

Получена: 06 июня 2022 / Принята: 22 октября 2022 / Опубликовано online: 31 декабря 2022

DOI 10.34689/SH.2022.24.6.017

ЭОЖ 159.9

ОРТА ӨМІР ДАҒДАРЫСЫНЫҢ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ФЕНОМЕНОЛОГИЯСЫ ЖӘНЕ ПРОЦЕДУРАЛЫҚ СИПАТТАМАЛАРЫ

Гүлнар И. Алтынбекова^{1,*},

Сағат Ә. Алтынбеков^{2, 3}

¹ Қазақстан-Ресей медициналық университеті, Психиатрия және наркология кафедрасы, Алматы қ., Қазақстан Республикасы;

² ҚР психикалық денсаулық саласында жұмыс істейтін мамандар қауымдастығы, Алматы қ., Қазақстан Республикасы;

³ С.Ж. Асфендияров атындағы Қазақ ұлттық медицина университетінің қосымша және кәсіптік білім беру институты, Алматы қ., Қазақстан Республикасы.

Өзектілігі: Бұл зерттеуді ынталандыратын негізгі ынталандырушы сәт - адамның өмірінің j бөлігі және s бөліктері қартаю процесі болып табылатын негізгі теориялық конструктор арасындағы сәйкессіздік және зерттеушілер тарапынан балалық және жастық шақты зерттеуге ерекше назар аудару. Соңғы онжылдықтарда біз қартаю процесінен туындаған жасқа байланысты өзгерістерді зерттеуге деген қызығушылықтың арта түскенін байқасақ та, адам өміріндегі өзгеріс болып табылатын орта дағдарыс психологиялық әдебиеттерде әлі де аз қарастырылады.

Мақсаты: Орта өмір дағдарысының феноменологиясы мен процедуралық жағын зерттеу және талдау.

Материалдар мен әдістер: Осы тақырып бойынша зерттеулерді теориялық талдау, бақылау, сараптамалық бағалау әдісі, сауалнама және тестілеу.

Нәтижелері: Біз орта өмір дағдарысының процедуралық жағын өлшеу әдісіне сәйкес көрсеткіштері салыстырмалы түрде төмен болған субъектілердің бірінші тобына жатқыздық, яғни бұл адамдар орта өмір дағдарысын дамытудың сындарлы әлеуетіне ие болды деп болжауға болады. Екінші топқа біз осы әдіс бойынша қарама-қарсы нәтижелері бар субъектілерді жатқыздық.

Қорытынды: Біздің зерттеуіміз орта өмір дағдарысы адамның тұтастығын бұзғанға дейін терең психологиялық ыдырау жағдайына әкелетінін дәлелдейді. Экзистенциалды дағдарыс жағдайлары, орта өмір дағдарысының процедуралық сипаттамасы ретінде, көмек көрсетусіз, жеке адам мен топтың ауыр әлеуметтік-психологиялық бейімделуіне әкелуі мүмкін. Орташа өмір дағдарысы жеке тұлғаның терең қабаттарына және жеке тұлғаның өмір сүруінің барлық аспектілеріне әсер етеді, мысалы, жалпыланған жеке емес алаңдаушылық, терең жеке көзқарастардағы өзгерістер, өмірдегі құндылықтар мен мотивациялық нұсқауларды жоғалту.

Түйінді сөздер: орта өмір дағдарысы; бейімделу; экзистенциалды құндылықтар; өзін-өзі тану.

Abstract

PSYCHOLOGICAL PHENOMENOLOGY AND PROCEDURAL CHARACTERISTICS OF THE MIDLIFE CRISIS

Gulnar I. Altynbekova^{1,*},

Sagat A. Altynbekov^{2, 3}

¹ Kazakh-Russian Medical University, Department of Psychiatry and Narcology, Almaty c., the Republic of Kazakhstan;

² Association of Specialists working in the field of mental health of the Republic of Kazakhstan, Almaty c., the Republic of Kazakhstan;

³ Institute of Additional and Professional Education of Asfendiyarov Kazakh National Medical University, Almaty c., the Republic of Kazakhstan.

Background: The main motivating factor that stimulates this research is the discrepancy between the main theoretical constructor, in which the j-part and s-parts of a person's life are the aging process, and researchers pay special attention to the study of childhood and adolescence. Although in recent decades we have seen a growing interest in the study of age-related changes caused by the aging process, the midlife crisis, which is a change in a person's life, is still little considered in the psychological literature.

Objective: Research and analysis of the phenomenology and procedural side of the midlife crisis.

Materials and Methods: Theoretical analysis, observation, method of expert evaluation of research on this topic, questionnaires and testing.

Results: We attributed the procedural side of the midlife crisis to the first group of subjects whose indicators were relatively low according to the measurement method, that is, it can be assumed that these people had a constructive potential for the development of a midlife crisis. In the second group, we included subjects with opposite results using this method.

Conclusions: Our research proves that a midlife crisis leads to a state of deep psychological disintegration before it violates the integrity of a person. Existential crisis situations, as a procedural characteristic of the midlife crisis, without assistance can lead to severe socio-psychological adaptation of an individual and a group. The midlife crisis affects deeper layers of the personality and all aspects of the existence of the personality, such as generalized impersonal anxiety, changes in deeply personal views, loss of values and motivational guidelines in life.

Keywords: midlife crisis; adaptation; existential values; self-knowledge.

Резюме

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ФЕНОМЕНОЛОГИЯ И ПРОЦЕССУАЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ КРИЗИСА СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА

Гульнар И. Алтынбекова^{1,*},

Сагат А. Алтынбеков^{2, 3}

¹ Казахстанско-Российский медицинский университет, Кафедра психиатрии и наркологии, г. Алматы, Республика Казахстан;

² Ассоциация специалистов, работающих в сфере психического здоровья Республики Казахстан, г. Алматы, Республика Казахстан;

³ Институт дополнительного и профессионального образования КазНМУ им. С. Д. Асфендиярова, г. Алматы, Республика Казахстан.

Актуальность: Основным мотивирующим моментом, который стимулирует это исследование, является несоответствие между основным теоретическим конструктором, в котором j-часть и s-части жизни человека являются процессом старения, и со стороны исследователей особое внимание уделяется изучению детства и юности. Хотя в последние десятилетия мы наблюдаем растущий интерес к изучению возрастных изменений, вызванных процессом старения, кризис среднего возраста, который является изменением в жизни человека, по-прежнему мало рассматривается в психологической литературе.

Цель: Исследование и анализ феноменологии и процедурной стороны кризиса среднего возраста.

Материалы и методы: Теоретический анализ, наблюдение, метод экспертной оценки исследований по данной теме, анкетирование и тестирование.

Результаты: Мы относили процедурную сторону кризиса среднего возраста к первой группе субъектов, показатели которых были относительно низкими по методу измерения, то есть можно предположить, что эти люди имели конструктивный потенциал для развития кризиса среднего возраста. Ко второй группе мы относили испытуемых с противоположными результатами по этому методу.

Выводы: Наше исследование доказывает, что кризис среднего возраста приводит к состоянию глубокого психологического распада до того, как он нарушает целостность человека. Экзистенциальные кризисные ситуации, как процедурная характеристика кризиса среднего возраста, без оказания помощи могут привести к тяжелой социально-психологической адаптации индивида и группы. Кризис среднего возраста затрагивает более глубокие слои личности и все аспекты существования личности, такие как генерализованное безличное беспокойство, изменения в глубоко личных взглядах, потеря ценностей и мотивационных ориентиров в жизни.

Ключевые слова: кризис среднего возраста; адаптация; экзистенциальные ценности; самопознание.

Библіографіялық сілтеме:

Алтынбекова Г.И., Алтынбеков С.Ә. Орта өмір дағдарысының психологиялық феноменологиясы және процедуралық сипаттамалары // Ғылым және Денсаулық сақтау. 2022. 6(Т.24). Б. 126-136. doi 10.34689/SH.2022.24.6.017

Altynbekova G.I., Altynbekov S.A. Psychological phenomenology and procedural characteristics of the midlife crisis // *Nauka i Zdravoookhranenie* [Science & Healthcare]. 2022, (Vol.24) 6, pp. 126-136. doi 10.34689/SH.2022.24.6.017

Алтынбекова Г.И., Алтынбеков С.А. Психологическая феноменология и процессуальные характеристики кризиса среднего возраста // Наука и Здоровоохранение. 2022. 6(Т.24). С. 126-136. doi 10.34689/SH.2022.24.6.017

Кіріспе

Бұл зерттеуді ынталандыратын негізгі ынталандырушы сәт - адамның өмірінің j бөлігі және s бөліктері қартаю процесі болып табылатын негізгі теориялық конструктор арасындағы сәйкессіздік және зерттеушілер тарапынан балалық және жастық шақты зерттеуге ерекше назар аудару. Соңғы онжылдықтарда біз қартаю процесінен туындаған жасқа байланысты өзгерістерді зерттеуге деген қызығушылықтың арта түскенін байқасақ та, адам өміріндегі өзгеріс болып табылатын орта дағдарыс психологиялық әдебиеттерде әлі де аз қарастырылады [1].

Сондықтан біз таңдаған тақырып - феноменология мен Орта өмір дағдарысының процедуралық жағын зерттеу - Біздің ойымызша, бүгінгі таңда ерекше өзекті және маңызды теориялық және практикалық маңызы бар.

Өз жұмысымызда біз В.В. Козлов тұлғасының интегративті тұжырымдамасына сүйенеміз, үш іргелі құрылымның сипаттамасын, олардың өзара әрекеттесуі мен адам өміріндегі дамуын қолданамыз. Біз орта өмірдегі дағдарысты адамның жастық шағында "мен-материалдық", "мен-әлеуметтік" және "мен-рухани" салаларында алға қойған мақсаттары мен міндеттеріне қол жеткізу ретінде қарастырамыз. Біздің ойымызша, бұл дағдарыс көбінесе психодухов болып табылады, өйткені нәтиженің позитивтілігі немесе негативтілігі адамның онымен және оның өмірімен болған өзгерістерді қабылдау дәрежесіне және өмірдің жалғасатынын және қол жеткізілгенге тоқталмауға байланысты [2].

Жеке дағдарысты біз келесідей анықтаймыз: бұл өмірдің негізгі бағыттарын (құндылықтар, негізгі мотивация, мінез-құлық үлгілері, яғни таныс өзін - өзі тану - А. Маслоу, К. Юнг, өзін-өзі бейнелеу, өзін-өзі тұжырымдама) жоғалтуымен көрінетін тұлғаның максималды ыдырауының (ішкі психологиялық деңгейде) және бейімделуінің (әлеуметтік-психологиялық деңгейде) психологиялық жағдайы. және девиантты мінез-құлыққа, нейропсихиатриялық және психосоматикалық бұзылуларға әкелетін субъектінің әдеттегі өміріндегі кедергілер нәтижесінде пайда болады [3].

Дағдарыс жағдайында біз ұзақ уақытқа созылған жеке дағдарысты айтамыз.

Осы жұмыста бізді өмірдің ортасындағы экзистенциалды жас дағдарысы көбірек қызықтыратындығына байланысты зерттеу мақсаты қалыптасты.

Зерттеудің мақсаты - орта өмір дағдарысының феноменологиясы мен процедуралық жағын зерттеу және талдау. Зерттеуде қойылған мақсат келесі міндеттерде нақтыланды:

Зерттеу міндеттері:

1. Орта өмір дағдарысын зерттеудегі негізгі теориялық көзқарастар мен тұжырымдамаларды жүйелеу;

2. Орта өмір дағдарысының феноменологиясы мен процедуралық жағын талдау;

3. Орта өмір дағдарысының жеке сипаттамаларын алаңдаушылықтың жалпы деңгейі, әлеуметтік-психологиялық бейімделу, негізгі экзистенциалды құндылықтар арқылы өзін-өзі тану, "мен"имиджінің ерекшеліктері ретінде анықтау.

Жұмыстың негізгі гипотезасы келесі болжамдардан тұрады:

1. Орташа өмір дағдарысы адамның тұтастығын бұзғанға дейін терең психологиялық ыдырау жағдайына әкеледі.

2. Экзистенциалды дағдарыс жағдайлары, орта өмір дағдарысының процедуралық сипаттамасы ретінде, көмек көрсетусіз, жеке адам мен топтың ауыр әлеуметтік-психологиялық бейімделуіне әкелуі мүмкін.

3. Орташа өмір дағдарысы жеке тұлғаның терең қабаттарына және жеке тұлғаның өмір сүруінің барлық аспектілеріне әсер етеді, мысалы, жалпыланған персонализацияланбаған алаңдаушылық, терең жеке көзқарастардағы өзгерістер, өмірдегі құндылықтар мен мотивациялық нұсқауларды жоғалту.

Бұл зерттеудің объектісі өмірдің ортасында экзистенциалды жас дағдарысы жағдайында болған адамдар болды.

Жұмыстың теориялық - әдіснамалық негізі

Жұмыс отандық және шетелдік психология мен психотерапияның теориялық және әдіснамалық ережелеріне негізделген:

Әлеуметтік психология саласында Б.Г. Ананьев, Г.М. Андреева, А.А. Бодалева, И.П. Волкова, С. Кузьмина, В.Н. Куликова, В.А. Мазилова, В.В. Новиков, В.Н. Панферова, Б.Д. Парыгина, М.В. Шугурова, В.А. Ядова еңбектерінде [4].

Гуманистік психология саласында Р. Ассаджиоли, А. Маслоу, К. Роджерс, Э. Фромм, В. Франкл, К. Юнг еңбектерінде [5].

Экзистенциалды психология саласында Д. Бугенталь, А. Маслоу, И. Яломның еңбектерінде [6].

Трансперсоналды психология саласында Р. Ассаджиоли, К. Юнг, К. Минделл, В. Козловтың еңбектерінде [7].

Зерттеу әдістері

Осы тақырып бойынша зерттеулерді теориялық талдау, бақылау, сараптамалық бағалау әдісі, сауалнама және тестілеу.

Орнату деректері

Шетелдік және отандық психологиядағы өмірлік дағдарыс мәселесі, онда өмірлік дағдарыс психологиялық құбылыс арқылы биологиялық, мінез-құлық, эмпирикалық және әлеуметтік факторлардың үйлесімді өзара әрекеттесуі аясында қарастырылады. Орыс психологиясында Л.С. Выготский "жас дағдарыстары" ұғымын тұрақты кезеңдер өзгерген кезде үнемі пайда болатын адамның жеке басындағы тұтас өзгеріс ретінде енгізді. Выготскийдің айтуынша, жас дағдарысы алдыңғы тұрақты кезеңнің негізгі неоплазмаларының пайда болуымен байланысты, бұл дамудың бір әлеуметтік жағдайының бұзылуына және адамның жаңа психологиялық келбетіне сәйкес келетін басқа жағдайдың пайда болуына әкеледі [8].

Әрбір психоэлеуметтік дағдарыс, егер бағалау тұрғысынан қарастырылса, оң және теріс компоненттерден тұрады. Егер қақтығыс қанағаттанарлық түрде шешілсе, онда адам жаңа оң компонентті сіңіреді және бұл болашақта оның сау дамуы. Керісінше, егер қақтығыс шешілмей қалса немесе қанағаттанарлықсыз шешім қабылданса, дамып келе жатқан Эго осылайша зиян келтіреді және оған теріс компонент енгізіледі. Міндет-адам әр дағдарысты неғұрлым бейімделгіш және жетілген тұлғаның дамуының келесі сатысына жақындау үшін жеткілікті түрде шешеді [9].

Әр жастағы дағдарыс неоплазмалармен сипатталады, оны бастан кешіреді және қабылдайды, адам жаңарып, жаңа күштермен және әлемге жаңа көзқараспен "шығады". Жетілудің орталық тақырыбы-генеративтік-қоғамның дамуына практикалық немесе теориялық үлес қосу арқылы өз балалары арқылы келесі ұрпаққа өсер ету ниеті. Генеративтік айналаға қарау, басқа адамдарға қызығушылық таныту, өнімді болу қабілетін анықтайды, бұл өз кезегінде адамды бақытты етеді. Осы кезеңде жәбірленуші сәтсіздікке ұшырайды, тек өзіне ғана сіңеді. Бұл жаста адам сыртқы әлем, оның болашағы және оған қатысуы туралы өз көзқарасын қалыптастырады. Заттардың нақты жағдайын түсініп, бағалап, осыны ескере отырып, жаңа мақсаттарды белгілеп немесе ескілерін түзете отырып, өзіне мейірімді және сау адам осы асуды қауіпсіз жеңіп, өмірінің келесі кезеңіне жаңа жоспарлармен кіреді [10, 11].

Адам өзінің биологиялық алдын-ала анықталған дамуына қарсы тұруға және экзистенциалды шешімдерге рухани тұрғыдан келуге тән. Өзін-өзі тану жолын таңдаудағы ең үлкен шешім өзін салыстырмалы түрде тыныш орналастыру немесе кенеттен басталған дағдарыс ретінде көрсете алады. Соңғысы өзімен бірге барлық адамдарға наразылық әкеледі, бұл аударма қозғалысына ынталандыру ретінде көрінеді.

Дағдарыс екі негізгі үрдістің қарама - қайшылығымен сипатталады - бір жағынан, бір мүмкіндікті таңдау және басқалардан бас тарту арқылы, жоғалту мен сәтсіздік, көтерілістер мен жаңа жетістіктер арқылы Даму; екінші жағынан, өсуге, өсуге, қартаюға қарсы тұру; іске асыруға қарсы тұру арқылы өз мүмкіндіктерін сақтауға ұмтылу. Қарама-қарсы екі үрдістің қақтығысы дағдарысқа деструктивті де, конструктивті әлеует те бір уақытта болатын жағдайға әкеледі [12, 13, 14].

Дағдарыс жағдайының деструктивті және сындарлы аспектілері өмірдің өзінен ыдырауға (ыдырауға) және бірігуге (интеграцияға) уақыт өте келе шоғырланған. Интегралдау үрдістерін икемділік ретінде сипаттауға болады: ыдырау, өз кезегінде, қаттылықпен байланысты болуы мүмкін. Осылайша, икемділік өлшемі өміршеңдік шарасы бола алады.

Кемелденген адам үшін тәртіпсіздік пен тоқырау арасындағы жанжалды шешу пессимизм арқылы оптимизмге қол жеткізуді білдіреді, атап айтқанда, өмірді алдау үшін шексіз сетовтан гөрі проблемаларды шешуге артықшылық беріледі. Бұл жұмыста күшті қолдау-бұл еңбек, отбасы, қызметке қатысу.

Бұл тұрғыда дағдарысты жалпы мағынада емдеу процесі, икемділікті қалпына келтіруге түбегейлі өзгеріс ретінде анықтауға болады. Сонымен қатар, дағдарыс-бұл икемділікті, өмірлік ұстанымдарды, стереотиптерді, қайтымсыз дүниетанымды жоғалтқан тұтастықтардың өлу процесі, бейсаналықтың активтенуі жүреді, ол ыдырауды жеңіп, санаға жаңа мазмұн енгізеді. "Әр түрлі жолдар мүмкін болып көрінетін жерде біз инстинкт арқылы сенімді басшылықтан айырыламыз және қорқыныш сезінеміз. Өйткені, мұнда біздің сана-сезіміміз енді табиғат әрқашан өз балалары үшін жасайтын нәрсені жасауы керек, атап айтқанда-сенімді, сөзсіз, сөзсіз. Міне, бізді барлық адамдарға тән сана, біздің прометеевтің жаулап алуы, сайып келгенде, табиғатқа тең емес деген қорқыныш қамтиды. Бұл проблема бізді жалғыздыққа жетелейді, онда біз санаға жүгінуге мәжбүрміз және одан басқа ештеңе жоқ. Т. о. кез-келген проблема сананың таралу мүмкіндігін білдіреді, бірақ сонымен бірге барлық бейсаналық балалық шақ пен табиғатқа қоштасу қажеттілігін білдіреді" [15].

Даму үдерісіндегі дағдарыс-бұл адам тұтастай алғанда ішкі төңкерісті бастан кешіреді, ол өзгерген кезде пайда болады: жаңа экзистенциалды шешіммен қаруланады немесе жеңіліске ұшырайды. Өмір сүру уақыты үнемі сапалы құрылымға ұшырайды және шешім қабылдау қажет болған кезде белгілі бір тәжірибені шарықтау шегіне жеткізеді. Тәжірибеге қарсылық және шешімнен кету дағдарыстың деструктивті әлеуетін жинақтайды. Хабардар болудың мүмкін еместігі жеке тұлғаның қалыпты дамуына, қалыптасқан қарама-қайшылықты реактивті жеңуге әкеледі. Мысалы, жалған компенсаторлық қызметті жүзеге асыруға итермелейтін әртүрлі "қорғаныс" мотивтерінің пайда болуы. Бұл әрекеттің мәні "сақтау", ішкі қарама-қайшылықты қалдыру және сол арқылы оған бейімделу болып табылады.

Дағдарыс өмірдің барлық басқа санаттарын біртұтас динамикалық тұтастыққа біріктіреді. Кеңейтілген сана психодухов дағдарысын адамға белгісіз мазмұн мен мағыналармен толтырады; дағдарыстағы бір бейсаналықтан екіншісіне біртіндеп көшу процесі бейсаналыққа күрт секіру сипатына ие болады. Сананың кеңеюі ішкі тәжірибенің максималды қарқындылығымен бірге жүреді; осылайша дағдарыс жағдайы адамды жаңа тәжірибелермен және жаңа мағыналармен байыта алады. Жеке мағыналардың өзгеру процесі, бір жағынан, субъектінің дүниетанымының өзгеруіне, екінші жағынан, мақсаттардың энтропиясына және өміршеңдіктің біртіндеп жойылуына әкелуі мүмкін. Дағдарыс кезеңінде бейімделу қабілеті күрт төмендейді, әсіресе элеуметтік тұрғыдан: дағдарыс жеке тұлға көбінесе өзінің элеуметтік болмысын жүзеге асыра алмайды; дегенмен, қолайлы сыртқы жағдайларда (қоршаған ортаны түсіну, тиісті психотерапия) дағдарыс нәтижесінде пайда болатын жеке құрылымның түбегейлі өзгеруі жеке және элеуметтік өмірдің қайшылықтарын тұтастық пен бағалауға бағытталуы мүмкін [16, 17].

Әрине, жетілген және сапалы зерттеулердің жалпы қатарында Э. Эриксонның тұжырымдамасы ерекше

орын алады, оған сәйкес адам өмір бойы ("өмір жолында") бірқатар нақты психоэлеуметтік дағдарыстарды бастан кешіреді. Мұндай ұғымдар Л.С. Выготскийге (жоғарыда айтылғандай), Д.Б. Эльконинге тиесілі. Бізді дағдарыс кезеңінде элеуметтік-психологиялық бейімделу тәжірибесі арқылы жетілген тұлғаның қалыптасуы мен қалыптасуының элеуметтік-психологиялық аспектісі қызықтырады. Психологиядағы сәйкестік өзін-өзі қабылдайтын, саналы, шынайы, толық тұлға ретінде қарастырылады. Жетілген (дамудың осы кезеңінде) адам өзін және өзінің барлық бейнелерін қабылдаудың бірлігінде - ол түсінеді, өзін қабылдайды (дене, рухани, интеллектуалды). Эриксонның айтуынша, жеке тұлғаны дамытудың сегіз кезеңі бар. Өтпелі кезеңнің "сәтінде" адам одан әрі дамудың екі баламасын - өсу бағытында немесе кері қайту бағытында, элеуметтенудің және басқа қоғаммен өзара әрекеттесудің алдыңғы сатысында таңдау жасауы керек. Бұл таңдау адам өмірінің барлық бағытына байланысты. Жеке тұлғаны дамытудың әр кезеңінде өзіндік міндет бар, яғни. адам белгілі бір элеуметтік және элеуметтік-психологиялық тетіктерді" үйренеді" [18].

Э. Эриксонның тұжырымдамасы қазіргі психологиядағы ұрпақтар динамикасы туралы идеялармен байланысты. Бірегейлік - бұл жеке ғана емес, сонымен бірге топтық (мәдениет, қоғам, нәсіл және т.б.) ұғым. "Біз жеке тұлғаның, сонымен қатар қоғамдық мәдениеттің өзегінде "локализацияланған процеспен айналысамыз"..." Осылайша, "...психологиялық күш бір уақытта жеке өмірлік циклдерді, ұрпақтар тізбегін және қоғам құрылымын реттейтін жалпы процеске байланысты". Топтың, қоғамның, мемлекеттің сәйкестігі әр адамның сау болмысына тікелей байланысты.

Э. Эриксон енгізген психоэлеуметтік мораторий тұжырымдамасы (ересектердің міндеттерін қабылдаудың дағдарыс жағдайынан жеткіліксіз шығудың нәтижесі болып табылады, бұл қоғамның мұндай адамды қабылдауына әкеледі (элеуметтік-психологиялық бейімделу) және нәтижесінде мінез - құлықтың жеткіліксіз формалары [19].

Өмірдің екінші жартысындағы дағдарыс (45-55 жас), жыныстық дағдарыс сияқты, адам өмірінің негізгі нүктесі болып табылады. Осы сәтте барлық негізгі экзистенциалды проблемалар (өлім, оқшаулау, мағынасын жоғалту) өзекті болып табылады және бірқатар нақты элеуметтік-психологиялық проблемалар (элеуметтік жалғыздық, бейімделу, құндылықтардың толық өзгеруі, элеуметтік мәртебенің өзгеруі) туындайды. Жастық және экзистенциалды дағдарыстардың бір сәтіндегі сәйкестік өмірдің екінші жартысындағы дағдарысты ең күшті етеді. Мұндай дағдарысты бастан кешірудің нәтижесі адамның рухани дамуы мен кеңеюінде немесе адамның деградациясында (инволюция) секіруі мүмкін, бұл ауыр тәжірибеге (суицидке дейін) әкеледі. Осы дағдарыстың екеуі де бізді өмірдің түйінді, "өтпелі" сәттері ретінде қызықтырады, бұл адамның басынан өткеруі қиын [20].

Максималды бейімделу, өз кезегінде, осы дағдарыстық жағдайлардың негізгі "симптомына" айналады. Осы екі дағдарыс жағдайымен бірге жүретін экзистенциалды алаңдаушылық депрессия, босаңсу,

толық мағынасыздық сияқты сезіледі. Осыдан тек екі жол болуы мүмкін: регрессия (сананың қарабайыр күйлеріне ұшу, ұжымдық өмірде жеке тұлғаның еруі, алкогольге, ойынға, тәуекелге, жұмысқа, жалған руханиятқа нәресте кетуі, жалпы әлемнің бөлінбеген санасының "құрсағына" оралу, сананың төменгі деңгейіне оралу ("төменгі нирвана") және екінші жол, сананың трансценденциясы, прогресс, жоғары қарай жүру, сананың жоғары деңгейіне өту, күнделікті өмірден жоғары көтерілу, рухани өсу ("жоғары нирвана") [21, 22, 23].

Гейл Шихи өзінің "жас дағдарыстары" кітабында дамудың келесі сатысына өткен сайын адамның қолданыстағы қорғаныс құрылымын бұзатындығын жазады. Ол осал және сезімтал болады, бірақ жаңа қорғаныс пен оның қоршаған орта жағдайларына біртіндеп бейімделу қабілетіне ие болады. Бұл ауысу бірнеше жылға созылуы мүмкін. Оны жеңе отырып, адам тұрақтылық пен салыстырмалы тыныштықтың ұзақ кезеңіне түседі, тепе-теңдік сезімін алады.

Адамға болатын барлық оқиғалар оған әсер етеді. Маңызды оқиғалар өмірдегі маңызды кезеңдер болып табылады. Алайда, даму сатысы осы өтпелі сәттердегі жеке тұлғаның өзгеруімен анықталады. Тұлға маңызды оқиғалардың әсерінен жүзеге асырылатын өзгеруге жасырын бейімділікке ие [24].

Адамның өмірі сыртқы және ішкі аспектілерді қамтиды. Ішкі аспект деструктивті күштер адамды тепе-теңдіктен шығара бастайтын жерде көрінеді, бұл өзгеру қажеттілігін білдіреді және оны дамудың келесі сатысында жаңа қолдауға итермелейді. Мұндай түбегейлі өзгерістер өмірде барлық жерде болады. Алайда, адамдар әлі де ішкі өмір жүйесі бар екенін мойындаудан бас тартады.

Өтпелі сәттерде өмір салты төрт өлшемде кенеттен өзгеріске ұшырайды:

1. Өзгелерге қатысты ішкі сезім
2. Қауіп пен қауіпсіздік сезімі
3. Уақытты қабылдау.
4. Физикалық құлдырау сезімі

Барлық осы сезімдер өмірдің негізгі реңін белгілейді және адамды белгілі бір шешімдерге итермелейді. "Әр жаңа сатыға көшу сізді қандай да бір сиқырдан, өзіндік ерекшеліктен бас тартуға мәжбүр етеді", - деп жазады Гейл Шихи .

Шамамен қырық бес жасында тепе-теңдік қалпына келеді, қанағат әкелетін тұрақтылық сезімі пайда болады. Егер адам өмірдің ортасында белсенді болудан бас тартса, құлдырау сезімі кішіпейілділік сезіміне айналады. Біраз уақыттан кейін дамуды тоқтатқан адам қолдау мен қауіпсіздікті жоғалтады. Ата-аналар бала болады. Балалар бейтаныс болады. Мансап тек жұмысқа айналады. Осы оқиғалардың әрқайсысы сәтсіз болып көрінетін болады. Дағдарыс жағдайы елу жылға оралады.

Кейбір зерттеушілер орташа жасты ересектер "үміт үзіліп, көптеген мүмкіндіктер мәңгіге жоғалып кететін кезең" ретінде қабылдайды деп санаса да, зерттеудің едәуір бөлігі керісінше дәлелдейді. Жиналған мәліметтер ересектердің көпшілігі өмірдің ортасында қартаю процесіне байланысты жағымды да, жағымсыз да оқиғаларға толы жылдар ретінде өмір сүретіндігін

көрсетеді. Дағдарыс моделі осы кезеңде орын алған жасқа байланысты нормативтік өзгерістерді алдын-ала болжанатын дағдарыстармен байланыстырса да, өтпелі модель орта өмір дағдарысы жасқа байланысты дамуға қатысты нормативтік оқиға деген ұғымды қабылдамайды [25].

Өтпелі модельге сәйкес, адамның дамуы оның өміріндегі күтілетін маңызды оқиғалардың дәйектілігімен сипатталады, олар алдын-ала болжануы мүмкін және жоспар құруға болады. Осы оқиғалармен байланысты ауысу психологиялық жағынан да, әлеуметтік жағынан да айтарлықтай қиындықтар тудыруы мүмкін, бірақ адамдардың көпшілігі бұл оқиғалардың тұрақты түрде жақындап келе жатқанын білу арқылы оған сәтті бейімделеді. Принципке қарсы әлеуметтенудің арқасында олар осы өмірлік оқиғаларды жоспарлап, орта өмір дағдарысынан аулақ бола алады.

Кесслер және басқа зерттеушілер орта өмір дағдарысы ережеден гөрі ерекше жағдай деп санайды. Адамдардың басым көпшілігінде орта жасқа көшу байқалмай және біртіндеп жүреді, өйткені атақ, байлық, жеке жетістіктер мен сұлулық туралы жастық армандардың орнына шынайы үміттер келеді [26].

Басқа көзқарас бар. Әріптестердің күшті секс өкілдерін зерттеуінде, шамамен 40 жасында ер адам сұрақ қоюы немесе, кем дегенде, өзі басқарған "жағдайға негізделген" өмірдің құндылығын әр түрлі жағынан түсіне бастауы мүмкін екенін анықтады. Егер ол бұрын өз мақсаттарына қол жеткізе алса, ол кенеттен: "олар күш жұмсады ма?" Егер ол өз өмірінде қалаған нәрсеге қол жеткізе алмаса, енді ол бір нәрсені өзгертуге көп мүмкіндік қалмайтынын толық түсінеді. Ол өмірінің барлық салаларына, соның ішінде жұмыс пен отбасылық қатынастарға күмән келтіре бастайды. Дэниел Левинсон он сегізден қырық жеті жасқа дейінгі ерлердің өмірін сипаттады. Ол және оның қызметкерлері бірнеше жыл бойы әртүрлі мамандықтағы ер адамдар тобын зерттеді. Левинсон балалар мен жасөспірімдер үшін дамудың негізгі принциптері бар, ал ересектердің дамуында белгілі бір міндеттерді шешу қажет кезеңдер бар екенін атап өтті. Адам бір кезеңнен екінші кезеңге ауысады, егер ол дамудың жаңа міндетін шешу үшін жұмыс істей бастаса және оның өмірінің жаңа құрылымын жасаса [27, 28].

Левинсонның есептеулеріне сәйкес, ешқандай құрылым жетіден сегіз жылға дейін өзгеріссіз қала алмайды. Оның зерттеулері бұл деректерді растады.

Зерттеу нәтижелері

Орта өмір дағдарысының процедуралық жағын өлшеу әдістемесін тексеру психометриялық сипаттамаларға сәйкес жүргізілді:

* Айтемалдау жүргізілді, яғни сенімділік және дискриминативтілік сияқты мәселелердің сипаттамаларын тексеру жүргізілді.

* Тесттің сенімділігін тексеру (тұрақтылық, нәтижелердің қайталануы, олардың тұрақтылығы мен тұрақтылығы. Бұл психологиялық өзгерістердің қаншалықты дәл жасалғанын, алынған нәтижелерге қаншалықты сенуге болатындығын көрсетеді). Сенімділік коэффициенті - В Кромбах = 0,67.

* Тесттің ретестілік сенімділігін тексеру (сенімділік, уақыт бойынша нәтижелердің тұрақтылығы ретінде - уақыттың әртүрлі сәттерінде бір сыналушыға қатысты оны бастапқы және қайта қолдану кезінде алынатын тест нәтижелерінің бірізділігі). Ретестік сенімділік көрсеткіші-Пирсонның корреляция коэффициенті = 0,8.

* Біз әзірлеген Әдістеменің дұрыстығын тексеру.

Жарамдылық - бұл зерттелетін құбылыстың аймағы туралы ақпаратты және диагностикалық процедураның осы аймаққа қатысты қаншалықты өкілдік ететіндігі туралы ақпаратты қамтитын тесттің жан - жақты сипаттамасы. Эмпирикалық жарамдылық - тест нәтижелерінің зерттелетін психологиялық сипаттамалардың көрсеткіштері болып табылатын сыртқы және тесттен тәуелсіз критерийлерге сәйкестігі. Эмпирикалық жарамдылықты тексеру үшін біз объективті критерийді - қарама - қарсы топтар әдісін таңдадық. Кіші бақылау тобы бар валидтілік коэффициенті $r=0,5$, жоғары бақылау тобы бар $R=0,35$, бұл айырмашылықтардың дұрыстығын көрсетеді.

* Теориялық негізділікті тексеру үшін біз Леонтьев Д.А. "СЖО" тестін қолдандық, ол бес интегралдық шкала бойынша адам өмірінің бағдарларының жалпы көрсеткішін анықтайды. Валидтілік коэффициенті $r=-0,4$.

* Psystat бағдарламасы бойынша нәтижелерді нормалау жүргізілді.

Сұралғандардың жалпы саны 19-63 жас аралығындағы 235 адамды құрайды.

Біздің жұмысымызда біз орта өмір дағдарысының процедуралық жағын өлшеу әдістемесін қосымша, егжей-тегжейлі және терең тексеруден өткіздік, қазірдің өзінде дәлелденген құралдарды қолдана отырып, Әдістеменің өкілдігі туралы және бізді қызықтыратын тақырып бойынша қосымша ақпарат алу үшін.

Жоғарыда баяндалған теориялық ережелерге сәйкес, біз әзірлеген Әдістеме ӘСК процестік жағын анықтау үшін сәтті құрал болып табылады, яғни осы дағдарыс кезінде адам дамуының сындарлы немесе деструктивті әлеуетін анықтайды деген гипотеза алға қойдық

Жұмыс гипотезалары:

1. ӘСК дамуының деструктивті нұсқасы қалған шәкілдердің нормативтік шашырауы кезінде пессимизм мен мазасыздық шәкілдері бойынша баллдардың артуымен ілесе жүреді.

2. ӘСК дамуының деструктивтік нұсқасы "мен-шынайы" және "мен-мінсіз" бағалауларының айтарлықтай сәйкес келмеуімен сүйемелденеді.

3. ӘСК дамуының деструктивті нұсқасы ахроматикалық және аралас түсті таңдаулардың басым болуымен сипатталады.

Біз өз мақсатымызбен әдістемеміздің жобалық және критериялды дұрыстығын тексеру үшін анықтадық.

Міндеттері

1. Орта өмір дағдарысының барысын өлшеу әдістемесін бейімдеу

2. Smil мәліметтері бойынша үлгілер арасындағы сенімді айырмашылықтарды анықтаңыз.

3. ДМО мәліметтері бойынша сынамалар арасындағы сенімді айырмашылықтарды анықтау.

4. МЦВ мәліметтері бойынша сынама арасындағы сенімді айырмашылықтарды анықтау.

5. Smil, DMO, MTV көрсеткіштерінің арақатынасын және орта өмір дағдарысының барысын өлшеу әдістерін анықтаңыз.

Біздің зерттеуімізге 55 адам, бизнес-тренингтерге қатысушылар, Астана қаласының түрлі кәсіпорындарының орта буын басшылары қатысты. Олардың ішінде 38 пәннің жоғары білімі бар (69%), 17 адамның арнаулы орта білімі бар (31%).

Жасы бойынша барлық қатысушылар 37-ден 45 жасқа дейін бөлінді, бұл осы жұмыста қарастырылған орта өмір дағдарысына сәйкес келеді. Іріктемедегі Ерлердің әйелдер қатынасы іс жүзінде тең болды. Ерлер - 54,5% (30 адам), әйелдер - 45,5% (25 адам).

Орташа өмір дағдарысының процедуралық жағын өлшеу әдісінің сипаттамасы

Орта өмір дағдарысын бастан кешкен кездегі адамның жағдайын, оның "мен-материалдық", "мен-элеуметтік" және "мен-рухани" салаларындағы өзгерістерді диагностикалау үшін біз Дүниежүзілік Денсаулық сақтау ұйымы (ДДСҰ-100) әзірлеген өмір сапасының сауалнамасын қолдандық.

Сауалнаманың авторлары өмір сүру сапасын жеке адамның физикалық және психологиялық жағдайын, Тәуелсіздік деңгейін, басқа адамдармен қарым-қатынасын және жеке сенімдерін, сондай-ақ оның қоршаған ортасының маңызды сипаттамаларына қатынасын қамтитын көп өлшемді, күрделі құрылым ретінде қарастырады.

Сауалнаманың көмегімен өмір сапасының алты үлкен саласы бағаланады: физикалық функциялар, психологиялық функциялар, Тәуелсіздік деңгейі, элеуметтік қатынастар, қоршаған орта және рухани сала, сонымен қатар респонденттің өмір сапасы мен жалпы денсаулықты қабылдауы тікелей өлшенеді. Дәл осы салаларды таңдау бір жағынан олардың әмбебаптығын көрсететін әдеби мәліметтерге негізделген, ал екінші жағынан бір - бірінен айқын айырмашылық бар.

VOSKZ-100 көмегімен сауалнама нәтижелерін мазмұнды түсіндіруде қолданылатын әр субсфераны анықтау мыналарды қамтиды:

а) баяндау түріндегі тұжырымдамалық анықтама;

б) осы субсфераны бағалауға болатын әртүрлі индикаторларды немесе өлшеуіштерді және олардың шеңберінде өлшеу жүргізілуі мүмкін шекараларды сипаттау;

в) осы субсфераға айтарлықтай әсер етуі мүмкін жағдайлар мен жағдайлардың (айқындылықтың әртүрлі деңгейінің) бірнеше мысалдарын санамалау.

Сұрақтарға жауап беру үшін арнайы жасалған бес балдық жауап шкаласының төрт түрі қолданылады. Бірінші тип-бұл адамның қандай-да бір жағдайды немесе жағдайды бастан кешіретін дәрежесін немесе өлшемін бағалайтын қарқындылық шкаласы. Екінші түрі-әртүрлі сезімдерге, күйлерге немесе әрекеттерге қабілеттілікті бағалайтын қабілет шкаласы. Үшіншісі-қандай да бір мінез-құлықтың санын, жиілігін, әдет-ғұрпын немесе орташа нормасын бағалайтын жиілік шәкілдері, төртіншісі-респондентке қандай да бір

жағдайларға, қабілеттерге немесе мінез-құлыққа баға беруге мүмкіндік беретін бағалау шәкілдері

Зерттеу процедурасының сипаттамасы

Жоспарлы психологиялық тестілеуді өткізу барысында сыналушыларға үш әдістеме ұсынылды: БААЭЖ компьютерлік бағдарламасына кіретін СМИЛ, ДМО, МЦВ (Л. Н.Собчик әзірлеген психологиялық автоматтандырылған сараптамалық бағалау), сондай-ақ өмір ортасындағы дағдарыстың процессуалдық жағын өлшеудің бланктік әдістемесі.

Алынған нәтижелер және оларды өңдеу

Біздің жұмысымыздың мақсаты Орта өмір дағдарысының процедуралық жағын өлшеу әдісінің дұрыстығын тексеру болды. Жарамдылық-бұл зерттелетін құбылыстың аймағы туралы ақпаратты және диагностикалық процедураның осы аймаққа қатысты қаншалықты өкілдік ететіндігі туралы ақпаратты қамтитын тесттің жан-жақты сипаттамасы.

Біз қандай ақпарат санаттарын қолданатынымызға байланысты жарамдылық түрлерін ажыратамыз:

* Эмпирикалық (критериалды)

* Теориялық (конструктивті)

Эмпирикалық жарамдылық-тест нәтижелерінің зерттелетін психологиялық сипаттамалардың көрсеткіштері болып табылатын сыртқы және тесттен тәуелсіз критерийлерге сәйкестігі. Эмпирикалық жарамдылықты тексеру үшін біз объективті критерийді - қарама-қарсы топтар әдісін таңдадық.

Алынған нәтижелерді талдау үшін біз Манн-Уитни критерийін қолдандық, ол кішкентай, әртүрлі үлгілердің арасындағы айырмашылықтарды анықтауға мүмкіндік береді. U критерийінің эмпирикалық мәні u қатарлар арасындағы депрессиядан аймақтың қаншалықты үлкен екенін көрсетеді. Сондықтан критерийдің эмпирикалық мәні неғұрлым аз болса, соғұрлым айырмашылықтар сенімді болады.

Біз орта өмір дағдарысының процедуралық жағын өлшеу әдісіне сәйкес көрсеткіштері салыстырмалы түрде төмен болған субъектілердің бірінші тобына жатқыздық, яғни бұл адамдар орта өмір дағдарысын дамытудың сындарлы әлеуетіне ие болды деп болжауға болады. Екінші топқа біз осы әдіс бойынша қарама-қарсы нәтижелері бар субъектілерді жатқыздық.

Бірінші үлгідегі 12 адам және екіншісінде 43 адам болса, $U(эмп) > U(крит)$ қарағанда аз болады, ол маңыздылық деңгейінде $p=0.01$ $U(крит)=150$, ал $P=0.05$ $U(крит)=185$ құрайды. Әрі қарай, біздің міндетіміз СМИЛ тестінің нәтижелері осы екі пән тобының орта өмір дағдарысының дамуының деструктивті немесе сындарлы әлеуетінің басым болуы туралы болжамдарымызды растау болды, яғни тақырыптар СМИЛ-дің белгілі бір шкаласы бойынша сенімді айырмашылықтарға ие болады.

Төменде кестеде 1 U өлшемінің көрсеткіштері келтірілген.

U өлшемінің көрсеткіштері келтірілген.

Таразы	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	КЖ	ДС
U	199	94,4	147	422	306	320,5	35,5	250	451,5	116	94	27

Осылайша, біздің үлгілеріміздің арасындағы сенімді айырмашылықтар таразыларда бар:

2-пессимизм

3-эмоционалды тұрақтылық

7-мазасыздық

0-Интроверсия

Сондай-ақ өмір сапасы мен рухани сала көрсеткіштері бойынша.

ӨСК процестік жағын өлшеу әдістемесінің деректері бойынша "конструктивтік" ретінде бізбен ерекшеленген сыналушылардың бірінші тобы және смел көрсеткіштері бойынша тиісті сипаттамаларымен ерекшеленді. Жетекші шкаласы 4, 9 және 6 болатын осы топтың тақырыптары ден қояудың стеникалық түрімен сипатталады, бұл өзін-өзі танудың айқын тенденциясын, тұлғаның көшбасшылық түрін көрсетеді. Талаптардың жоғары деңгейін, қол жеткізуге деген мотивацияның басым болуын, жоғары өзін-өзі бағалау мен өзіне деген сенімділікті, оптимизм мен өмірге деген сүйіспеншілікті, жалпы жоғары белсенділікті, 0-ші (әдептілік) төмен, ал 6-шы - жүйелеу тенденциясы, бәсекелестік сезімі, мақсатқа жетудегі табандылық, жұқтыру мүмкіндігі Өзгелер өздерінің ынта-жігерімен және оларды өздеріне жетелейді. Мұндай адамдар белсенді жеке позициясымен, жоғары ізденіс белсенділігімен, мотивациялық бағыт құрылымында - жетістікке деген мотивацияның басымдылығымен, шешім қабылдаудағы сенімділік пен жылдамдықпен ерекшеленеді. Мұнда жетістікке жетудің мотиві тілектерді жүзеге асыру ниетімен тығыз байланысты. Сыналушылардың бұл тобы өмір сапасының жеткілікті жоғары көрсеткіштерімен (орташа балл = 75,83) және рухани саланың өте төмен көрсеткіштерімен ерекшеленді, бұл, бұрын анықтағанымыздай, ӨСК ағымының конструктивтілігін куәландырады (орташа балл =12,92).

Бұл топтың субъектілері өздерінің танымдық функцияларын, жұмыс қабілеттілігін, ақпарат пен жаңа дағдыларды игеру мүмкіндіктерін жоғары бағалады, сондай-ақ бар энергиямен, жақындарының өміріндегі басымдықпен қанағаттанды.

Өңгіме барысында бұл тақырыптар қазіргі уақытта олар үшін мансаптық өсу үшін кең мүмкіндіктер ашылғанын және өздерін жоғары деңгейдегі көшбасшы ретінде жүзеге асырудың жеткілікті Күшін сезінетінін көрсетті. Сонымен бірге, респонденттердің көпшілігі отбасын, достарын түсіну мен қолдау оларға сенімділік ұялатады, бұл тек кәсіби ғана емес, сонымен бірге адами қасиеттердің көрінісі үшін жеткілікті жағдай жасайды. Субъектілер не болып жатқанын үмітсіз сезінбейді, өздерінің ішкі тәжірибелерінде оқшауланбайды, болашаққа сеніммен және батылдықпен қарайды, өздерінің тұтастығы мен сенімділігін сезінеді және өздерінің жеке нанымдарының, дүниетанымдарының өмірлік қиындықтарды түсінуге әсерін жоғары бағалайды. Айта

кету керек, пәндердің екінші тобымен салыстырғанда, бұл адамдар өздерін "өмір мұғалімі" деп бағалайды, бұл олардың ересек жастағы негізгі міндеттерді шешетінін, сондай-ақ кең тенденцияны жүзеге асыратындығын көрсетеді.

ӨСК процестік жағын өлшеу әдістемесінің деректері бойынша деструктивті әлеуеттің басым болуымен сыналушылардың екінші тобына оптимизм, өміршеңдік және белсенділік деңгейінің төмендеуі, пассивті-пассивті позицияның басым болуы, өзіне және жағдайдың тұрақтылығына сенімсіздік, жоғары сезімталдық, ұсақ күнделікті проблемаларға қатысты жоғары мазасыздық сипатталады. Бұл пәндер сәтсіздіктен аулақ болуға, сезімталдыққа және көпшіліктің пікіріне тәуелділікке ие. Жетекші қажеттіліктер-қорқыныш пен белгісіздіктен арылу, қарама-қайшылықтан арылу.

7-ші шкаланың жоғарылауымен профилде көрінетін бейімделу жағдайы ұйқының бұзылуымен, обсессивті қорқынышпен, шатасу сезімімен, алаңдаушылықпен, жақындап келе жатқан бақытсыздық сезімімен сипатталады.

7-ші шкала алаңдаушылықтың жоғарылауын көрсетеді, ал 70 Т-дан жоғары индикаторларда мінез-құлық белгісі емес, жай-күй анықталады, яғни қорғаныс механизмдерінің әсерінен әлі нақты күйге өзгермеген, бірақ бастапқы, еркін өзгермелі болып қалған мазасыздықтың ауырлығы. 7-ші шкаланың жоғары көрсеткіштерінде мазасыздық, әдетте, ұзақ мерзімді невротизациямен байланысты. Пәндердің бірінші тобынан айырмашылығы, екінші топтың өкілдері белгілі бір (жоғарыда сипатталған) таразыларда 70Т-ден жоғары профилдеді көтеруді жиі байқады. Сондай-ақ, осы топтың субъектілері айқын сезімталдықты, күмәнге бейімділікті, рефлексивтілікті, шамадан тыс өзін-өзі сынауды, өзін-өзі бағалаудың төмендігін, "мен" деген идеалға қайшы келеді.

СМИЛ профилінде басым 2-ші шкаласы бар адамдар өмірдегі қиыншылықтарға қатысты ең осал болып табылады, өздерінің тікелей импульстарын түсінуге және "төжеуге", басқалардың стеникалық көзқарастарына қарсы тұру кезінде өз мүмкіндіктерін пессимистік бағалауға байланысты нақты өмірдің қатал заңдарымен қақтығыстан аулақ болуға тырысады. Олар қанағаттанбау призмасы және олардың перспективаларын пессимистік бағалау арқылы бар проблемаларды түсінудің жоғары деңгейімен сипатталады.; ойлануға бейімділік, шешім қабылдаудағы Инерция, тәжірибенің айқын тереңдігі, аналитикалық ойлау, скептицизм, өзін-өзі сынау, өз-өзіне күмәндану, олардың мүмкіндіктері.

Осылайша, 2-ші, 7-ші және 0-ші таразылар гипостениялық реакция түрінің қасиеттерін көрсетеді және ингибиторлық белгілердің басым екендігін көрсетеді. Егер профилде бұл таразылар басқалардан едәуір басым болса, онда сәйкестік, әлеуметтік

сәйкестік, жеке тұлғаның нормативтілігі, өзін-өзі жүзеге асырудан бас тарту анықталады. Жеке тұлғаның травматикалық жағдайға реакциясын көрсететін кез-келген профилде гипостениялық тіркеудің жетекші шкалалары бар конфигурация ингибиторлық реакцияларды күшейту бағытында жеке тұлғаның бұзылуының немесе декомпенсациясының невротикалық нұсқасын анықтайды.

ӨСК процессуалдық жағын өлшеу әдістемесінің көрсеткіштері сонымен қатар сыналатын мәліметтерде депрессияның, өзінің ішкі тәжірибелерінде тұйықталудың, болып жатқан жағдайдың үмітсіздік сезімінің және болашақтың белгісіздігінің бар екендігін айғақтады. Пәндер өте төмен (орташа балл 9,7) олардың өмір сүру сапасына, өз денсаулығына қанағаттанушылығын бағалады, жақын адамдарымен қарым-қатынастың созылуын атап өтті, олардың қауіпсіздігі мен қауіпсіздігі туралы алаңдады. Бұл топтың көптеген өкілдері өздерінің жалғыздығын, ішкі босандығын, өмірге деген қызығушылығының жоқтығын, өзімен келіспеушілігін, сондай-ақ жақын адамдарымен өз тәжірибелерімен бөлісе алмайтындығын, олардан қандай да бір қолдауды қабылдай алмайтындығын сезінді. Біз бірінші топпен салыстырғанда субъектілердің деректері, олардың өмір жолын дұрыс таңдау туралы ойлағандығы және олардың жастық жоспарларын жоғары деп бағалайтындығы, Максималды бағалау бергендігі туралы сұрақтарға назар аудардық (мүмкін болатын 5-тен 4-5 балл)

Жоғарыда айтылғандарға сүйене отырып, біз орта өмір дағдарысы процесінің ерекшеліктері бойынша бөлген топтар пессимизм, эмоционалды тұрақсыздық, мазасыздық және интроверсия сияқты шкала бойынша СМЛД әдісін қолдана отырып сенімді түрде ерекшеленеді деп қорытынды жасауға болады. Біз алған мәліметтер Т. Каллошаның зерттеуімен және теориялық жұмыстармен расталады.

Біздің жұмысымыздың келесі кезеңі ДМО әдісін қолдана отырып, екі топ арасындағы сенімді айырмашылықтарды анықтау болды.

Сонымен қатар, біз ПАЭС әдістемелерінің көрсеткіштері мен Орта өмір дағдарысының процессуалдық жағын өлшеу әдістемесінің арақатынасын жүргіздік.

Осы мақсатта біз Спирманның дәрежелік корреляция коэффициентін қолдандық. Бұл әдіс

белгілердің екі профилі (иерархиясы) арасындағы корреляциялық байланыстың тығыздығын (Күшін) және бағытын анықтауға мүмкіндік береді.

Егер абсолютті мән сыни мәнге жетсе немесе одан асып кетсе, корреляция сенімді болады. Бұл әдіс әзірленген техниканың конструктивті дұрыстығын тексеруге мүмкіндік береді.

Бірнеше ондаған жылдар бойы Л.Н. Собчик және оның әріптестері әртүрлі психиатриялық емдеу мекемелеріндегі науқастардың әртүрлі өкілдік топтарын жүйелі түрде зерттеді. Зерттеу жүйелі бойлық сипатта болды және норма контингентін параллель зерттеумен жүргізілді, бұл қорытындылар үшін бай материал берді [29].

Зерттеу барысында ауру тарихы мен клиникалық бақылау деректері психодиагностикалық зерттеу нәтижелерімен салыстырылды. Сонымен қатар, әр адамның жеке санасының әртүрлі деңгейлеріндегі эмоционалды, мотивациялық, интеллектуалдық және мінез-құлық аспектілерінің көрсеткіштерінің айырмашылықтары мен сәйкестігін ескере отырып, феноменологиялық тұрғыдан жақын көріністерге талдау жасалды, сонымен қатар пациенттердің әртүрлі топтары бойынша орташа мәліметтерді зерттеді. Бұл жағдайда нозология да, әр пациенттің белгілі бір жеке типологиялық топқа жататындығы норма өкілдерінің ұқсас топтарымен салыстырғанда ескерілді.

Smil, DMO, MCV әдістерімен зерттеу нәтижелерін канондық корреляциялық талдау осы әдістердің факторлары арасындағы сенімді байланыстарды анықтады, осылайша олардың феноменологиялық жақындығын анықтады, бұл интеграцияның әр түрлі деңгейлері қалыптасатын топырақтың ортақтығын растайды.

Біз қолданған әдістер дизайн және критериялды жарамдылықты тексеру ретінде көптеген жылдар бойы тексеруден өтіп, осы әдістердің факторлары, олардың феноменологиялық жақындығы арасындағы сенімді байланыстар анықталғандықтан, біздің Әдістеменің көрсеткіштерін smil деректерімен байланыстыруды және ПАЭС-те қолданылатын әдістер арасындағы корреляциялық байланыстың сенімділігін көрсететін бұрыннан бар деректерге сілтеме жасауды орынды деп санаймыз.

Төменде СМЛДІН он шкаласы мен рухани саланың көрсеткіштері бойынша Спирманның дәрежелік корреляциясының көрсеткіштері келтірілген (Кесте 2).

Кесте 2.

СМЛДІН он шкаласы мен рухани саланың көрсеткіштері бойынша Спирманның дәрежелік корреляциясының көрсеткіштері.

Таразы	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0
r	0,5	0,73	0,44	-0,62	-0,35	-0,4	0,5	0,11	-0,7	0,52

Барлық дерлік таразылардың корреляциялары сенімді, сегізінші шкаладан басқа-индивидуализм, бұл осы сипаттаманың тәуелсіздігін біз қарастыратын адамның рухани саласында көрінетін орта өмір дағдарысының ерекшеліктерін таңдауды көрсетеді. Мүмкін, бұл жоғары немесе керісінше, осы шкала бойынша төмен балл жинаған адамдар үшін құндылықтар иерархиясының ерекшелігі, проблемалардан бірінші кезекте арман мен

қиял әлеміне кету және проблемаларды шешуге ұтымды көзқарас, күнделікті жағдайларды байсалды бағалау, соңғысы үшін жалпы мағынаның басым болуымен сипатталады.

Теріс корреляциялар 4, 5, 6 және 9 шкалалар үшін анықталды (импульсивтілік, еркектік - әйелдік, қатаңдық және оптимизм), осы шкалалар бойынша баллдар неғұрлым жоғары болса, өмір ортасындағы

дағдарыстың процессуалдық жағын өлшеу әдістемесі бойынша баллдар соғұрлым төмен болады, яғни ӨСК ағымының конструктивті әлеуетінің басым болуы мүмкін, бұл ретте төмен баллдар басым болуы тиіс рухани саланың көрсеткіштерімен оң байланысы бар басқа таразылардағы көрсеткіштер.

Л.Н. Собчиктің айтуынша, СМЛП шкаласының 2, 3, 7, 0 шындары нақты "Мен" мен "идеалдың (3-4 балл) айтарлықтай сәйкес келмеуімен және алғашқы позицияларда ахроматикалық түстер мен мазасыздық көрсеткіштерінің басым болуымен бірге жүреді. Ал СМЛП профиліндегі жетекші 4, 6, 9 шәкілдер ДМО үйлесімді көрсеткіштерімен (айқын сәйкес келмеушіліксіз) және бірінші позициялардағы негізгі ашық түстермен сүйемелденеді.

Осылайша, өмір ортасындағы дағдарыстың процестік жағын өлшеу әдістемесі бойынша алынған нәтижелер біздің іріктеме респонденттерді ӨСК сындарлы және деструктивті ағымы басым тұлғаларға бөлу үшін сенімді критерий болып табылды, бұл ПАЭС әдістемелерінің көшенді деректерімен расталды.

Осылайша, біз әзірлеген әдістеме ӨСК процестік жағын анықтау үшін сәтті құрал болып табылады, яғни осы дағдарыс кезінде адам дамуының сындарлы немесе деструктивті әлеуетін анықтайды деген жалпы гипотезамыз.

Қорытынды

Орта өмір дағдарысының проблемасы бүгінгі күні теориялық және практикалық тұрғыдан ерекше өзекті болып табылады. Біз В.В. Козловтың тұлғасының интегралды тұжырымдамасына сүйене отырып, орта өмірдегі дағдарысты психодухов деп санаймыз, өйткені нәтиженің позитивтілігі немесе негативтілігі адамның өзімен және оның өмірімен болған өзгерістерді қабылдау дәрежесіне және қол жеткізілген нәрсеге тоқталмау керектігін түсінуге байланысты.

Біздің зерттеуіміз орта өмір дағдарысы адамның тұтастығын бұзғанға дейін терең психологиялық ыдырау жағдайына әкелетінін дәлелдейді. Экзистенциалды дағдарыс жағдайлары, орта өмір дағдарысының процедуралық сипаттамасы ретінде, көмек көрсетусіз, жеке адам мен топтың ауыр әлеуметтік-психологиялық бейімделуіне әкелуі мүмкін. Орташа өмір дағдарысы жеке тұлғаның терең қабаттарына және жеке тұлғаның өмір сүруінің барлық аспектілеріне әсер етеді, мысалы, жалпыланған жеке емес алаңдаушылық, терең жеке көзқарастардағы өзгерістер, өмірдегі құндылықтар мен мотивациялық нұсқауларды жоғалту.

Қазіргі уақытта психодухов дағдарыстарын бастан кешіретін адамдардың саны тұрақты өсуде. Бір жағынан, бұл өмір сүру жағдайындағы күрт өзгерістермен (әдеттегі құндылықтардың девальвациясы, әлеуметтік құрылымдардың тұрақсыздығы, ауру, әлеуметтік ортаның өзгеруі), екінші жағынан, жалпы адамдардың психикасының дамуындағы белгілі бір эволюциялық кезеңмен байланысты болуы мүмкін. Психодухов дағдарысы жеке тұлғаның дамуындағы ерекше кезең болып табылады, материалдық, әлеуметтік және рухани эгоның ішкі ішкі жүйелерін біртұтас тұтас кеңістікке

біріктіру процесі басталған кезде, барлық құндылықтарды қайта бағалау уақыты келеді және осы процесте адам өзінің өмірдегі орнын және негізгі экзистенцияларын қайта қарастыра бастайды [30, 31].

Біздің ойымызша, дағдарысты адам өзінің "Мен-материалдық", "мен-әлеуметтік", "мен-рухани" әлеуеті ашылған және жеке дамудың негізгі тенденциялары жеңілген кезде ашады.

Дағдарыс екі негізгі үрдістің қарама - қайшылығымен сипатталады - бір жағынан, бір мүмкіндікті таңдау және басқалардан бас тарту арқылы, жоғалту мен сәтсіздік, көтерілістер мен жаңа жетістіктер арқылы Даму; екінші жағынан, өсуге, өсуге, қайтауға қарсы тұру; іске асыруға қарсы тұру арқылы өз мүмкіндіктерін сақтауға ұмтылу. Қарама-қарсы екі үрдістің қақтығысы дағдарысқа деструктивті де, конструктивті әлеует те бір уақытта болатын жағдайға әкеледі.

Дағдарыс жағдайының деструктивті және конструктивті аспектілері өмірдің ыдырауына (ыдырауына) және бірігуіне (интеграциясына) уақыт өте келе шоғырланған. Интегралдау икемділік ретінде сипатталуы мүмкін; ыдырау, өз кезегінде, қаттылықпен байланысты болуы мүмкін. Осылайша, икемділік өлшемі өміршеңдік шарасы бола алады.

Біз В.В. Козловтың интегративті теориясы негізінде әзірлеген, орта өмір дағдарысының процедуралық жағын өлшеу әдістемесі адамның өмір жолының ортасында болып жатқан өзгерістерді анықтаудың сәтті құралы болып табылады.

Бірақ бұл құрал оны практикада, жеке дағдарыстарды бастан кешіретін адамдармен жұмыс жасау үшін одан әрі жетілдіруді қажет етеді.

Авторлардың үлестері: барлық авторлар зерттеудің тұжырымдамасы мен әзірлемесіне, деректерді жинауға, оларды талдау мен түсіндіруге елеулі үлес қосты; мақала мазмұнын құрастыруға немесе түзетуге қатысты; жұмыстың кез келген бөлігінің дәлдігіне немесе тұтастығына байланысты жұмыстың барлық аспектілеріне жауап берді; мақаланың соңғы нұсқасын бекітуге қатысты.

Мүдделер қақтығысы: мәлімделмеген;

Қаржыландыру: - мәлімделмеген.

Зерттеу материалдары бұрын жарияланбаған және басқа баспаларда қаралмаған.

Әдебиеттер:

1. Матюшкина А.А. Представления о решении творческой проблемы в научной школе А.М. Матюшкина // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2012. № 3. С. 70—81.
2. Merleau-Ponty M., Phenomenology of Perception, Trans. Donald A. Landes. London and New York: Routledge. Prior translation. 2012, 215 с.
3. Fricke C., and Føllesdal D. (eds.), Intersubjectivity and Objectivity in Adam Smith and Edmund Husserl: A Collection of Essays. Frankfurt and Paris: Ontos Verlag. 2012, С. 97-115.
4. Bhuller M., Mogstad M., Salvanes K.G. Life-cycle earnings, education premiums, and internal rates of return // Journal of Labor Economics. 2017.35, 993-1030.
5. Blanchflower D.G. Unhappiness and age. 2020. NBER Working Paper No. 26642.

6. Blanchflower D.G. Unhappiness and age // *Journal of Economic Behavior and Organization* 2020. 176, 461-488.
7. Blanchflower D.G., Oswald A.J. Is well-being U-shaped over the life cycle? *Social Science & Medicine*, 2008. 66, 1733-1749.
8. Blanchflower D.G., Oswald A.J. 2016. Antidepressants and age: A new form of evidence for U-shaped well-being through life // *Journal of Economic Behavior & Organization*, 127, 46-58.
9. Blanchflower D.G., Oswald A.J. Trends 2019 // *American Journal of Public Health*, 2020, 110(10), 15381544.
10. Carlsson F., Johansson-Stenman O., Martinsson P. Do you enjoy having more than others? Survey evidence of positional goods. *Economica*, 2007. 74, 586-598.
11. Case A., Deaton A. Rising morbidity and mortality in midlife among white non-Hispanic Americans in the 21st century // *Proceedings of the National Academy of Sciences of the USA*. 2015. 112(49), 15078-15083.
12. Charles S.T., Mather M., Carstensen L.L. Aging and emotional memory: The forgettable nature *Journal of Experimental Psychology – General*. 2003. 132(2), 310324.
13. Cheng T., Powdthavee N., AJ Longitudinal evidence for a midlife nadir in human well-being: Results from four data sets // *Economic Journal*. 2017. 127 (599), 126-142.
14. Choi B. Job strain, long work-hours, and suicide ideation in US workers: A longitudinal study // *International Archives of Occupational and Environmental Health*. 2018. 91, 865-875.
15. Daly M. Prevalence of psychological distress among working-age adults in the United States // *American Journal of Public Health*, forthcoming. 2020. 1999-2018.
16. Diener E., Suh E.M., Lucas R.E., Smith H.L. Subjective well-being: Three decades progress // *Psychological Bulletin*. 1999. 125 (2), 276-302.
17. Dolan P., Kahneman D. Interpretations of utility and their implications for the valuation of health // *Economic Journal*. 2007. 118, 215-234.
18. Dolan P., Peasgood T., White M. Do we really know what makes us happy? A review of the economic literature on the factors associated with subjective wellbeing // *Journal of Economic Psychology*. 2008. 29. 94-122.
19. Easterlin R.A. Explaining happiness // *Proceedings of the National Academy of Sciences of the USA* 100. 2003. (19), 11176-11183.
20. Fisher K., Hofferth S., Flood S., Roman J.G., Lee Y., Gershuny J. Introducing the American Heritage Time-use Study Data Extract Builder (AHTUS-X) // *Electronic International Journal of Time-Use Research* 2015. 12(1) 169.
21. Freund A.M., Ritter J.O. Midlife crisis: A debate // *Gerontology*, 2009. 55, 582-591.
22. Frijters P., Beaton T. The mystery of the U-shaped relationship between happiness and age // *Journal of Economic Behavior & Organization*, 2012. 82, 525-542.
23. Fu W.J. Ridge estimator in singular design with application to age-period-cohort analysis of disease rates. *Communications in Statistics Theory and Method*, 2000. 29, 263.
24. Furman Y., Wolf S.M., Rosenfeld D.S. Shakespear and sleep disorders // *Neurology*, 1997. 49(4), 1171-2.
25. Galambos N.L., Krahn H.J., Johnson M.D., Lachman M.E. The U shape of happiness across the life course: Expanding the discussion // *Perspectives on Psychological Science*, 2020. 15, 898-912.
26. Gaydos L., Hummer R.A., Hargrove T.W., Halpern C.T., Hussey J.M., Whitsel E.A., Dole N., Harris K.M. The depths of despair among US adults entering midlife // *American Journal of Public Health*, 2019. 109(5), 774780.
27. Giuntella O., Han W., Mazzonna F. Circadian rhythm, sleep and cognitive skills: Evidence from an unsleeping giant // *Demography* 2017. 54, 1715-1742.
28. Goldman N., Gleit D.A., Weinstein M. Declining mental health among disadvantaged Americans // *Proceedings of the National Academy of Sciences of the USA*, 2018. 115, 7290-7295.
29. Graham C. Happiness for all? Unequal hopes and lives in pursuit of the American dream. Princeton University Press. Princeton, NJ. 2007. 115 p.
30. Graham C. Happiness for All? Unequal Hopes and Lives in Pursuit of the American Dream. Princeton University Press, Princeton and Oxford. 2017. 218c.
31. Graham C., Pozuelo J.R. Happiness, stress, and age: How the U curve varies across people and places // *Journal of Population Economics*. 2017. 30 (1), 225-264.

References: [1]

1. Matjushkina A.A. Predstavleniya o reshenii tvorcheskoi problemy v nauchnoi shkole A.M. Matjushkina [Ideas about solving a creative problem in the scientific school of A.M. Matyushkina]. *Vestnik Moskovskogo universiteta* [Bulletin of the Moscow University]. Series 14. Psihologija, 2012. 3, pp. 70–81. [in Russian]

* Корреспондент-Автор:

Алтынбекова Гульнора Ивановна – медицина ғылымдарының докторы, Қазақстан-Ресей медициналық университетінің, Психиатрия және наркология кафедрасының аға оқытушысы.

Мекен-жайы: Қазақстан Республикасы, 000005, Алматы қ., Ул. Торекулова, Д. 71, Уг. Пр. Сейфуллина

e-mail: profi.21@mail.ru