

# **СИТУАЦИИ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОЙ УГРОЗЫ ЛИЧНОСТИ КАК ОДИН ИЗ ФАКТОРОВ, ВЛИЯЮЩИХ НА ТРАНСФОРМАЦИЮ ОБЩЕСТВА**

**Титаренко Д.С.,**

**Национальный университет  
гражданской защиты Украины,  
старший научный сотрудник  
научно-исследовательской лаборатории  
экстремальной и кризисной психологии**

Каждый человек в своей жизни, так или иначе, сталкивается с ситуациями экзистенциальной угрозы. Каждая из них откладывает свой отпечаток на его личности, характере, жизненных взглядах, привычках и т. д. [1] Следует отметить, что, переживши ту или иную ситуацию экзистенциальной угрозы, человек кардинально переоценивает свои личностные позиции, моральные принципы, меняет свой стиль поведения и многое другое.

Итак, рассмотрим, какие же жизненные ситуации относятся к экзистенциальной угрозе. Сам термин «экзистенциальная угроза» (англ. existential threat) стал активно употребляться в исследованиях области безопасности под влиянием работ А. Вевера и Б. Бузана [4; 5]. Поэтому в общем смысле *экзистенциальная угроза - это угроза, которая ставит под сомнение дальнейшее существование объекта в его качественно ценностном состоянии, тем самым требуя принятия безотлагательных, чрезвычайных мер, которые могут спасти объект от гибели* [3].

Основными факторами, которые отличают ситуации экзистенциальной угрозы от других ситуаций в жизни человека, является их необычность, специфичность, новизна и то, что сама личность не знает, как ей действовать. Человек для таких ситуаций не имеет общего алгоритма действий.

В общем виде все ситуации экзистенциальной угрозы можно разделить на две группы - ситуации реальной угрозы и ситуации мнимой угрозы, которые, в свою очередь, состоят из нескольких подгрупп.

Ситуации мнимой угрозы тесно связаны с особым видом страхов - экзистенциальными страхами. Экзистенциальные страхи - это особая группа страхов, которые связаны не с какими-то конкретными жизненными событиями определенного индивида, а с самой сущностью существования человека [2].

Поэтому данные страхи обладают рядом особенностей:

- во-первых, они в той или иной мере присущи всем людям;
- во-вторых, они спрятаны в глубине подсознания и поэтому не всегда осознаются человеком;
- в-третьих, через свою глубинность и неконкретность они не поддаются полному искоренению.

Высокий уровень влияния этих страхов не дает личности гармонично развиваться. Но есть и положительные моменты в экзистенциальных страхах: с этими страхами можно долго жить, не испытывая их негативного воздействия; их можно значительно уменьшить при помощи приемов рациональной или поведенческой терапии, снизив их уровень до приемлемых величин [2].

К данной группе страхов относятся:

- ситуации, связанные со страхом пространства;
- ситуации, связанные со страхом времени;
- ситуации, связанные со страхом перед жизнью;
- ситуации, связанные со страхом перед собой.

Все реальные ситуации экзистенциальной угрозы имеют одно общее условие: они, так или иначе, ставят под угрозу существование человека как живого существа. Их опасные факторы угрозы имеют материальное происхождение и влияют на человека с большей силой, чем мнимые.

К данной группе ситуаций относятся:

- чрезвычайная ситуация;
- ситуации, связанные со здоровьем личности;
- потеря (смерть) близкого человека;
- ситуации, связанные с личностным статусом в социуме.

Каждая конкретная ситуация угрозы оставляет свой отпечаток на ощущениях и переживаниях человека, каждая из них по-своему влияет на его внутренний мир. Одними из первых изменений, которые появляются у человека после переживания ситуации экзистенциальной угрозы – это *страхи*. Так, например, после взрывов на территории 161-го арсенала Южного оперативного командования Минобороны, расположенного вблизи города Лозовая, Харьковской области в 2008 году среди детей было выявлено резкое увеличение страха громких звуков (хлопков, стука, взрывов пиротехники и т.д.).

Таким образом, следует констатировать тот факт, что переживши какую-то трагедию, у человека появляются навязчивые, не контролируемые страхи объекта или ситуаций, которые ранее привели к угрозе его жизни. Это, в свою очередь, откладывает весомый отпечаток на его поведении, взаимоотношениях с окружающими людьми, т.е. обществом.

### Література

1. Экстремальна психологія: підручник / За заг. ред. проф. О.В. Тімченка. – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.
2. **Щербатых, Ю. В.** Избавиться от страха? Это просто! / Щербатых Ю.В. – М: ЭКСМО, 2006. – 256 с.
3. Экзистенциальная психология / Под ред. Ролло Мэя; [Пер. с англ. М. Занадворова, Ю. Овчинниковой]. - М.: Апрель Пресс, 2001. - 622 с. - (Психологическая коллекция).
4. **Binswanger, L.** Existential Analysis and Psychotherapy / Binswanger L. // Progress in Psychotherapy. N.Y., 1956.
5. **Bugental, J. F. T.** Existential-humanistic psychotherapy / Bugental J.F.T. // I.L.Kutash & A.Wolf (Eds.), Psychotherapist's casebook. San Francisco, 1986. –P. 222-236.