит, как другие преодолевают схожие или аналогичные трудные жизненные ситуации, то может с успехом заимствовать их опыт, то есть прибегать к социальному моделированию или заимствованию социальных моделей эффективного поведения (преодоления). Также А. Бандура указывает на важность когнитивной оценки стрессора непосредственно самим человеком, оценки его как катастрофы, краха, конца или адаптивной оценки события как трудного, но преодолимого (как бы ни было трудно, я справлюсь). В работе с кризисными состояниями приверженцы социально-когнитивной концепции кризиса используют когнитивно-поведенческую терапию как технологию наиболее адекватно соответствующую ее принципам и положениям.

Социально-когнитивная концепция имеет значительное сходство с теорией стресса и совладания. Оно заключается не только в сходстве терминологии, но и в понимании источников конфликта (в обоих случаях они имеют внешнюю или средовую природу и выступают в качестве стрессоров), а личность способна преодолевать или совладать со стрессовой ситуацией, адаптивно меняя свое поведение или интерпретацию происходящего. Но А. Бандура идет дальше, предлагая технологии или методы усиления самоэффективности. К их числу он относит социальное моделирование или примеры других, успешно справившихся с подобной ситуацией; вербальное убеждение, заключающееся в поддержке близких или психотерапевта; эмоциональную регуляцию, предполагающую снижение тревоги через релаксацию, когнитивную переоценку происходящего; опыт мастерства, то есть движение к преодолению кризиса через незначительные, поэтапные достижения.

Среди отечественных исследований, посвященных проблематике ненормативных личностных кризисов, остановимся на двух, принципиально непротиворечащих друг другу концепциях Ф. Е. Василюка и Л. Г. Жедуновой.

Ф. Е. Василюк в работе «Психология переживания» (1984) предлагает классификацию критических ситуаций, выделяя собственно стресс, обуславливающий проблемы витального уровня; фрустрацию, блокирующую деятельность; конфликты, порождающие противоречия внутреннего мира; и кризисы как невозможность реализации жизненного замысла. То есть не всякая критическая ситуация ведет к появлению кризиса, а лишь связанная с принципиальной невозмож-

ностью реализации того (мотивов, ценностей, замыслов), в чем личность нуждается в текущий момент своей жизни. В своей концепции Ф. Е. Василюк фокусируется на переживании как деятельности по преодолению критических ситуаций, особой внутренней работе для восстановления душевного равновесия и осмысленности жизни. Само переживание направляется целью в зависимости от «внутренних потребностей» жизнедеятельности: «здесь-и-теперь удовлетворения», реализации мотива деятельности, «упорядочения внутреннего мира» или самоактуализации. Жизненной задачей личности в ситуации кризиса выступает повышение осмысленности жизни через бытийное обретение смысла существования, душевного равновесия, достижение возможности реализации внутренних потребностей жизни (на уровне бытия) и осознанное «феноменологическое описание переживания», использование определенных техник (молитвы). На этом основании концепцию Ф. Е. Василюка [Василюк, 1984; 2005] можно отнести скорее к экзистенциальной, практико-ориентированной.

Л. Г. Жедунова [Жедунова, 2010; 2015] рассматривает личностный кризис как экстремальное состояние, нарушающее целостность психического образа и переводящее сознание из симультанного (целостного), когда личность воспринимает себя в неразрывном единстве с миром и событиями, происходящими в нем, в сукцессивное (последовательное) восприятие,рывающее эту целостность. Таким образом, ее концепция может быть отнесена к когнитивно-феноменологической, но имеющей точки пересечения с экзистенциально-гуманистической. Автор описывает динамику личностного кризиса как последовательное разворачивание трех основных этапов: «погружение», «тупик», «выход», а основаниями для их дифференциации служат динамика кризисных переживаний, смена стратегии переживания и изменение направленности рефлексии с ретроспективной, на перспективную и ситуативно-ретроспективно-перспективную.

Прохождение через ненормативный личностный кризис обогащает личность экзистенциальным и метакогнитивным опытом, а рефлексия как интегральное качество психики и метакогнитивная способность выступает условием и средством успешной реадaptации субъекта. Также ею подчеркивается индивидуальный (уникальный) характер переживания личностного кризиса, обусловленный опосредованностью субъективной семантики кризисных переживаний и его связью с субъективным опытом личности, дина-

микой ритма переживания, предлагаются практические способы психологической помощи клиентам, учитывающие уникальность переживаний, опыта клиентов и их текущую динамику.

Оба подхода (подход Ф. Е. Василюка и подход Л. Г. Жедуновой) подчеркивают, что кризис – это не окончательный тупик, а этап трансформации внутреннего мира личности, требующий интеграции внешних и внутренних ресурсов. Положения их концепций остаются фундаментальными для современной кризисной психологии, сочетающими глубину теоретического анализа с ориентацией на практику психологической помощи клиентам, ее прикладной значимостью.

Все представленные подходы и концепции рассматривают ненормативный кризис как неординарное событие, сопряженное с появлением разного рода деструкций внутреннего мира личности. При этом кризис не только проживается человеком, но может быть успешно преодолен и даже может выступать в качестве детерминанты личностного развития. Проведенный краткий анализ позволяет выдвинуть предположение, что человеческая личность обладает не только способностью противодействия различным стрессорам (стрессоустойчивостью) и кризисным ситуациям (жизнестойкостью), назовем ее антикризисной резистентностью, но и способностью к восстановлению или реконструкции нарушенных компонентов своего внутреннего мира, деформированных течением кризиса, кризисными переживаниями, по сути своей представляющей метаспособность к духовному возрождению и послекризисной реконструкции внутреннего мира.

Разворачивая это положение, мы с необходимостью обращаемся к теории духовных способностей, последовательно развиваемой в работах В. Д. Шадрикова [Шадриков, 2006; 2015; 2020]. В них он разрабатывает идеи наличия духовных способностей и принципиальной возможности их развития. Так, в работе «Психология деятельности и способности человека» (1996) он впервые рассматривает способности как универсальное свойство психики, включая их духовный аспект. В книге «Происхождение человечности» (1999, 2004) В. Д. Шадриков анализирует духовные способности как высшую форму психики, связывая их с нравственностью и смыслообразованием, в монографии «Мир внутренней жизни человека» (2006) автор исследует внутренний мир личности, включая духовные переживания и рефлексии. Книга «Духовные способности» (2020) обобщает и систематизирует положения его теории, в ней В. Д. Шадриков дает развернутое

определение понятию «духовные способности» как завершающего этапа эволюции способностей человека, интегрирующего когнитивные, эмоциональные и нравственные компоненты, формирующиеся на основе природных задатков, но одновременно требующие целенаправленного развития через культурные и духовные практики, также подчеркивает их роль в преодолении экзистенциальных кризисов, акцентируя внимание на том, что духовные способности выходят за рамки утилитарного приспособления к среде. В структуре духовных способностей В. Д. Шадриков выделяет когнитивные, эмоциональные и поведенческие компоненты. Первые (когнитивные) объединяют рациональное и интуитивное познание себя и мира, позволяют видеть себя и мир через призму нравственных категорий добра-зла, истины, красоты. Вторые (эмоциональные компоненты) выделяют в качестве регуляторных механизмов деятельности и жизнедеятельности человека его совесть и любовь. Третьи (поведенческие) сопряжены с готовностью реализации духовно-нравственных ценностей в поступках: альтруизме, аскетизме, милосердии.

По мнению В. Д. Шадрикова, кризис может быть связан с утратой духовных ориентиров, экзистенциальной пустотой, преодоление же его возможно через развитие духовного интеллекта, поиск высшего смысла, нравственное самоопределение. Также в рамках теории духовных способностей ее автором указывается возможность помощи клиентам, переживающим кризис, через гармонизацию внутриличностных конфликтов и активизацию духовных ресурсов. Техниками психологической помощи здесь выступают визуализация идеалов, ведение дневника рефлексии, анализ «узловых событий» жизни с позиции духовного и духовно-личностного роста. В этом плане, то есть плане практической психологической помощи клиентам в кризисных ситуациях, теория духовных способностей может быть интегрирована с социально-когнитивной теорией кризиса А. Бандуры.

Точками их пересечения и сопряжения могут быть трактовка содержания ненормативного личностного кризиса как потери контроля и несоответствия ожиданиям (Бандура) и утрата смысла, нравственный конфликт (Шадриков). Оба автора указывают на наличие деструкций внутреннего мира личности в кризисе. Способами преодоления кризиса для них выступает внутренняя активность личности (копинги у А. Бандуры, рефлексия у В. Д. Шадрикова) и социальное научение (социальное моделирование

у А. Бандуры, духовный рост и трансценденция у В. Д. Шадрикова). Наконец, оба автора подчеркивают роль социума (социальное подкрепление и наблюдение за поведением других у А. Бандуры, обращение к нравственным идеалам и культурным традициям – у В. Д. Шадрикова). При этом самоэффективность может выступать основой духовного роста, а духовные способности выступают в качестве ресурса в преодолении ненормативных личностных кризисов.

Непременным условием развития способностей, в том числе духовных, является создание и использование процедур психологической диагностики, отслеживающих динамику данного процесса [Шадриков, 2015]. И здесь следует констатировать отсутствие валидных инструментов для измерения духовных способностей. Прямых методик, ориентированных именно на структуру духовных способностей по Шадрикову, пока не создано. Большинство подходов заимствованы из смежных областей (психологии религии, позитивной психологии). Кроме того, духовные состояния и нравственные качества сложно измерить количественно, что повышает риск социально желательных ответов при использовании тест-опросников.

В данной работе мы коснемся вопроса диагностики и оценки лишь одного из компонентов духовных способностей – способностей противодействия и преодоления кризисных состояний в рамках ненормативных личностных кризисов. Вычленение и характеристика [Корнеева, 2025] локационных группировок нарушений внутреннего мира личности, а именно функциональных, аффективных, когнитивных, мотивационных, личностно-идентификационных деструкции внутреннего мира личности, вызванных ненормативным личностным кризисом, позволяет наметить путь к созданию инструмента психологической диагностики антикризисной ресурсности личности, предполагающей опору на духовные способности как ресурс в преодолении кризиса.

Указанное положение следует дополнить идеей В. Д. Шадрикова о наличии функциональных, операционных и регуляторных механизмов способностей, в том числе способностей духовных. Функциональный механизм противодействия стрессовым и кризисным воздействиям среды или внутренней жизни человека сопряжен со свойством силы тормозных процессов, происходящих в нервной системе человека, и может быть продиагностирован известными в психологии процедурами, в частности опросниками Я. Стреляу (в модификации Б. А. Вяткина) или

методикой В. С. Мерлина по оценке типологических особенностей личности. Генетическая обусловленность данного свойства, выступающего в роли функционального механизма способности к противодействию деструктивным изменениям внутреннего мира личности в ситуации кризиса, дает ответ на вопрос о генетической предрасположенности людей к депрессивным состояниям и расстройствам и основание для продуктивного диалога с нейронауками в изучении нейробиологических основ духовных состояний и духовных способностей, а в контексте рассматриваемой проблемы – нейробиологических основ противодействия кризисным ситуациям за счет активизации параметров антикризисной резистентности.

Операционными механизмами противодействия стрессово-кризисным воздействиям и восстановления позитивности и целостности внутреннего мира личности могут выступать свойства компонентов или специфических локаций свойств внутреннего мира человека: аффективные или эмоциональные, когнитивные или познавательные, мотивационные, личностно-идентификационные. В качестве аффективно-операционных механизмов могут выступать свойства эмоциональной стабильности, оптимизм; в качестве когнитивно-операционных – субъективная семантика кризисных переживаний; в качестве мотивационно-операционных – система нравственно-эстетических ценностей и жизненных идеалов; наконец, в качестве идентификационно-операционных – компоненты структуры Я. Перечисленные характеристики могут быть включены в структуру стандартизованного интервью, рекомендованного к проведению как с клиентами, непосредственно переживающими кризис, так и лицами групп риска подвергнуться разного рода кризисно-стрессогенным воздействиям (военнослужащим, вынужденным переселенцам, временно неработающим и нетрудоспособным гражданам, вдовам, сиротам, тяжело и неизлечимо больным людям и др.).

Наконец, регуляторные механизмы способности к антикризисной резистентности и послекризисной реконструкции внутреннего мира или преодолению кризиса лежат внутри культуры и религии, предлагающих нравственные образцы поведения. Неслучайным является интуитивная тяга и обращение к религии людей в трудных жизненных и кризисных ситуациях как рычагам, активизирующим и регулирующим целостный комплекс их духовных способностей.

В эмпирических исследованиях, выполненных под нашим руководством Л. А. Варавиной [Ва-

равина, 2024], было обнаружено, что применение в работе клиентами, пребывающими в ненормативном личностном кризисе, элементов когнитивно-поведенческой терапии не всегда дает положительный результат. Причина этого видится нам не в недостаточности консультативно-терапевтического опыта исследователя. Она лежит глубже и наводит на мысль необходимости сочетания социально-когнитивных подходов с экзистенциально-гуманистическими, требующими обращения к духовному потенциалу личности и ее духовным способностям как ресурсу в преодолении ненормативного личностного кризиса и последующей интеграции в социум (ресоциализации), принятия субъектом происходящего в его жизни и использования кризисных переживаний в качестве отправной точки духовного и личностного роста. На это также указывают R. G. Tedeschi & L. G. Calhoun (Концепция посттравматического роста [Tedeschi, 2004] [по: James, 2017]), процесс переоценки ценностей может привести к личностному росту.

Ресурсность личности может заключаться в сохранности и опоре на группы локаций компонентов внутреннего мира личности (функциональные, аффективные, когнитивные, мотивационные или личностно-идентификационные), незатронутые кризисом, не подвергшиеся деструктивным изменениям и резистентные свойства этих компонентов. А их оценка в ходе структурированного интервью с использованием других методик и процедур психологической диагностики перечисленных групп локаций и их свойств или параметров позволит продуктивно задействовать их в различных формах психологической помощи клиентам, находящимся в кризисе, активизируя их духовные способности, и профилактики ненормативных кризисов у лиц групп риска, активизируя и повышая их антикризисную резистентность.

Выводы

Проведенный анализ показал наличие множества теоретических подходов к разработке проблемы кризиса, в частности кризиса ненормативного, не связанного с закономерной сменой социальной ситуации развития, а порождаемого кризисно-стрессогенными воздействиями событий во внешнем или внутреннем мире человека. В статье были рассмотрены подходы, предложенные в рамках теории стресса и совладания (Р. Лазарус, С. Фолькман); экзистенциальной теории кризиса И. Ялома; социально-когнитивной теории кризиса А. Бандуры, подчеркивающей ак-

тивную роль личности в преодолении кризиса; деятельностно-гуманистическая концепция переживания личностного кризиса Ф. Е. Василюка, где кризис рассматривается как критическая ситуация в жизни личности и внутренняя деятельность ее переживания; когнитивно-феноменологическая концепция ненормативного личностного кризиса Л. Г. Жедуновой, предлагающая оценивать кризис как условие для изучения и позитивного преобразования сознания личности. Положения большинства из них не противоречат друг другу, а дополняют в теоретико-методологическом или прикладном аспектах, предлагая технологии и приемы в работе с клиентами, пребывающими в ненормативном кризисе.

В рассмотренных концепциях и подходах подчеркивается значительная вариативность и индивидуальное своеобразие кризисных проявлений и переживаний, сопровождающих процессы пребывания и динамику выхода из кризиса. Это наталкивает на мысль о наличии внутриличностного фактора, детерминирующего эту динамику. В качестве такового могут выступать способности к преодолению ненормативных личностных кризисов.

В трактовке понятия способности к преодолению ненормативных личностных кризисов мы опираемся на подход к пониманию, выявлению и развитию способностей В. Д. Шадрикова и его идеи, касающиеся сущности и содержания духовных способностей как высшего этапа и уровня развития психики и способностей человека в целом. Духовные способности объединяют в себе когнитивные, эмоциональные и нравственные компоненты. Они формируются на основе природных задатков, но сами духовные способности вырастают из задатков благодаря их целенаправленному развитию посредством привнесения в жизнь и образование человека культурных и духовных практик. Вместе с тем В. Д. Шадриков подчеркивает, что духовные способности выходят за рамки утилитарного приспособления к среде или адаптации и играют значительную роль в преодолении экзистенциальных кризисов.

В качестве компонентов духовных способностей мы выделяем способности к противостоянию кризисным ситуациям (кризисную или антикризисную резистентность личности) и способности к преодолению или продуктивному выходу из ненормативного кризиса, способствующие восстановлению или регенерации и компенсации нарушенных кризисом локационных групп внутреннего мира личности. Также определяем

содержание их (способностей к противостоянию и преодолению ненормативных личностных кризисов как компонентов духовных способностей) функциональных, операционных и регуляторных механизмов. При этом выделенные нами ранее группы локаций нарушений или деструкций внутреннего мира личности, пребывающей в ненормативном кризисе, позволили наметить пути психологической диагностики ресурсных возможностей личности к преодолению кризисов, поскольку деструкции внутреннего мира могут носить не только тотальный, но и локальный характер, то сохраняющие локационные группы (функциональные, эмоциональные, когнитивные, мотивационные и личностно-идентификационные), будучи нравственно переосмысленными человеком, могут выступать в качестве опоры или ресурса личности в преодолении им ненормативного личностного кризиса. Интегративный характер личностных ресурсов, активизированных кризисом, обеспечивает базу для конструктивного преодоления его и последующего личностного и духовного роста.

Библиографический список

1. Варавина Л. А. Применение когнитивно-поведенческой терапии в работе с ненормативными кризисами личности / Л. А. Варавина, Е. Н. Корнеева // Ярославский педагогический вестник. 2024. № 4. С. 148–158.
2. Василюк Ф. Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). Москва : Изд-во МГУ, 1984. 200 с.
3. Василюк Ф. Е. Переживание и молитва (Опыт общепсихологического исследования) Москва : Смысл, 2005. 190 с.
4. Жедунова Л. Г. Феноменологические исследования субъективного опыта переживания личностного кризиса // Ярославский педагогический вестник. 2012. Т. II, № 1. С. 238–243.
5. Жедунова Л. Г. Динамика базисных убеждений личности в процессе переживания личностного кризиса // Ярославский педагогический вестник. 2009. № 4 (61). С. 145–149.
6. Киршбаум К. И. Психология кризисных состояний. Санкт-Петербург : Речь, 2005. 342 с.
7. Карпинский К. В. Психология смысложизненного кризиса. Гродно : ГрГУ им. Янки Купалы, 2019. 624 с.
8. Козлов В. В. Социальная работа с кризисной личностью : метод. пос. Ярославль : Изд-во ЯрГУ им. П. Демидова, 1999. 303 с.
9. Корнеева Е. Н. Комплексная классификация ненормативных личностных кризисов // Ярославский педагогический вестник, 2025. № 1. (142). С. 150–159.
10. Магомед-Эминов М. Ш. Актуальные проблемы ресоциализации / М. Ш. Магомед-Эминов, О. Г. Квасова, О. О. Савина. Москва : Изд-во Института Общегуманитарных Исследований, 2017. 220 с.

11. Шадриков В. Д. Внутренний мир жизни человека. Москва : Логос, 2006. 392 с.
12. Шадриков В. Д. Духовные способности. Москва : Издательский дом Высшей школы экономики, 2020. 334 с.
13. Шадриков В. Д. Происхождение человечности. Москва : Логос, 1999. 200 с.
14. Шадриков В. Д. Общая психология / В. Д. Шадриков, В. А. Мазиллов. Москва : Юрайт, 2015. 411 с.
15. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. Москва : Класс, 1999. 456 с.
16. Bandura A. Self-Efficacy: The Exercise of Control. N. Y.: Freeman.1997. 334 p.
17. Bollnow O. Crisis and New Beginning: Contributions to a Pedagogical Anthropolog. Duquesne University Press. (USA). 1987.
18. Campbell J. The Hero with a Thousand Faces. Pantheon Books (USA). 1949.
19. James R. K., Gilliland B. E. Crisis Intervention Strategies (7th ed.). Cengage Learning, 2017.
20. Grof S., Grof K. The Stormy Search for the Self: A Guide to Personal Growth Through Transformational Crisis. Tarcher Perigee (USA). 1991.
21. Lazarus R. S. Folkman S. Stress, Appraisal, and Coping. N.Y : Springer Publishing Company. 1984. 456 p.
22. Yomans A. Spirituality and Crisis: A Journey Through the Dark Night. Author House (USA). 2008.

Reference list

1. Varavina L. A. Primenenie kognitivno-povedencheskoj terapii v rabote s nenormativnymi krizisami lichnosti = The use of cognitive behavioral therapy in dealing with abnormal personality crises / L. A. Varavina, E. N. Korneeva // Jaroslavskij pedagogicheski vestnik. 2024. № 4. S. 148–158.
2. Vasiljuk F. E. Psihologija perezhivaniya (analiz preodoleniya kriticheskikh situacij) = Psychology of experience (analysis of overcoming critical situations). Moskva : Izd-vo MGU, 1984. 200 s.
3. Vasiljuk F. E. Perezhivanie i molitva (Opyt obshhepsihologicheskogo issledovaniya) = Experience and prayer (Experience of general psychological research). Moskva : Smysl, 2005. 190 s.
4. Zhedunova L. G. Fenomenologicheskie issledovaniya subektivnogo opyta perezhivaniya lichnostnogo krizisa = Phenomenological studies of the subjective experience of experiencing a personal crisis // Jaroslavskij pedagogicheski vestnik. 2012. T. II, № 1. S. 238–243.
5. Zhedunova L. G. Dinamika bazisnyh ubezhdenij lichnosti v processe perezhivaniya lichnostnogo krizisa =

Dynamics of basic personal beliefs in the process of experiencing a personal crisis // Jaroslavskij pedagogicheski vestnik. 2009. № 4 (61). S. 145–149.

6. Kirshbaum K. I. Psihologija krizisnyh sostojanij = Psychology of crisis states. Sankt-Peterburg : Rech', 2005. 342 s.
7. Karpinskij K. V. Psihologija smyslozhiznennogo krizisa = Psychology of a meaningful crisis. Grodno : GrGU im. Janki Kupaly, 2019. 624 s.
8. Kozlov V. V. Social'naja rabota s krizisnoj lichnost'ju = Social work with a crisis personality : metod. pos. Jaroslavl' : Izd-vo JarGU im. P. Demidova, 1999. 303 s.
9. Korneeva E. N. Kompleksnaja klassifikacija nenormativnyh lichnostnyh krizisov = Comprehensive classification of abnormal personality crises // Jaroslavskij pedagogicheski vestnik, 2025. № 1. (142). S. 150–159.
10. Magomed-Jeminov M. Sh. Aktual'nye problemy resocializacii = Modern problems of resocialization / M. Sh. Magomed-Jeminov, O. G. Kvasova, O. O. Savina. Moskva : Izd-vo Instituta Obshhegumanitarnyh Issledovanij, 2017. 220 s.
11. Shadrikov V. D. Vnutrennij mir zhizni cheloveka = The inner world of human life. Moskva : Logos, 2006. 392 s.
12. Shadrikov V. D. Duhovnye sposobnosti = Spiritual abilities. Moskva : Izdatel'skij dom Vysšej shkoly jekonomiki, 2020. 334 s.
13. Shadrikov V. D. Proishozhdenie chelovechnosti = Origin of humanity. Moskva : Logos, 1999. 200 s.
14. Shadrikov V. D. Obshhaja psihologija = General psychology / V. D. Shadrikov, V. A. Mazilov. Moskva : Jurajt, 2015. 411 s.
15. Jalom I. Jekzistencial'naja psihoterapija = Existential psychotherapy. Moskva : Klass, 1999. 456 s.
16. Bandura A. Self-Efficacy: The Exercise of Control. N. Y.: Freeman.1997. 334 p.
17. Bollnow O. Crisis and New Beginning: Contributions to a Pedagogical Anthropolog. Duquesne University Press. (USA). 1987.
18. Campbell J. The Hero with a Thousand Faces. Pantheon Books (USA). 1949.
19. James R. K., Gilliland B. E. Crisis Intervention Strategies (7th ed.). Cengage Learning, 2017.
20. Grof S., Grof K. The Stormy Search for the Self: A Guide to Personal Growth Through Transformational Crisis. Tarcher Perigee (USA). 1991.
21. Lazarus R. S. Folkman S. Stress, Appraisal, and Coping. N.Y : Springer Publishing Company. 1984. 456 p.
22. Yomans A. Spirituality and Crisis: A Journey Through the Dark Night. Author House (USA). 2008.

Статья поступила в редакцию 20.11.2025; одобрена после рецензирования 25.12.2025; принята к публикации 22.01.2026.

The article was submitted 20.11.2025; approved after reviewing 25.12.2025; accepted for publication 22.01.2026.