

5. Зубкова Е. Ю. Послевоенное советское общество: политика и повседневность. 1945-1953 гг. / Е. Ю. Зубкова. – М. : РОССПЭН, 1999. – 143 с.
6. Стародуб В. И. Женщина – труженица и мать / В. И. Стародуб. – Л. : Лениздат, 1967. – 62 с.
7. Харчев А. Г. Быт и семья в социалистическом обществе / А. Г. Харчев – Л., 1968. – 73 с.

***Tatiana Zharovtseva. Family problems in postwar period.***

*Strengthening the role of the family in the post-war period due to the demographic policy of society that suffered huge casualties in the war, which was particularly important in the formation of marital status and gender stereotypes. The woman is the head of the family, which solves all domestic, social and educational problems. One of the problems of the postwar period was the large number of orphans and «children of war».*

**Key words:** *the family, the post-war period, the demographic crisis, a single mother, orphans, «children of war».*

## **КРИЗИСНЫЕ СИТУАЦИИ И СОСТОЯНИЯ В ПОСЛЕВОЕННОЕ ВРЕМЯ**

**Светлана Жоха**  
преподаватель

*Измаильский государственный гуманитарный университет  
(Измаил, Украина)*

Проблематика критических ситуаций и состояний касается каждого современного человека, неизбежно встречающегося на своем жизненном пути с различного рода кризисами, потерями, утратами.

Однако чрезвычайные ситуации получают в современных социально-политических условиях не только в мире, но и в Украине все более широкое распространение. Это объясняет рост интереса к психологии кризисных и экстремальных ситуаций как среди социологов, политических экспертов, философов, так и практических психологов.

По мнению ряда специалистов, даже в настоящее время украинцы переживают психологические последствия Второй мировой войны, Голодомора 1946-47 гг. и 1932-33 гг. [5].

Мы считаем актуальным вопрос о психологических аспектах кризисных ситуаций и состояний в послевоенный период как в связи с темой конференции, так и сложившейся политической ситуацией на Украине (АТО, например).

В современной психологии существует достаточное количество исследований о поведении человека в кризисных ситуациях. Считается, что кризис проживает не только человек, непосредственно находящийся в этом состоянии, но и очевидцы, участники спасательных операций, даже телезрители. Как мы понимаем, все эти люди сталкиваются с серьезными психологическими проблемами.

С одной стороны, состояние напряжения стимулирует личность к дальнейшему развитию. А с другой стороны, это ситуация опасности, в которой

человек проживает разнообразные чувства: страх, боль, одиночество, изоляцию, бессилие, отчаяние, вину и др.

Термин кризис греческого происхождения (kress) и буквально обозначает решение, поворотный пункт, исход. Традиционно в психологии под кризисом понимают тяжелое состояние, вызванное какой-либо причиной или как резкое изменение статусов персональной жизни [4].

Кризисная или критическая ситуация, по мнению Ф. Е. Василюка [1, с.11], «в общем плане должна быть определена как ситуация невозможности, т.е. такая ситуация, при которой субъект сталкивается с невозможностью реализации внутренних ресурсов своей жизни». Он же выделяет четыре ключевых понятия, которыми в современной психологии описывают критические жизненные ситуации: стресс, фрустрация, конфликт и кризис. В ряде исследований к ним добавляют и депривацию [1, с.11].

В зависимости от того, какую возможность критическая ситуация составляет для человека в последующей жизни, различают два типа кризисных ситуаций: 1) кризис первого типа рассматривается как серьезное потрясение, сохраняющее определенный шанс выхода на прежний уровень жизни; 2) ситуация второго типа, перечеркивающая имеющиеся жизненные замыслы, оставляющая в виде единственного выхода из положения изменение самой личности и смысла ее жизни [4].

Ф. Е. Василюк под кризисом понимает критический момент и поворотный пункт на жизненном пути [4]. Несмотря на разнообразие кризисов (кризис развития, личностный кризис, кризис утраты, травматический кризис, посттравматическое военное расстройство и др.), любой из них можно описать по определенной схеме: 1) источники кризиса: противоречия, проблемы, возникшие у человека; 2) симптомы, т. е. особенности отражения переживаний, которые проявляются в поведении человека; возможные обстоятельства, углубляющие протекание кризиса; 3) обстоятельства, облегчающие выход из кризиса; 4) пути выхода из кризиса; 5) влияние кризиса на успешность деятельности человека; 6) формы «расплаты» за невыход из кризиса; 7) особенности психологической помощи, в которой нуждается человек, оказавшийся в кризисной ситуации.

Кризисные состояния возникают под воздействием разных событий – стихийных бедствий, техногенных катастроф, социальных переворотов, войн и революций [1, с. 89].

Они складываются в ситуациях угрозы жизни и здоровью (тяжелая болезнь, умирание), в случае утраты – как реальной физической утраты другого человека, разрыва отношений, так и ментальной утраты, например, утрата иллюзий, надежд.

Кризисные состояния могут возникать под воздействием многих внутренних психических и психофизиологических процессов. Однако каковы бы ни были кризисные ситуации человека, проживая их, он находится в кризисных состояниях, во многом имеющих одинаковую структуру.

В состоянии кризиса меняется эмоциональная сфера человека. Человек может проживать одну из трех доминирующих реакций: депрессию (апатию, равнодушие, разочарование, усталость, тоску, подавленность, безразличие), деструктивные чувства (раздражительность, злость, обиду, агрессию, ненависть, досаду, упрямство, придирчивость, мнительность, зависть) или одиночество,

которое выражается в таких переживаниях, как чувство ненужности, непонимания, тупика, безнадежности, пустоты.

Любой кризис предполагает два выхода: либо человек может восстановить прерванную кризисом жизнь, возродить ее, либо жизнь перерождается и человек перерождается, становится совершенно иным, и в этой иной жизни он ставит перед собой иные цели и ищет новые способы их достижения. В данном случае кризис выводит человека на новый уровень личностного развития [4].

Каждый кризис имеет свое течение, начало и основные фазы. Дж. Каплан описал следующие стадии кризиса: первичный рост напряжения, при котором стимулируются обычные, привычные способы решения проблемы; дальнейший рост напряжения в условиях, когда эти способы оказываются безрезультатными; еще большее увеличение напряжения, требующее мобилизации внешних и внутренних источников сил; если все оказывается тщетно, наступает стадия, характеризующаяся повышением тревоги и депрессии, чувством беспомощности, безнадежности и в конечном случае дезорганизации личности [4].

Специалисты в области оказания психологической помощи людям, побывавшим в экстремальных ситуациях, отмечают, что «настоящее бедствие наступает тогда, когда кончается бедствие стихии и начинается оказание помощи пострадавшим» [3, с. 11].

С одной стороны, масштаб разрушительных действий, их внезапность, распространение вызываемыми ими стрессов и т.п. во многом предопределяются особенностями предкатастрофного развития. А с другой стороны, только в посткатастрофный период можно реально определить степень деструктивного влияния катастрофы на динамику социокультурной структуры, на производственные, социокультурные, психологические взаимодействия, демографические процессы в зонах бедствия [3, с. 397].

Так, например, даже Голодомор 1932-33 гг. имеет до сих пор психологические последствия для современных украинцев [5]. Речь идет об изменениях на психологическом уровне, уровне идентичности. И. Рева ссылается на результаты исследований, проведенных в 2003-2007 гг. Реципиенты были разделены на две группы: люди, проживающие на территории, где был Голодомор (на момент реальных событий им было приблизительно от 1 до 7 лет), и жители тех мест, где его не было.

78% опрошенных в первой группе имеют неосознанный комплекс второсортности, тем не менее во второй группе таких людей всего 32%. 66% представителей первой группы боятся поражения и ставят перед собой более легкие задачи, а во второй группе таких людей лишь 32%.

Депрессивные настроения доминируют у 59% опрошенных в первой группе, и дополнительно к этому у 50% реципиентов этой же группы наблюдаются психосоматические заболевания, связанные со стрессами.

Дополнительным последствием считается и «синдром уцелевшего», всю последующую жизнь испытывавшего чувство вины за то, что он выжил. Таким образом, их жизнь превращается в постоянную борьбу за выживание.

Последствия войны также тяжело переживаются. Однако стрессовые последствия там преодолеваются за счет агрессии, направленной на врага. При Голодоморе ситуация усложняется, так как власть, призванная защищать своих граждан, их уничтожала.

По мнению экспертов [5], у украинцев наблюдаются признаки заниженной самооценки, склонности к зависимому поведению, разнообразные страхи, например, от страха голода до страха будущего и пр. Это бремя прошлого, которое несут на себе страны, прошедшие геноцид и тоталитарные режимы [5]. По ряду исследований, постгеноцидные последствия делятся около 4 поколений.

Если говорить о кризисных ситуациях послевоенного пространства, то практически каждый человек переживает общий дистресс. И такие травмы считаются травмами с отдаленными последствиями [3, с. 397].

Связанные со стрессом во время военных действий психические расстройства являются одним из главных внутренних барьеров на пути адаптации к обычной жизни. После возвращения к мирной обстановке, кроме ПТСР (посттравматического стрессового расстройства), наслаиваются новые расстройства, обусловленные стрессами, связанными с социальной дезадаптацией.

Конфликты мирного времени требуют иного способа разрешения. Появляются сложности в общении, профессиональном самоопределении, образовательной и финансовой сфере, сфере создания или сохранения семьи и пр.

По наблюдениям М. Горовица, «длительность процесса ответного реагирования на стрессовое событие обуславливается значимостью для индивида, связанной с этим событием информации [3, с.405].

Он выделяет четыре фазы ответной реакции на стрессовое событие:

- 1) первичной эмоциональной реакции;
- 2) «отрицания», выражающегося в эмоциональном оцепенении и избегании мыслей о случившемся и ситуаций, напоминающих о психотравмирующих событиях;
- 3) чередования «отрицания» и «вторжения» (воспоминания о психотравмирующих событиях начинают прорываться в сознание);
- 4) дальнейшей эмоциональной и интеллектуальной переработки травматического опыта, которая заканчивается его ассимиляцией или аккомодацией к нему.

Кризис прерывается, если исчезает опасность или обнаруживается решение [4]. Однако последствия кризисных ситуаций и состояний растянуты во времени. На события, произошедшие в прошлом, мы уже не можем повлиять. Нам доступно лишь откорректировать психологические последствия.

Своевременно оказанная и полученная психологическая помощь не приведет к «затяжным» травматическим последствиям.

### **Литература:**

1. Кризисная психология. Справочник практического психолога. – Москва: Издательство АСТ; Санкт-Петербург: Издательство Сова, 2008. – 286 с.
2. Маковийчук И., Пилявец Ю. Голод на Украине в 1946-47 гг. //Украинский исторический журнал. – 1990. - № 8. – с.18-19.
3. Малкина-Пых И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. – Москва: Издательство Эксмо, 2008. – 928 с.
4. Осипова А.А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях. – Ростов-на Дону, 2006.

5. Электронный ресурс: <https://www.unian.net./politics>  
эксперты: Голодомор 1932-33 гг. имеет последствия и для современных украинцев.

**Svetlana Zhoha. Crisis situations and states in the postwar period.**

*Problems of crisis situations and conditions concern to every modern man. Emergency in modern socio-political conditions in the world in Ukraine is widespread. Ukrainians are still experienced by the psychological effects of the great Patriotic war, Famines.*

**Key words:** *crisis, crisis situation, crisis state, crisis identity, experience, stage of the crisis, the types of critical reactions.*

## СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНІ АСПЕКТИ ГОЛОДУ 1946-1947 РОКІВ НА ПІВДНІ УКРАЇНИ

**Олексій Запорожченко**

*канд. філософ. наук, доцент*

*Ізмаїльський державний гуманітарний університет  
(Ізмаїл, Україна)*

Страшні голодомори в Україні, які були організовані більшовицькою владою в 20-30-х роках, виявилися не останнім випробуванням на виживання українського народу, зокрема для жителів багатостраждального півдня. Всього більшовицькою владою було організовано чотири голодомору, з яких голодомор 1946-1947 рр. був останнім. Незважаючи на більш пізній період, цей післявоєнний голод вивчений значно менше, оскільки йому приділялося недостатньо уваги, тому дослідження повоєнного голоду в Україні є вкрай необхідними і актуальними.

Якщо основними причинами голодоморів 1932-33 рр. була посилена індустріалізація економіки СРСР, то голод на Україні 1946-47 рр. був викликаний дещо іншими причинами. З одного боку, були об'єктивні економічні та природні чинники у вигляді посухи і зруйнованого війною сільського господарства, що призвели до неврожайного 1946 року. З іншого боку, працювали і суто ідеологічні чинники у вигляді зовнішньополітичних прагнень Москви розширити свою зону впливу в повоєнній Європі, а також продовжити індустріалізацію економіки, перекинувши весь її тягар на плечі виснаженого війною населення.

Повоєнні роки ознаменувалися початком холодної війни та боротьбою СРСР за сфери зовнішньополітичного впливу. І Радянський Союз пожертвував сотнями тисяч померлих від голоду в 1946-47 рр., відправляючи продовольство в ті країни, які були під протекторатом радянської влади і яким було заборонено купувати будь-які товари з «імперіалістичних країн». Так, наприклад, у 1946 р. для підтримки «дружніх режимів» із півдня України, включаючи і наш бессарабський край, було вивезено 350 тис. тонн в Румунію, а в 1947 р. цілих 600 тис. тонн зерна в Чехословаччину. Також і Польща за два цих роки отримала від СРСР 900 тис. тонн хліба. У травні 1946 р. в Москві було підписано угоду про постачання Франції 500 тис. т зерна за цінами, нижчими від світових, та ще й у кредит. Українське зерно в голодному 1946 р. йшло так само і в Болгарію [1].