

МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ

Центр післядипломної освіти, заочного та дистанційного навчання

Кафедра теоретичної психології

**ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ОСОБИСТІСНОЇ
БЕЗПЕКИ У КРИЗОВОМУ СУСПІЛЬСТВІ**

кваліфікаційна робота

здобувача вищої освіти
освітнього ступеня «бакалавр»

Катерини ГОНЧАР

4 курсу заочної форми навчання
спеціальність 053 «Психологія»
ОПП «Психологія»

Науковий керівник

доктор психологічних наук, професор
Зоряна КОВАЛЬЧУК

Рецензент

доктор психологічних наук, доцент
Євген КАРПЕНКО

Кваліфікаційна робота допущена до захисту

«04» квітня 2022 р., протокол № 9

завідувач кафедри теоретичної психології

доктор психологічних наук, професор

_____ **Зоряна КОВАЛЬЧУК**

Львів

2022

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ I. ФЕНОМЕН ОСОБИСТІСНОЇ БЕЗПЕКИ	5
1.1. Поняття особистісної безпеки. Безпечний тип особистості	5
1.2. Особистісна безпека як інтегративний феномен	9
1.3. Безпека особистості у кризовому суспільстві.....	13
Висновки до розділу 1	27
РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНОЇ БЕЗПЕКИ	29
2.1. Визначення складових особистісної безпеки	29
2.2. Факторна структура особистісної безпеки.....	37
2.3. Особистісна безпека як фактор актуалізації емоційних станів	42
Висновки до розділу 2	47
ВИСНОВКИ	48
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	50
ДОДАТКИ	54

ВСТУП

Поняття безпеки змінювалось весь час з плином історії. Ще донедавна акцент ставився на захищеності людини і суспільства від військової загрози, пріоритет віддавався інтересам держави та її інститутів. Сьогодні ж значимість феномена особистісної безпеки та підходу до подолання небезпек базується головним чином на вирішенні комплексу соціальних і індивідуально-психологічних проблем людини.

Багато дослідників пов'язують психологічну безпеку з проявами благополуччя, такими як: добробут, психічне здоров'я, задоволеність життям та ін. (С. Роцін, В. Соснін, К. Хорні, І. Баєва, Н. Бордовська, О. Зотова, Л. Карапетян). Наразі все важливішим стає усвідомлення системної природи самого цього явища і, отже, необхідності системного підходу до його вивчення.

Таким чином, психологічна безпека особистості у кризовому суспільстві відіграє фундаментальну роль в структурі цілісної індивідуальності та опосередковує успішність її діяльності, від неї залежить переживання психологічного благополуччя, розумність поведінки при зіткненні із небезпеками і у взаєминах з оточуючими, соціальна цінність і соціальний статус індивіда, а вивчення феномена безпеки особистості є комплексною міждисциплінарною проблемою сучасної науки, що і становить наш науковий інтерес.

Сказане вище і зумовило **актуальність** вибору теми наукової роботи.

Об'єктом даного дослідження є особистісна безпека у кризовому суспільстві як інтегративний феномен, його ж **предметом** — психологічні чинники особистісної безпеки у кризовому суспільстві.

Мета полягає у дослідженні психологічних особливостей особистісної безпеки як інтегративного особистісного утворення в сучасних умовах нестабільного суспільства, визначенні їх взаємозв'язків.

Відповідно до визначеної мети та актуальності проблеми, у дослідженні

визначено такі *завдання*:

- 1) дослідити феномен особистісної безпеки як системного явища;
- 2) визначити рівень вираженості окремих компонентів особистісної безпеки в студентській вибірці;
- 3) перевірити багатокomпонентну модель особистісної безпеки в емпіричному дослідженні;
- 4) показати вплив психологічних чинників на безпеку особистості у кризовому суспільстві.

Для проведення дослідження застосовуватимуться такі **методи**:

- *теоретичні*: аналіз та узагальнення інформації, інтерпретація емпіричних фактів;
- *емпіричні*: психодіагностичні методики «Діагностика ступеню задоволеності основних потреб» (В. Скворцов, модифікація І. Акіндової), тест-опитувальник «Сенситивність до погроз у юнацькому віці» (В. Маралов, Є. Малишева, О. Ніфонтова, Є. Перченко, І. Табунов), тест-опитувальник «Виявлення способів реагування в ситуаціях небезпеки в юнацькому віці» (В. Маралов, Є. Малишева, О. Ніфонтова, Є. Перченко, І. Табунов), «Шкала базових переконань» (Р. Янов-Бульман, адаптація О. Кравцової), «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк);
- *математико-статистичні*: відсотковий аналіз; факторний та кореляційний аналізи даних (STATISTICA 10.0).

Практична значущість даної роботи полягає у її комплексному розгляді феномена особистісної безпеки, що може бути цікавим, як практикам у їх консультативній, профілактичній та терапевтичній діяльності, так і теоретикам, оскільки у роботі показано можливість дослідження безпеки як комплексного явища.

Робота складається зі вступу, 3-х розділів, висновків, списку використаних джерел (у кількості 34 одиниць) та додатків. У тексті розміщено 12 таблиць.

РОЗДІЛ І. ФЕНОМЕН ОСОБИСТІСНОЇ БЕЗПЕКИ

1.1. Поняття особистісної безпеки. Безпечний тип особистості

Перегляд пріоритетів і акцентів в інтерпретації проблеми безпеки і перенесення їх з інтересів держави, що сприймалися окремо від потреб людини, на інтереси самої людини поставили науку перед необхідністю розробки абсолютно нового аспекту цієї проблеми — безпеки психологічної. Перші ж кроки по розробці цього аспекту показали необхідність його виділення в самостійну концепцію, яка дозволяє більш глибоко і всебічно осмислити проблему особистісної безпеки в цілому [21].

Перш ніж перейти до розгортання теми всебічного розгляду феномена безпеки особистості, пропонуємо розглянути поняття безпеки в цілому, а також безпеки психологічної. Безпека — це такі умови, в яких перебуває складна система, коли дія зовнішніх факторів і внутрішніх чинників не призводить до процесів, що вважаються негативними по відношенню до даної складної системи у відповідності до наявних, на даному етапі, потреб, знань та уявлень [26].

В. Соломін говорив про те, що ставлення до небезпечної ситуації складається зі значення небезпеки, яке приписується їй суспільством, і її особистісного сенсу для людини [3]. Безпека є базовим почуттям впевненості та незалежності від тривоги. У психології вважається, що безпека базується на таких умовах, як комфортна, підтримуюча система заохочення у сім'ї та серед друзів; прогресування здібностей та компетенцій; і випадки, що зміцнюють Еґо [31].

Підсумовуючи усе зазначене вище, логічно говорити про фундаментальність значення небезпеки та переживання безпеки для індивіда. Аби краще зрозуміти, чи не підлягає таке, на перший погляд, універсальне поняття особистісної безпеки, значною мірою соціокультурному впливу, ми вирішили дослідити його трактування у тлумачних та етимологічних іноземних словниках.

Вивчення академічних тлумачних словників російської, англійської, французької та німецької мов показало, що у громадській свідомості поняття безпеки пов'язується не стільки «з відсутністю загрози», скільки зі станом, почуттями і переживаннями людини. Наприклад, Словник Чемберса англійської мови, розшифровуючи поняття «безпека», на першому місці вказує «стан, почуття або витрати перебування в безпеці». З цим же поняттям в ньому зв'язується відсутність «тривожності або заклопотаності», «впевненість», «стабільність», «захищеність» [29]. Оксфордський словник говорить про стан «більш ніж впевненості»; Словник сучасної американської мови крім вказівки на «свободу від небезпеки, ризику» виділяє «свободу від заклопотаності, сумнівів». Французький Лярусс також підкреслює стан «впевненості» та «відсутність занепокоєння»; німецький словник включає в поняття безпеки «надійність, впевненість», можливість «розраховувати на що-небудь» [21].

Таким чином, в різних культурах сформувались приблизно однакові, універсальні переконання про безпеку, акцент у яких робиться на почуттях та переживаннях людей, пов'язаних з її станом наразі та у потенційному майбутньому. Іншими словами, на перший план висуваються психологічні аспекти проблеми. Поняття «безпечність» визначається як стан захищеності життєво важливих інтересів особистості, суспільства та держави від внутрішніх та зовнішніх погроз. Було сформульовано визначення психологічної безпеки як стану суспільного пізнання, при якому суспільство в цілому та кожен окремий індивід сприймає поточну якість життя як належну та надійну, завдяки чому створюються реальні можливості для задоволення фізичних та соціальних потреб громадян в даний момент та надає їм базу для впевненості у своєму майбутньому. Психологічну безпеку особистості можна розглядати як стан захищеності її психіки від дії різноманітних інформаційних факторів, що застосовуються, аби ускладнити або призупинити формування та функціонування адекватної основи орієнтування в соціальній поведінці людини (і в цілому життєдіяльності в суспільстві), а також адекватної системи її

суб'єктивного (особистісного, суб'єктно-особистісного) ставлення до навколишнього світу і до самої себе [4].

В даний час в психології популярності набуває концепція формування безпечного типу особистості, тобто людини, здатної, з одного боку, протистояти численним загрозам, з іншого — не бути самій джерелом небезпеки для оточення і самої себе. В структуру особистості безпечного типу на думку В. Маралова входять: позиція ненасильства; адекватне ставлення до небезпек; володіння способами захисту від різноманітних загроз; готовність до діяльності щодо забезпечення безпеки [10; 13; 19].

Н. Лизь вказувала, що «безпечну особистість можна визначити як людину, що будує своє життя в контексті єдності з суспільством, природою, Всесвітом, що реалізує свій потенціал, свої ідеали і прагнення за допомогою сформованої системи смислової регуляції життєдіяльності, а також володіє готовністю до забезпечення безпеки і здатністю підтримувати своє здоров'я за рахунок перетворення небезпек в фактор власного розвитку» [12, с. 27].

Інші загальноприйняті розуміння цього поняття, як показав аналіз джерел, зводиться до наступного. Особистість безпечного типу поведінки — людина, орієнтована на добро і здатна до продуктивної діяльності в плані збереження свого духовного і фізичного здоров'я, до захисту оточуючих людей і природи від зовнішніх загроз на рівні її особистісних високорозвинених духовних якостей, навичок і умінь. Така особистість здатна передбачити небезпеки і загрози, аналізувати ризики, уникати небезпеки і небезпечні ситуації, і в разі необхідності вживати необхідні раціональні і відповідальні дії [26].

На думку американського психолога К. Хорні для дитячого віку характерні дві потреби: потреба в задоволенні і потреба в безпеці. Задоволення охоплює всі основні біологічні потреби: в їжі, сні, але вони не грають провідну роль у формуванні особистості на відміну від потреби в безпеці [23; 24]. Потреба в безпеці вважається базовою в ієрархії потреб людини за А. Маслоу,

без принаймні часткового задоволення якої, неможливі гармонійний розвиток особистості, досягнення самореалізації [17].

Т. Колесникова під психологічною безпекою особистості розуміє «певну захищеність свідомості від впливів, здатних проти її волі і бажання змінювати психічні стани, психологічні характеристики і поведінку, що може кардинальним чином впливати на людину аж до зміни її життєвого шляху» [8, с. 4]. У визначенні розглядається небезпека впливу маніпуляцій на свідомість людини.

Н. Єфімова вважає, що безпечний тип поведінки проявляє особистість, що володіє характеристиками:

- 1) темпераментально-характерологічними — врівноваженість, хороша здатність до швидкого переключення, витривалість, уважність, оптимізм, дружелюбність, впевненість, сумлінність та ін.;
- 2) цілями і цінностями, що розвиваються в особистості у гуманістичному напрямку, по відношенню до себе, інших людей і навколишньої дійсності;
- 3) гнучкість (інтелектуальна, емоційна і поведінкова), що дає можливість багатоваріантності дій в екстремальній ситуації, забезпечує можливість досягнення людиною успіху у широкому спектрі професійних і життєвих проблем в умовах, що підпадають під зміни і вплив середовища;
- 4) здатність до самопізнання і рефлексії, формування адекватної самооцінки, саморегуляції [5].

Мета формування особистості безпечного типу — розвиток певних навичок і вмінь, що дозволяють людині програмувати свою поведінку так, щоб знижувався рівень небезпек, які може спричинити сама особистість, а також профілактика небезпек навколишнього середовища, що оточує індивіда, виховання морально-етичних рис характеру і відповідних моральних норм поведінки.

Безпечна особистість психологічно стійка і має готовність до дій в різних

життєвих ситуаціях. У неї формуються також такі особистісні риси, як пошукова активність, суб'єктність особистісної позиції, розуміння свого місця в соціумі; почуття впевненості у власних силах для вирішення проблем, що виникають, благородство, чесність, доброта, щедрість, відповідальність, самостійність, прагнення допомагати іншим людям, готовність до співпереживання. Однією з основних якостей виступає суб'єктність особистісної позиції, рівень сформованості якої багато в чому сприяє розвитку і формуванню інших якостей особистості безпечного типу [1; 2].

1.2. Особистісна безпека як інтегративний феномен

Аналіз теоретичних відомостей про психологічну безпеку й безпечний тип особистості, зокрема її прояви та фактори формування, дає змогу виокремити потрібнісний (мотиваційний), афективний (емоційний), когнітивний та поведінковий компоненти особистісної безпеки. Кожна складова забезпечує виконання певної функції, так мотиваційний компонент забезпечує активізацію активності задля зміни внутрішнього стану або зовнішніх умов; когнітивний – відображення інформації, необхідної для орієнтації в ситуації; емоційний – регуляцію стану суб'єкта, оптимізацію його функціонування; поведінковий – дієвий вплив на аспекти ситуації для досягнення поставленої мети. Мотиваційний компонент може бути представленим у потребі в безпеці; емоційний компонент – рівнем сенситивності (чутливості) до небезпеки; когнітивний – системою переконань про безпеку світу та порядність інших людей; поведінковий – різним типом реагування на небезпеку.

Роль *потреби у безпеці* в житті людини добре вивчена у сучасній науці. Одними з перших на неї звернули увагу К. Хорні [24] і А. Маслоу [18]. А. Маслоу вказує, що вона проявляється як потреба в стабільності, у захисті, у свободі від страху, тривоги та хаосу, як потреба в структурі, порядку, законі, обмеженнях та в залежності (приналежності). У сучасних типологіях [6]

потреба в безпеці відноситься до груп біогенних потреб.

Виділення лише потреби у безпеці при різних її проявах, як однієї загальної детермінанти ставлення людей до небезпек, явно недостатньо. Що найменше, слід говорити про низку потреб. Зокрема, про існування потреби людини у переживанні почуття небезпеки, потреби у переживанні почуття безпеки та потреби, що ймовірно є найбільш важливою — потреби в забезпеченні безпеки. В. Маралов надає потребі в забезпеченні безпеки першочергове значення, оскільки вона провокує людину не просто емоційно реагувати на погрозу або її відсутність, а також здійснювати такі дії, спрямовані на нейтралізацію, мінімізацію або ліквідацію погрози [14].

Таким чином, можна припустити, що різне поєднання трьох зазначених потреб буде пов'язано з типом ставлення людей до небезпеки. Що ж лежить в основі різного ставлення людей до небезпеки? На наш погляд, принципове значення тут набувають два поняття — це чутливість до погроз (сенситивність до небезпек) і здатність до вибору адекватних способів реагування на них, що здійснюються на тлі певних емоційних станів (тривога, стрес, фрустрація та ін.). І супроводжуються це когнітивної оцінкою впливу того чи іншого чинника як загрозового [15].

Отже, ставлення до небезпек складається з двох компонентів: сенситивності до погроз і вибору способів реагування на них.

Проблема *сенситивності (чутливості) до небезпек* вперше була поставлена в рамках гуманістичного психоаналізу. Зокрема, К. Хорні [24] було встановлено, що специфічним механізмом, що сигналізує людині про небезпеку, є емоції. Перш за все, вона говорить про тривогу і страх. Страх є реакцією на реальну небезпеку, а тривога реакцією на можливу небезпеку. У радянській психології ця проблема досліджувалася М. Котиком [9], який зробив спробу встановити залежність сприйняття тієї чи іншої події як загрозової залежно від рівня її негативної валентності (значущості для людини) і ймовірності настання.

Дійсно, важко говорити про вибір адекватних способів дії в ситуаціях небезпеки і вибудовуванні системи захистів, якщо людина не здатна її виявити або виявляє дуже пізно. Спробуємо дати короткий опис даного психологічного феномена. Під сенситивністю до небезпек ми розуміємо здатність людини з безлічі зовнішніх (або внутрішніх) чинників, що впливають на неї, виділяти такі, які є загрозовими для її життя, здоров'я, психологічного або соціального благополуччя (або які завдають шкоди оточенню людини). Ідентифікація того чи іншого чинника як загрозового визначається його негативною валентністю (значимістю) і ймовірністю настання. Чим вище негативна значимість фактора і ймовірність настання події, при якій виникає тривога, тим чутливіше людина до погроз [9].

Сенситивність до небезпек необхідно відрізнити від сенситивності як особистісної характеристики або типу характеру. У психології особистості сенситивність описується як особливість людини, що виявляється в підвищеній чутливості до подій і супроводжується зазвичай підвищеною тривожністю, страхом нових ситуацій, людей, всякого роду випробувань та ін., які можуть і не нести реальну загрозу людині. Тобто це певний спосіб реагування на події та людей. Сенситивність до погроз — це вміння ідентифікувати фактор або ситуацію саме як загрозову.

Сенситивність як компонент особистісної безпеки є емоційним компонентом: вона представлена певним станом, на тлі якого здійснюється розпізнавання сигналів небезпеки (тривога, психологічна напруженість, стрес, фрустрація). Що ж стосується когнітивного компонента — він включає в себе оцінку того чи іншого фактора як загрозового або не загрозового для благополуччя особистості. У процесуальному плані це виглядає наступним чином: життєва подія → оцінка її з позицій безпеки → емоційне переживання → прийняття рішення → вибір того чи іншого способу реагування [14].

Відповідно до наведеного ланцюгу ставлення до небезпеки і\або потреба у безпеці (оцінка з позицій безпеки) є перехідною ланкою між негативною

подією та емоційним переживанням, а сформоване переконання про безпеку (прийняття рішення) — між переживанням та власне реагуванням на небезпеку. Ми вже розглянули потрібнісний та емоційний компоненти, тобто потребу у безпеці та сенситивність до погроз, тому буде доцільним далі розглянути саме когнітивний компонент особистісної безпеки.

Когнітивна концепція базових переконань, якими наповнена особистість, одним із базових потреб звичайної людини є потреба у почутті безпеки, яке засноване на системі її *переконань*. Як переконує нас американський вчений Р. Янов-Бульман, всього три категорії основних переконань є головними у суб'єктивному світі особистості. Це:

1. Ми віримо у те, що у світі є все ж більше добра, аніж зла. Ця категорія наповнена ставленням до людей загалом та ставленням до оточуючого світу.

2. Ми переконані, що світ, в якому ми існуємо, має сенс. Ми схильні вірити у те, що все, що з нами відбувається, не випадково, підкоряється та контролюється справедливим законам.

3. Ми переконані у цінності особистого «Я». Тут на перший план виходять три такі аспекти: «Я – хороша особа» (цінність себе), «У мене правильна поведінка» (контроль та оцінювання своєї успішності [20; 30; 31]).

Що стосується виборів людиною *способів реагування на загрози*, то вперше найбільш повно вони були вивчені на прикладі ставлення до хвороби. Зокрема, в клінічній психології широке поширення набув термін «внутрішня картина хвороби», яке було введено в науковий обіг О. Лурія [11]. У сучасній науці виявлено та описано різні типи ставлення людей до хвороби. Людина може адекватно ставитися до свого захворювання, а може перебільшувати або применшувати його значення, проявляти іпохондричну або байдужу реакцію.

Якщо спробувати екстраполювати типи ставлення до хвороби на проблему ставлення до небезпеки в цілому, то можна виділити три найбільш типові способи реагування людини в ситуаціях небезпеки — адекватний (дає можливість уникнути негативних наслідків впливу загрози), тривожний

(перебільшення небезпек), ігноруючий (применшення небезпек). Наведемо простий приклад. Людина захворіла. Адекватним способом реагування на хворобу буде звернення до лікаря. Перебільшенням небезпеки — яскраво виражені емоційні переживання, прагнення отримати підтримку від різних людей, звернення не до одного лікаря, а до кількох. Ігнорування — коли навіть при сильному нездужанні, людина не звертає уваги на свою хворобу, керуючись принципом «пройде саме» [14].

1.3.Безпека особистості у кризовому суспільстві

Особиста психологічна безпека суб'єкта в кризовому суспільстві – це явище, яке концептуально представлене у свідомості суб'єкта і реалізується у вигляді складного організованого багаторівневого та багатокомпонентного процесу досягнення психічного стану контролю екзогенних та ендогенних параметрів, підтримка динамічного балансу з навколишнім середовищем не зменшення в часі ймовірності реалізації життєво важливої для нього мети.

Особиста психологічна безпека характеризується своїми законами, стратегіями, принципами, засобами та методами організації.

Як вказували Соломін В.П. та співавтори [37], безпека людини визначається трьома чинниками: людським чинником, екологічним чинником, чинником безпеки (рис. 1.2). Перші два вважаються основними.

Людський чинник – це різні реакції людини на небезпеку. Середовище традиційно поділяється на фізичне та соціальне. У соціальному середовищі, у свою чергу, розрізняють макро- та мікросоціальний рівень. До макросоціального рівня належать демографічні, економічні та інші чинники, що впливають на людину, мікросередовище – її найближче оточення (сім'я, референтна та професійна група тощо).

Фактор захисту – це засоби, які люди використовують для захисту від тривожних та небезпечних ситуацій. Вони можуть бути фізичними та психологічними (механізми психологічного захисту). Рівень захисту залежить

від ступеня конструктивності та активності поведінки та активності людини. У цьому випадку важливою умовою конструктивної поведінки є адекватна соціалізація інстинктів, потреб та мотивів, так би мовити, для задоволення потреб людини соціально прийнятним способом [38].

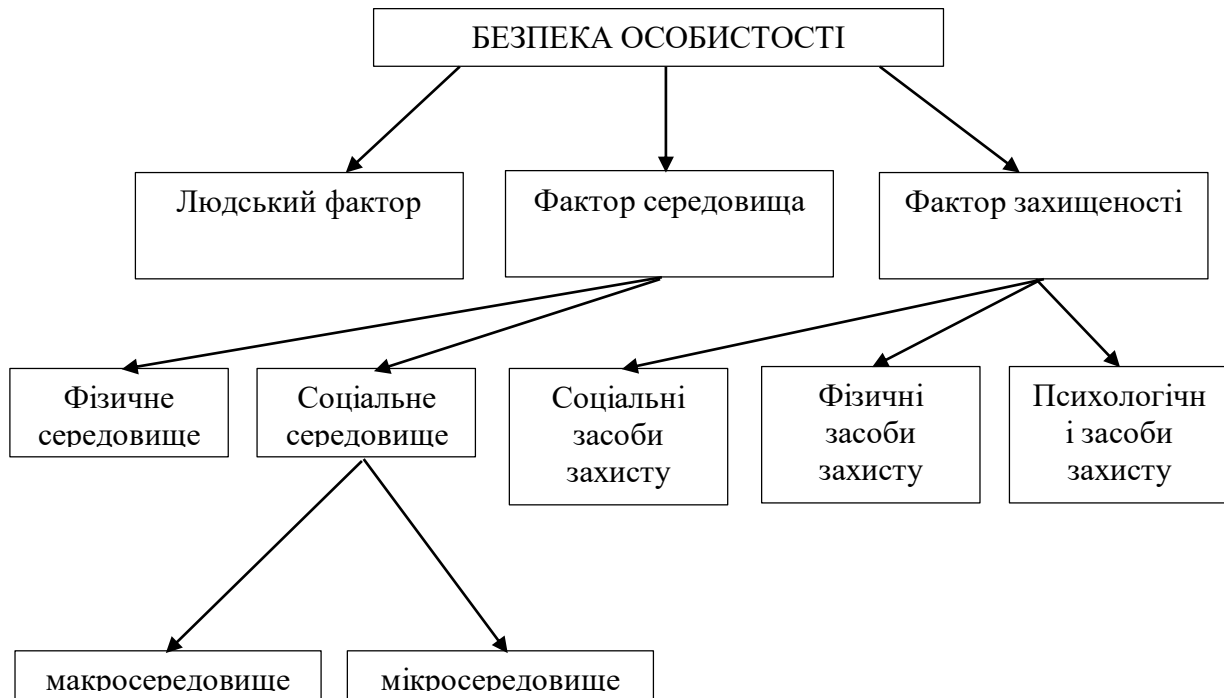


Рис. 1.2 Структура безпеки особистості

Чинник захисту – це засоби, які люди використовують для захисту від тривожних та небезпечних ситуацій. Вони можуть бути фізичними та психологічними (механізми психологічного захисту). Рівень захисту залежить від ступеня конструктивності та активності поведінки та активності людини. У цьому випадку важливою умовою конструктивної поведінки є адекватна соціалізація інстинктів, потреб та мотивів, так би мовити, для задоволення потреб людини соціально прийнятним способом [38].

Психологічний захист є невід’ємною частиною особистої психологічної безпеки. Психологічний захист поділяється на соціально-груповий та індивідуально-особистий.

Соціально-груповий захист визначається наявністю інформаційних потоків всередині та між формальними та неформальними групами, в яких взаємодіє

особа, груповими нормами, вимогами та системою санкцій. Це передбачає безпеку певної групи.

Індивідуальний та особистий захист – це ступінь особистого захисту особистості. Він забезпечується набором захисних механізмів людини, стратегій поведінки та взаємодії з оточуючими і поділяється на три основні групи: міжособистісний захист, психічна саморегуляція та внутрішньоособистісний захист (рис. 1.3).



Рис. 1.3 Індивідуально-особистісні засоби захисту

Вперше було використано поняття «психологічний захист» З. Фрейдом для

позначення способів боротьби людини з неприємними і нестерпними для свідомості уявленнями. Завдання психологічного захисту - мінімізувати і навіть повністю витіснити неприємні емоції.

Всі захисні механізми, що формуються в результаті певних життєвих подій, можна розділити на чотири групи. Перша група визначається відсутністю обробки інформації. Вона включає: переміщення, блокування, заперечення, придушення. Друга група характеризується перетворенням (спотворенням) змісту думок, почуттів, поведінки. Вона включає: перенесення, від'їзд, раціоналізацію, інтелектуалізацію, проєкцію, ідентифікацію, відчуження, реактивні утворення, компенсацію та гіперкомпенсацію. Третя група захисних механізмів характеризується розрядженням негативної емоційної напруги. Вона включає: реалізацію в дії, соматизацію тривоги, сублімацію. Четверта група визначається наявністю маніпулятивних дій: регресія, «відступ», фантазування.

Психологічний захист сприяє внутрішній стійкості людини, нормалізує психічний стан людини і є основою особистої психологічної безпеки.

Особиста психологічна безпека суб'єкта – це психологічне явище, яке актуалізується в екстремальних ситуаціях і має концептуальне та процедурне оформлення. Сформоване на рівні свідомості суб'єкта поняття особистої психологічної безпеки, що включає ідеї, установки, цінності в цій галузі, має безпосередній вплив на процес самодостатності [39].

Процедурна самодостатність безпеки суб'єкта в екстремальних ситуаціях повинна базуватися на досягненні психічного стану контролю екзогенних та ендогенних параметрів, який підтримує динамічний баланс із середовищем на соматичному, енергетичному, інформаційному рівнях

В кризових ситуаціях особиста психологічна безпека включає такі компоненти:

- орієнтація суб'єкта в кризовій ситуації;
- зменшення сили негативних емоцій;

- пошук шляхів взаємодії із ситуацією;
- мобілізація суб'єктивних ресурсів для взаємодії із ситуацією;
- здійснення адекватної ситуації взаємодії;
- вихід з екстремальної ситуації таким чином, щоб мінімізувати зниження ймовірності досягнення життєво важливої для суб'єкта мети.

Особиста психологічна безпека в кризових ситуаціях – це складний процес, що включає дію психологічних захистів, стилів поведінки та життєвих сценаріїв досліджуваного, які підтримують його на різних рівнях психічного життя (свідомому та несвідомому, вродженому та соціально набутому, короткостроковому та довгостроковому). Життєві сценарії самодостатності безпеки – це сценарії мультимодального ставлення до світу та до себе (сценарії подвійного позитиву, негативу до світу, негативу до себе, подвійного негативу).

В кризових ситуаціях самознищення безпеки може відбуватися суб'єктом, який є складним психологічним явищем, яке приймає різні форми вираження (ненавмисне заперечення безпеки, заперечення особистого розвитку, альтруїстичне заперечення, суїцидальне заперечення) на основі змін в суб'єктивній картині світу.

Технологія самодостатності особистої психологічної безпеки заснована на відновленні суб'єктом динамічної рівноваги в екстремальній ситуації, що можливо на основі конкретних принципів (принципи довіри, шляху та самореалізації; принципи невразливості відбитків , стабільність системи та причинно-наслідкові зв'язки; актуалізація особистих ресурсів та вилучення позитивного досвіду із ситуації), стратегії (стратегія уникнення, консервативна стратегія, стратегія копіювання, стратегія «смоктання», стратегія комунікаційного резонансу, стратегія розвитку) та методи (метод встановлення причини – ефективні взаємозв'язки, метод самопрограмування та пропозиція методу).

Проблема регуляції психічних станів шляхом розробки та впровадження різноманітних профілактичних заходів, а також методів і засобів оперативної

регуляції (корекції) привертає увагу фахівців з психології, психофізіології, медицини праці, ергономіки. Програма управління психічним станом визначається законами його розвитку. Особливості динаміки інтегральних показників психічного стану, під час його формування в процесі діяльності, повинні визначати характер зовнішніх і внутрішніх дій для регулювання рівня напруженості функцій організму та психіки. З одного боку, ці дії не повинні порушувати природні процеси адаптації до зовнішніх факторів (іноді стресові), а з іншого боку, вони необхідні для компенсації надмірної реакції, дисфункції в системі регулювання та мобілізації необхідних функціональних резервів.

Методи та засоби управління психічними станами, як правило, орієнтовані на п'ять основних груп компонентів, що характеризують всі різні типи системних реакцій (станів) організму. До них належать:

1) енергетичні компоненти діяльності – фізіологічні функції, що забезпечують необхідний рівень енергоспоживання (від біохімічного до рівня систем органів та їх взаємодії);

2) сенсорні компоненти, що характеризують наявні можливості прийому та первинної обробки вхідної інформації (процеси відчуття та сприйняття);

3) інформаційні компоненти, що забезпечують подальшу обробку вхідної інформації та прийняття на основі неї рішень (пам'ять, мислення, деякі особистісні характеристики, нейрофізіологічні процеси);

4) ефекторні компоненти, відповідальні за виконання рішень у поведінкових діях (помилкові дії, рухові дії);

5) компоненти активації, що визначають діяльність (гормональна активність, нервова регуляція, увага, установки, мотиви, емоційно-вольова сфера, риси особистості, тип темпераменту).

А. Б. Леонова (2004) проаналізувала різні класифікації методів та засобів управління, регулювання психічних станів. Вона вважає, що радикальним способом запобігання розвитку небажаних умов є усунення причин їх розвитку.

Цей ефект досягається шляхом ергономічного забезпечення процесу проектування нового виду діяльності, вдосконалення або вдосконалення його існуючих видів. Слід зазначити, що методи реалізації завдань психологічної (ергономічної) зайнятості можуть бути певною мірою використані в інших формах та сферах людської діяльності (навчальний процес, спорт, відпочинок, робота по дому тощо), це допомагає запобігти небажаним психічна напруга, поява фізичної, психічної та емоційної втоми.

Також відома велика кількість прийомів оперативного, безпосереднього управління психічними станами, деякі з них успішно використовуються або можуть бути використані, зокрема, для подолання втоми, стресу, емоційної напруги. Серед методів прямої дії на психічний стан А. Леонов і А. Кузнецов (2007) виділили дві групи методів зовнішньої дії та внутрішньої оптимізації стану. До першої групи методів належать:

- 1) нормалізація дієти та вітамінної терапії;
- 2) фармакотерапія;
- 3) рефлексотерапія;
- 4) функціональна музика та легка музика;
- 5) бібліотерапія;
- 6) комунікативні впливи (переконання, наказ, навіювання, гіпноз).

Друга група:

- 1) самогіпноз;
- 2) нервово-м'язова релаксація;
- 3) ідеомоторне тренування та сенсорне розмноження;
- 4) аутогенний тренінг;
- 5) гімнастика та самомасаж;
- 6) спеціальна підготовка та спеціальна підготовка;
- 7) поведінкова психотерапія;
- 8) групове навчання.

Ці методи передбачають використання словесних, невербальних,

апаратних, контактних, дистанційних технік в режимах індивідуального та групового управління психічним станом.

В. Марищук та В. Євдокимов (2001) класифікували методи регулювання психічних станів льотного екіпажу, зокрема, корекцію функціональних розладів та відновлення стану праці. Вони поділяють ці методи на дві групи: перша включає методи оперативного управління державою, друга – методи програмних (заздалегідь спланованих) дій та управління. Ці групи методів включають чотири класи методів регуляції психічного стану.

Перший клас (методи психічної регуляції):

- аутогенний тренінг;
- спеціальні методи регуляції (ідеомоторна підготовка, «емпатійний» політ);

• «самоконтроль – саморегуляція»;

• музичний кондиціонер;

• аромафітоергономіка.

Другий клас (методи психофізіологічної регуляції):

• фізичні вправи в період професійної діяльності;

• масаж;

• рефлексотерапія, рефлекторна профілактика;

• теплові процедури;

• електростимуляція.

Третій клас (фізіологічні та гігієнічні методи):

• організація раціонального режиму праці, відпочинку та харчування;

• активний відпочинок;

• загартовування;

• регулювання середовища професійної діяльності.

Четвертий клас (фармакологічні засоби):

• адаптогени;

- ноотропи;
- стимулятори центральної нервової системи;
- транквілізатори;
- вітаміни.

Аналіз класифікацій методів протидії несприятливим психічним станам (втома, втома, стрес, нервово-емоційне напруження тощо) свідчить про те, що перелічені профілактичні (профілактичні) та оперативні (коригуючі) методи та засоби також повинні включати стратегії (методи) раціонального поведінка в умовах можливого розвитку або фактичного прояву цих умов. Вони спрямовані не тільки на регулювання обміну речовин, активізацію функціональних ресурсів і резервів тіла та психіки, оптимізацію психофізіологічних функцій та емоційних реакцій, а й на мобілізацію специфічної когнітивної та поведінкової діяльності.

Процес протидії несприятливим психічним станам можна розглядати як специфічну форму діяльності суб'єкта у важких, екстремальних ситуаціях, що проявляється у вигляді пізнавальної та емоційної реакції на складність, інтенсивність, тривалість навантаження та цілеспрямовану, раціональну поведінку до усунути його. Цей процес здійснюється шляхом впорядкування умов діяльності (наприклад, зміна строків і тривалості завдання, залишення роботи тощо), регулювання рівня трудової ситуації до людини (приведення фізичного та розумового навантаження можливостями функціональних ресурсів), розвиток ресурсів особистої профілактики та подолання несприятливих психічних станів (формування адекватної самоефективності, почуття контролю та здатності розпоряджатися часом, правильний розподіл ресурсів при виконанні певних робочих завдань) [38].

Наприклад, як зазначає В. Бодров (2009), оперативна протидія втомі забезпечує такі форми поведінки:

- 1) контроль за дією навантаження (пошук необхідної інформації для успішного вирішення трудових проблем, знання ознак втоми);

2) передбачення процесу розвитку втоми (підвищення готовності до виконання робочих завдань у складних ситуаціях, мобілізація функціональних ресурсів);

3) зміцнення соціальних відносин з колегами, менеджерами (пошук допомоги у вирішенні проблем, консультації, моральна підтримка тощо);

4) стимулювання ефективної поведінки (заохочення до гідної та адекватної поведінки в екстремальних умовах трудових завдань).

Слід зазначити, що в психологічних дослідженнях поняття «стратегія» відноситься до окремих методів цілеспрямованої поведінки, а стосовно проблеми подолання втоми, стресу воно характеризує всі типові дії, вчинки, рішення, які приймає конкретна людина запобігати розвитку або корекції цих станів (зменшення реакції, збереження або відновлення нормального психічного стану). Ці цілі включають використання індивідуальних стратегій поведінки для подолання несприятливих умов, а також використання методів та засобів ергономічного, соціального, медичного, психологічного та інших видів життя та праці, зовнішніх засобів регулювання умов та їх психічної саморегуляції.

Психічна саморегуляція – це функціонування живих систем різного рівня організації та складності. Психічна саморегуляція – це один із рівнів регуляції діяльності живих систем, що виражає специфіку психічних ресурсів відображення та моделювання дійсності, що реалізують її, включаючи відображення суб'єкта. Психічна саморегуляція здійснюється в єдності її енергетичного, динамічного та семантичного аспектів.

При всій різноманітності проявів саморегуляція має таку структуру: суб'єкт прийняв мету своєї довільної діяльності, модель значущих умов функціонування, програму виконавчих дій, систему критеріїв успіху, інформацію про фактичні результати, оцінку реальних результатів до критеріїв успіху характер корекції діяльності. Саморегуляція є замкнутим циклом регулювання і є інформаційним процесом, носіями якого є різні психічні форми

відображення дійсності. Залежно від виду діяльності та умов її здійснення саморегуляція може реалізовуватися різними психічними засобами (конкретними сенсорними образами, ідеями, концепціями тощо). Прийнята суб'єктом мета однозначно не визначає умов, необхідних при побудові програми виконавчих дій; за таких моделей значних умов експлуатації можливі різні способи досягнення однакового результату [39].

Загальні закони саморегуляції реалізуються в індивідуальній формі, яка залежить від конкретних умов, а також від особливостей нервової діяльності, від особистих якостей суб'єкта та його звичок в організації своїх дій, що формуються в процес виховання. Також під психічною саморегуляцією розуміють здатність зрілої людини визначати мету своєї діяльності та знаходити шляхи її досягнення.

Характеристика стратегії подолання. Стратегії подолання – це колективна концепція, яка поєднує в собі різноманітні стратегії, спрямовані на подолання вимог та подолання власних вимог до звичайного життя. Образно кажучи, подолання – це використання різних методів боротьби зі стресом, для яких люди часто використовують поведінкові, психологічні, когнітивні та емоційні стратегії. Навіть не знаючи, що це таке, кожен використовує це поняття, наприклад, коли справляється зі скрутою, зникає до думки про хворобу чи розлуку. Вперше цей термін з'явився лише в 1962 р. У спеціалізованій психологічній літературі, і на практиці його застосували Р. Лазарус, Л. Мерфі та С. Фолкман.

Метод стратегії подолання залежить від проблеми, фізичного самопочуття та реакції на неї особистості, на даний момент існує безліч напрямків стратегії, які в цілому втілюють метод стратегії подолання. Метод подолання стратегії розроблений для реагування на стрес, на основі якого визначається використана стратегія.

У психології існує 9 груп стратегій подолання:

1) Конфронтація - це протидія людини поточній ситуації. Ця стратегія

використовується індивідом як агресивна реакція на певні обставини, тобто людина сприймає ситуацію вороже і реагує на неї вороже. Ця стратегія має свої «плюси» і «мінуси». Використання цієї стратегії подолання доцільно у разі виникнення конкретної загрози, усунення якої може змінити ситуацію на краще для вас чи когось. Але конфронтація має два істотні недоліки: по-перше, якщо загроза не є реальною загрозою і не є персоніфікованою, ви можете лише ускладнити ситуацію або додатково нашкодити собі; по-друге, використання цієї стратегії часто передбачає злочин проти закону, і перед тим, як розпочати її, потрібно серйозно все обміркувати.

2) Самоконтроль – це прагнення людини придушити емоційні почуття, щоб вдатися до розумних стримуючих дій. Цей метод стратегії подолання доцільно використовувати під час надзвичайних ситуацій, форс-мажорних обставин, а також під час сварок з рівними супротивниками. У самоконтролю є мінус: якщо є ситуація, коли вам потрібно проявити свій гнів та емоції, щоб впоратися з блефом ворога.

3) Пошук соціальної підтримки – це бажання особистості підтримати і допомогти однодумцям або просто бажання не залишатись на самоті. Цей метод стратегії подолання доцільно використовувати під час особистого горя, втрати, нещастя, щоб не опинитися на самоті у важку хвилину і швидко пережити горе. Однак соціальна підтримка має свій мінус - вона повинна використовуватися належним чином, не використовуватися в будь-якій ситуації, тоді це може призвести до негативної думки людини.

4) Догляд -- уникнення – це коли людина уникає проблеми, ця стратегія також називається передачею відповідальності. Цей прийом неефективний у будь-якій ситуації.

5) Планове вирішення проблем – це бажання людини розробити план виходу із ситуації. Цей метод стратегії подолання доцільніше використовувати в небезпечних ситуаціях, але якщо проблема назріває – поза можливостями особистості, заплановане вирішення проблеми може не мати успіху.

6) Позитивна переоцінка – це бажання людини бачити позитивну сторону в будь-якій ситуації. Цей метод стратегії подолання доцільно використовувати там, де мало що залежить від самої людини, наприклад, переосмислення цінностей після хвороби, нещасного випадку. Метод позитивної оцінки буде неефективним, якщо під час неприємних ситуацій звертати увагу на щось інше, що на даний момент не є важливим.

7) Прийняття відповідальності – це бажання людини прийняти всі свої помилки, вирішити їх і винести з них урок. Цей метод стратегії подолання часто використовують сильні та вольові люди, які в більшості випадків знаходять вихід із складної ситуації. Однак є і мінус у прийнятті відповідальності - якими б серйозними та відповідальними не були люди, рішення, що виходять за рамки його можливостей.

8) Перенесення відповідальності – це бажання людини вирішити проблему на відстані. Цей метод стратегії подолання також називають дистанціюванням від проблеми - він доречний, коли ворог розлючений, або проблема може поширитися на людину, але якщо дистанціювання застосовується за інших обставин, людина не тільки не вирішить проблему, але лише погіршує себе та інших.

9) Аутотренінг – це зосереджена саморелаксація та самонавіювання. Це система навчання прийомів саморелаксації м'язів (м'язової релаксації), психічного спокою, занурення в сонний стан, які супроводжуються самонавіюванням. Психофізіологічна саморегуляція (аутотренінг) – це вплив певних психічних уявлень та настанов людини на зміну власних емоцій, почуттів, а також на стан окремих фізіологічних та функціональних систем. Аутотренінг дозволяє вирішувати широке коло завдань, що входять до програми саморегуляції особистості. Сюди входять регуляція функціонального стану організму, регуляція різних психічних станів, мобілізація фізіологічних і психічних резервів особистості, емоційно-вольова підготовка людини до відповідної діяльності, зняття нервово-емоційних навантажень, розвиток

пізнавальних процесів – увагу, пам'ять, мислення, зміна мотивації та самооцінки тощо. Аутотренінг може застосовуватися як у групах, так і індивідуально. Іншими словами, це саморегуляція, яка допомагає нормалізувати та оптимізувати рівень емоційного збудження або загальмованості, які характеризуються певною інтенсивністю фізіологічних процесів в організмі людини.

Застосування аутотренінгу:

- з метою запобігання стану організму під час перезбудження, втоми, апатії, сильного стресу тощо.
- нормалізувати функціональний стан організму, який змінився внаслідок перевтоми та перенапруження, порушень сну, тобто відновити сили, перейти на інші види діяльності.

У процесі самотренування здійснюється вплив на зміну функцій окремих фізіологічних систем та стану в цілому. Суть аутогенного тренінгу полягає у повторенні певних мовних інструкцій про себе, які називаються словесними формулами. Для ефективного впливу ці формули вимовляються кілька разів (залежно від рівня підготовленості) з обов'язковою психічною уявою та емпатією.

Оволодіння методами самотренування передбачає певну послідовність. По-перше, за допомогою вибраних словесних формул потрібно відволіктися від навколишньої дійсності, створити стан розслабленості. Потім відбувається безпосереднє самозаглиблення, кажучи про себе заздалегідь визначені мовні формули, які поступово розслаблюють кінцівки та різні частини тулуба та голови. Після цього необхідно зосередитись на диханні, контролі серця, загальному відпочинку тощо. Аутотренінг закінчується введенням самоіндукованого сну.

Аутотренінг застосовується, коли необхідно відновитись перед подальшими інтенсивними заняттями. Фокус аутотренінгу може бути різним: заспокоїти, мобілізувати, переключити, відпочити, відновити. Відповідно

зміниться зміст мовних формул, послідовність їх використання, тривалість засвоєння.

Висновки до розділу 1:

Безпека людини — це об'єктивний стан і суб'єктивне відчуття фізичної, майнової, соціальної (матеріальної), психологічної і моральної захищеності людини, її прав і свобод; безпека являє собою умови, в яких перебуває індивід, та коли дія зовнішніх обставин та внутрішніх чинників не призводить до будь-яких негативних наслідків стосовно цього ж індивіда.

Особистісна безпека — це почуття захищеності, що забезпечується переживанням власної цілісності як активного соціального суб'єкта і можливості розвитку в умовах інформаційної взаємодії з навколишнім середовищем через взаємодію із небезпеками як із стимулами до власного індивідуального розвитку.

У ході проведеного теоретичного дослідження нами було визначено 4 компоненти особистісної безпеки:

1. Мотиваційний — потреба у безпеці.
2. Емоційний — сенситивність або чутливість до небезпек.
3. Когнітивний — переконання про безпеку.
4. Поведінковий — форми реагування на небезпеки.

Психологічна безпека особистості у кризовому суспільстві є явищем, що сформоване безпосередньо суб'єктом в його свідомості та реалізовується як складний організований багатокomпонентний та багаторівневий процес досягнення такого психічного стану, під час якого контролюються ендогенні та екзогенні параметри, існує динамічний баланс з навколишнім середовищем та існує ймовірність реалізації важливої для особистості мети.

Особиста психологічна безпека суб'єкта в кризовому суспільстві – це явище, яке концептуально представлене у свідомості суб'єкта і реалізується у вигляді складного організованого багаторівневого та багатокomпонентного процесу

досягнення психічного стану контролю екзогенних та ендогенних параметрів, підтримка динамічного балансу з навколишнім середовищем не зменшення в часі ймовірності реалізації життєво важливої для нього мети.

РОЗДІЛ ІІ. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНОЇ БЕЗПЕКИ

2.1. Визначення складових особистісної безпеки

Для проведення емпіричного дослідження було створено вибірку, яка складається із 43 осіб. Статевий розподіл вибірки приблизно рівний: 25 осіб жіночої статі (58,1%) та 18 осіб чоловічої статі (41,9%). Дослідження було проведено за допомогою платформи Google-Forms; взяли участь студенти вищих навчальних закладів України. Віковий розмах вибірки варіюється від 17 до 25 років, а середній вік становить 19,3 роки.

У дослідженні використано 4 діагностичних інструментів для вивчення особистісної безпеки. Дані щодо відповідності методик дослідження складовим безпеки, що досліджуються, подано у таблиці 2.1.

Таблиця 2.1.

Відповідність методик досліджуваним складовим безпеки

Компонент безпеки	Методика дослідження	Основний показник
Мотиваційний	«Діагностика ступеню задоволеності основних потреб» В.В. Скворцова у модифікації І.А. Акіндової	рівень актуальності потреби в безпеці
Емоційний	«Сенситивність до погроз у юнацькому віці» В.Г. Маралова	рівень адекватного розпізнавання небезпек
Когнітивний	«Шкала базових переконань» Р. Янов-Бульмана	ступінь згоди із переконаннями про доброзичливість світу, доброту людей, справедливість світу, контрольованість світу, випадковість як принцип, цінність власного «Я», ступінь самоконтролю та ступінь везіння

Поведінковий	«Виявлення способів реагування в ситуаціях небезпеки в юнацькому віці» В.Г. Маралова	частота застосування адекватного, тривожного, ігноруючого та невизначеного типу реагування
--------------	--	--

Для дослідження потреби як компоненту особистісної безпеки ми використали методика «Діагностика ступеню задоволеності основних потреб» В. Скворцова у модифікації І. Акіндової [34]. Теоретичною основою методики стала ієрархічна піраміда потреб А. Маслоу. Автор методики, В. Скворцов, модифікував ієрархію і замість фізіологічних потреб ввів категорію потреби в матеріальному забезпеченні життя. Дана методика дозволяє виявити актуальні (сформовані), домінуючі потреби особи.

Опитуваним пропонується твердження, які необхідно попарно порівняти між собою, щоб визначити ступінь важливості п'яти провідних потреб: матеріальні потреби, потреби в безпеці, соціальні (міжособистісні) потреби, потреби у визнанні, потреби в самовираженні.

Основні показники за методиками

Категорії потреб в методиці «Діагностика ступеню задоволеності основних потреб» В. Скворцова у модифікації І. Акіндової

1. Матеріальне становище: бажання мати високу заробітну плату, забезпечити собі матеріальний комфорт, купувати гарні речі.
2. Потреба в безпеці: бажання забезпечити собі майбутнє, зміцнити своє становище, уникати неприємностей.
3. Потреба в міжособистісних зв'язках: бажання мати теплі відносини з людьми, мати хороших співрозмовників, бути зрозумілим іншими.
4. Потреба в повазі з боку: бажання домогтися визнання і поваги, підвищувати рівень майстерності і компетентності, забезпечити собі становище, вплив.
5. Потреба в самореалізації: бажання розвивати свої сили і здібності,

прагнути до нового і незвіданого, займатися справою, що вимагає повної віддачі.

Суми балів за п'ятьма вищесказаними потребами свідчать про ступінь їх актуальності. Якщо сума балів не перевищує 4, то потреба вважається не актуальною. Від 5 до 8 балів — зона часткової актуальності потреби; від 9 до 12 балів — зона актуальних потреб. Кожна група потреб була представлена 12 разів.

Середня кількість обираних кожної групи потреб становить: 5,4 для матеріальних, 5,54 для потреби у безпеці, 5,8 для соціальних потреб, 6,28 для потреби у визнанні та 6,95 для потреби у самовираженні. Отже, потреба є достатньо задоволеною у студентів та не викликає надмірної внутрішньої напруги.

Відсоткове співвідношення задоволеності потреб наведено нижче у таблиці 2.2.

Таблиця 2.2

Відсоткове співвідношення задоволеності потреб дослідницької вибірки

Рівень задоволеності	Матеріальні	Безпека	Соціальні	Визнання	Самовираження
Повна Задоволеність	32,6%	23,3%	37,2%	27,9%	16,3%
Часткова задоволеність	58,1%	67,4%	48,8%	51,1%	58,1%
Повна не-задоволеність	9,3%	9,3%	14%	21%	25,6%

Відповідно до наведених даних, потреба у безпеці для вибірки дослідження не є дуже актуальною. Ймовірно це зумовлено віком досліджуваних (17-25 років), адже багато молодих людей отримують допомогу

від батьків, як матеріальну, так і нематеріальну, вони перебувають у хорошій фізичній формі та навряд зіштовхувалися із необхідністю взяти на себе велику відповідальність за що-небудь.

З метою діагностики сенситивності до погроз як емоційної складової безпеки особистості нами був використаний тест-опитувальник, розроблений В. Мараловим [15]. Кожне завдання опитувальника включає в себе формулювання твердження і чотири варіанти відповіді. Опитуваному потрібно вибрати тільки один з них, який найбільшою мірою відповідає його думці. Завдання орієнтовані на розпізнавання здатності до виявлення можливих загроз, а також здатності до контролю ситуації. Одні з них спрямовані на діагностику рівня сенситивності відносно погроз життю і здоров'ю, інші — щодо погроз психологічному благополуччю.

На основі отриманих балів кожен досліджуваний може бути віднесений до одного з трьох рівнів: 17 і більше балів — високий рівень; 14-16 балів — середній рівень; до 13 балів — низький рівень сенситивності до погроз.

Як свідчать дані із таблиці 2.3, співвідношення рівнів сенситивності є рівномірним (30,2% опитувальних належать до низького рівня сенситивності, 32,6% — до середнього та 37,2% — до високого), що говорить про неоднорідність вибірки за даним показником.

Таблиця 2.3

Відсоткове співвідношення за рівнями сенситивності

Відсоток осіб вибірки	Рівень сенситивності
30,2%	Низький
32,6%	Середній
37,2%	Високий

Когнітивний компонент досліджувався за методикою «Шкала базових переконань» Р. Янов-Бульмана. Шкала базових переконань — опитувальник,

заснований на когнітивній концепції базових переконань особистості. Опитувальник містить 32 твердження, з якими досліджуваний погоджується або не погоджується, визначаючи ступінь згоди від 1 до 6.

**Фіксовані показники базових переконань особистості за методикою
«Шкала базових переконань» Р. Янов-Бульмана**

1. Доброзичливість світу (переконання індивіда щодо можливості безпечно довіряти навколишньому світу).
2. Доброта людей (базове переконання індивіда про наявність у світі більше добрих людей, ніж поганих, та можливість їм довіряти).
3. Справедливість світу (віра індивіда в справедливий розподіл хороших і поганих подій між людьми, переконання в тому, що «кожен отримує те, що заслуговує»).
4. Контрольованість світу (переконання людини в тому, що вона контролює те, що відбувається).
5. Випадковість як принцип розподілу подій.
6. Цінність власного «Я» (переконання індивіда в тому, що він гідний поваги і любові, що «він — хороший»).
7. Ступінь самоконтролю (переконання в тому, що всі навколишні події в більшій мірі піддаються контролю).
8. Ступінь везіння (віра індивіда в те, що він в цілому — «людина везуча»)
[30].

Середні значення ступеню переконання вибірки про доброзичливість світу становить 3,98 та про доброту людей 3,64. Такі значення лежать в межах середнього рівня.

Відсоткове співвідношення за базовими переконаннями дослідницької вибірки підтверджує висновки, описані вище (див. табл. 2.4).

Таблиця 2.4

Відсоткове співвідношення базових переконань дослідницької вибірки

Доброзичливість світу	Доброга люде	Справедливість світу	Контрольованість світу	Випадковість як принцип	Цінність власного «Я»	Ступінь самоконтролю	Ступінь везіння	Рівень вираженості
16,3%	2,3%	4,7%	4,7%	9,3%	16,3%	14%	9,3%	Високий
30,2%	27,9%	16,3%	39,5%	23,3%	34,9%	46,5%	23,3%	Підвищений
37,2%	41,9%	32,6%	41,9%	46,5%	30,2%	30,2%	23,3%	Середній
9,3%	23,3%	34,9%	9,3%	4,7%	7%	4,7%	16,3%	Понижений
7%	4,7%	11,6%	4,7%	16,3%	11,6%	4,7%	9,3%	Низький

Для діагностики домінуючих типів реагування на загрозу був використаний тест-опитувальник «Діагностика способів реагування в ситуаціях небезпеки» В. Маралова [14]. Опитувальник включає в себе опис поведінки людини в небезпечних ситуаціях і варіанти поведінки, які відповідатимуть чотирьом типам реагування на небезпеку: 1) адекватному; 2) тривожному; 3) ігноруючому; 4) невизначеному. Кожен тип реагування на небезпеку має власний норматив оцінювання вираженості: 1) адекватний тип реагування є вираженим від 11 балів; 2) тривожний тип – від 5 балів; 3) ігноруючий тип – від 4 балів. В цілому, як свідчать результати табл. 2.4, у вибірці відсотки опитаних із різними тенденціями реагувати у певний спосіб є приблизно однаковими (34,9% опитуваних демонструють адекватний тип, 30,2% – тривожний тип та 37,2 – ігноруючий тип).

Таблиця 2.4

Відсоткове співвідношення за типами реагування на небезпеку

Показник	Адекватний тип	Тривожний тип	Ігноруючий тип	Невизначений тип
Відсоток осіб у вибірці	34,9%	30,2%	37,2%	-

Аби перевірити наші припущення щодо взаємозалежності тих чи інших складових особистісної безпеки нами було проведено кореляційний аналіз даних, у ході якого ми виявили основні значущі кореляції між складовими особистісної безпеки.

Результати кореляційного аналізу за показниками потреби у безпеці та переконання про доброзичливість світу та доброту людей представлені у таблиці 2.5.

Отже, нами було виявлено залежність потреби у безпеці від базових переконань у доброзичливості світу та доброті людей. Отримані зворотні значущі кореляційні зв'язки, що може говорити про таку залежність: особи, що звикли бачити світ позитивним та добрим до них, відчують себе більш захищено, а отже потреба у безпеці у них є менш вираженою. Тобто потреба у безпеці виникає тоді, коли особистості не впевнені у ставленні світу та оточення до нас самих.

Таблиця 2.5

Значущі коефіцієнти кореляції потреби у безпеці та переконання про доброзичливість світу та доброту людей

№	«Діагностика ступеню задоволеності основних потреб»	Коефіцієнт кореляції та рівень значущості	«Шкала базових переконань»
1	Потреба у безпеці	$r=-0,33; p \leq 0,05$	Доброзичливість світу
2	Потреба у безпеці	$r=-0,39; p \leq 0,01$	Доброта людей

Наступні значущі коефіцієнти кореляції було виявлено між показником сенситивності та типами реагування на небезпеки. Дані наведено у табл. 2.6.

Відповідно до отриманих даних можемо стверджувати наступне: люди, які звертають більше уваги на небезпеки та гостріше реагують на них, є більш схильними до адекватного типу реагування в таких ситуаціях. Логічно виходить й те, що люди, які не надто чутливі до небезпек, надають перевагу ігнорувати небезпечні ситуації та сподіватися, що проблема мине сама.

Таблиця 2.6

Значущі коефіцієнти кореляції сенситивності до небезпек та типу реагування на небезпеки

№	«Сенситивність до погроз у юнацькому віці»	Коефіцієнт кореляції та рівень значущості	«Виявлення способів реагування в ситуаціях небезпеки в юнацькому віці»
1	Сенситивність	$r=0,39; p \leq 0,01$	Адекватний тип
2	Сенситивність	$r=-0,35; p \leq 0,05$	Ігноруючий тип

Також нами було виявлено тенденції у взаємозалежності сенситивності до небезпек та базових переконань особистості (див. табл. 2.7).

Таблиця 2.7

Значущі коефіцієнти кореляції сенситивності до небезпек та переконання про контрольованість світу та ступеню самоконтролю

№	«Сенситивність до погроз у юнацькому віці»	Коефіцієнт кореляції та рівень значущості	«Шкала базових переконань»
1	Сенситивність	$r=0,33; p \leq 0,05$	Контрольованість світу
2	Сенситивність	$r=0,47; p \leq 0,01$	Ступінь самоконтролю

Отже, виявлені тенденції свідчать про те, що люди, які є сенситивними до небезпек, більше вірять в те, що події у світі можна контролювати, та більше схильні до активізації стратегій та засобів контролю своєї поведінки. Такий результат можна пояснити, звернувшись до даних, наведених у попередній таблиці 2.6, тим, що людина, швидко відреагувати на небезпеку. Відповідно вона вірить у можливість цих змін, у можливість контролю ситуації через активізацію власних зусиль, розраховує на самоконтроль.

Отже, відповідно до проведеного кореляційного аналізу, можна стверджувати наступне: емоційна складова особистісної безпеки корелює із поведінковою та когнітивною, мотиваційна – із когнітивною.

2.2. Факторна структура особистісної безпеки

Задля перевірки висунутої концептуальної моделі застосовувався факторний аналіз (метод Principal components, процедура ротації *Varimax normalized*), який дозволяє визначати приховані латентні змінні через угруповання первинних даних [7]. Було визначені три значущі фактори, які пояснюють 68,6% сумарної дисперсії, що говорить про високий прогностичний рівень отриманої емпіричної моделі психологічної безпеки особистості. Склад факторів представлений у таблиці 2.8.

Таблиця 2.8

Факторна структура психологічної безпеки особистості, отримана на студентській вибірці (N=43)

№	Ознака	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3
1	Рівень актуальності потреби у безпеці	-0,70	0,20	0,15
2	Рівень переконаності у сприятливості світу	0,81	0,06	0,03
3	Рівень переконаності у тому, що інші гідні довіри	0,79	0,16	0,17
4	Рівень сенситивності до загроз	0,24	0,69	-0,20

5	Адекватний тип реагування на загрозу	-0,03	0,90	0,29
6	Тривожний тип реагування на загрозу	-0,20	-0,14	-0,92
7	Ігнорування як тип реагування на загрозу	0,31	-0,72	0,38
8	Невизначений тип реагування на загрозу	-0,14	-0,23	0,63
% сумарної дисперсії, що пояснює фактор		24,7	24,2	19,6

Перший із факторів визначається тими показниками, що відображають рівень актуальності потреби в безпеці (-0,70), сформованість переконань про сприятливість світу (0,81) та інших людей як таких, що варті довіри суб'єкта (0,79). Отже, у ньому поєднані когнітивні та мотиваційні аспекти структури феномена психологічної безпеки особистості. Позитивне уявлення стосовного навколишнього світу та оточуючих людей є базисними для переживання людиною захищеності, а відповідно призводять до зниження ймовірності депривації потреби у безпеці. Таким чином, чим позитивніше сформований полюс переконань про сприятливість світу та оточуючих людей в учасника дослідження, тим менш актуальною для нього є проблема забезпечення безпеки, а отже, з'являється змога направляти наявні ресурси на розвиток здібностей, самореалізацію. Особи із негативним полюсом вказаних показників потенційно переживають депривацію потреби у безпеці, що змушує їх актуалізувати наявні ресурси для досягнення безпечного, комфортного та надійного фундаменту для подальшої реалізації себе як творчої особистості.

Другий із факторів визначається тими показниками, що відображають рівень сенситивності до загроз (0,69) у поєднанні з показниками частоти застосування адекватного (0,90) та ігноруючого (-0,72) типів реагування на загрозу. Даний фактор складається із емоційних та поведінкових складових досліджуваного феномена. Учасники дослідження із високою сенситивністю до погроз оцінюють загрозливу ситуацію якнайбільш об'єктивно, адже

враховують усі важливі характеристики такої ситуації, та водночас не ігнорують та не перебільшують можливі наслідки небезпеки. Це дає їм змогу знаходити найбільш оптимальні та раціональні (адекватні) шляхи вирішення проблеми загрозової ситуації. Студенти із низькою сенситивністю схильні до дистанціювання себе від несприятливих факторів як основної тактики вирішення ситуації небезпеки. Такі отримані дані підтверджують результати досліджень В. Маралова [16].

Останній із факторів визначається тими показниками, що відображають частоту застосування тривожного (-0,92) та невизначеного (0,63) типів реагування на загрозу, що належать до поведінкового аспекту психологічної безпеки. Однак два інші показники, які відображають адекватний та ігноруючий типи реагування, також мають позитивні, хоча і незначущі факторні навантаження (0,29 та 0,38 відповідно). А отже, перебільшення рівня (потенційної) загрози або загрозової ситуації з високою ймовірністю призводить до відповідного (тривожного) типу реагування, що в свою чергу знижує ймовірність застосування будь-якого із інших (адекватного, ігноруючого чи невизначеного). Водночас звертаємо увагу, що при дуже низькій ймовірності застосування тривожного типу реагування є не найбільш оптимальним, адже підвищується ймовірність прояву невизначеного типу (розгубленість щодо тактики вирішення ситуації небезпеки на етапі прийняття рішення). Можна припустити, що нестача тривоги відносно загрозової ситуації створює тло, на якому людині не здається потрібними ретельний аналіз інформації та обмірковування послідовності своїх дій, знижується значущість ситуації загрози та її наслідків, а отже і вибору реагування.

Таким чином, на студентській вибірці частково підтвердилась запропонована концептуальна модель психологічної безпеки особистості. Ми можемо відокремити три складові у структурі феномена безпеки: мотиваційно-когнітивний, емоційно-поведінковий (конструктивний), деструктивний поведінковий компонент. Така структура висвітлює важливість саме

поведінкових аспектів психологічної безпеки, які відображають засоби взаємодії людини зі світом та іншими людьми у ситуаціях реальної чи уявної загрози.

На підставі результатів факторного аналізу були введені інтегративні показники сформованості кожного компонента та загальний рівень вираженості психологічної безпеки особистості. Задля рівномірного представлення всіх складових, рівень сформованості яких діагностувався за показниками різної розмірності, всі дані були переведені у z-оцінки. Z-перетворення – процедура, яка дозволяє перевести результати в стандартну шкалу через процедури центрування та нормування. Перетворені значення всіх показників мають нульове середнє значення, а значення стандартного відхилення дорівнює 1. Для розрахунку кожного показника рівня вираженості компонента психологічної безпеки враховувались стандартизовані значення складових, що представлені у таблиці 2.8, значення факторного навантаження у ролі коефіцієнта та знак факторного навантаження. Наприклад, рівняння для мотиваційно-когнітивного компонента має такий вигляд:

$$\Phi_1 = -0,7 \cdot x_1 + 0,81 \cdot x_2 + 0,79 \cdot x_3,$$

де Φ_1 – рівень вираженості мотиваційно-когнітивного компонента психологічної безпеки, x_1 – рівень актуальності потреби у безпеці, x_2 – рівень переконаності у сприятливості світу, x_3 – рівень переконаності у тому, що інші гідні довіри. Значення x_1 , x_2 , x_3 представлені у z-оцінках.

Загальний показник вираженості психологічної безпеки особистості розраховувався як сума оцінок трьох компонентів. За загальним інтегрованим показником у вибірці студентів були отримані наступні дані: середнє значення дорівнює 0; стандартне відхилення – 2,9; мінімальне значення – (-6,5), максимальне значення – 5,1.

Наступним завданням нашого дослідження було встановити взаємозв'язки між компонентами феномена особистісної безпеки. Була застосована процедура кореляційного аналізу. У таблиці 2.9 представлені результати кореляційного

аналізу, які відображають значущі коефіцієнти кореляції між складовими психологічної безпеки особистості.

Таблиця 2.9

**Кореляційні зв'язки між структурними компонентами
феномену особистісної безпеки**

Показники	Мотиваційно-когнітивний компонент	Емоційно-поведінковий (конструктивний) компонент	Деструктивний поведінковий компонент
Мотиваційно-когнітивний компонент	1		
Емоційно-поведінковий (конструктивний) компонент	-0,02	1	
Деструктивний поведінковий компонент	0,11	-0,06	1
Загальний рівень вираженості психологічної безпеки	0,66**	0,59**	0,47*

Примітка: * – емпіричне значення є значущим при $p \leq 0,01$; ** – емпіричне значення є значущим при $p \leq 0,001$.

Як свідчать отримані дані, всі компоненти психологічної безпеки, які були визначені у дослідженні, є незалежними аспектами її функціонування, оскільки відсутні значущі кореляційні зв'язки між ними. Також відмітимо, що всі компоненти мають позитивний зв'язок з показником загального рівня вираженості психологічної безпеки. Отже, студенти, які демонструють високий рівень психологічної безпеки, мають наступні властивості: достатню задоволеність потреби у безпеці, позитивні переконання стосовно сприятливості світу та надійності інших людей, високу сенситивність до загроз, вони часто застосовують адекватні або невизначені засоби реагування на загрозливі фактори, намагаються уникати тривожних та ігноруючих стратегій

поведінки у загрозованих ситуаціях [22].

2.3. Особистісна безпека як фактор актуалізації емоційних станів

Психічні стани студентської вибірки досліджувалися за допомогою методики «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка, призначеною для діагностики психічних станів тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності. Проведення психодіагностичного обстеження виявило, що середні значення показників емоційних станів дослідницької вибірки є такими: рівень тривоги – 8,8; фрустрації – 8,02; агресивності – 10,44 та ригідності – 10,42. Відсоткове співвідношення показників дослідницької вибірки представлено на таблиці 2.10.

Таблиця 2.10

Відсоткове співвідношення показників вираженості психічних станів дослідницької вибірки

Тривога	Фрустрація	Агресивність	Ригідність	Рівень
46,5%	51,2%	30,2%	20,9%	Низький рівень
37,2%	34,9%	58,1%	65,1%	Середній рівень
16,3%	14%	11,6%	14%	Високий рівень

Відповідно до отриманих даних можна стверджувати, що загалом дослідницька вибірка є більш схильною до стану фрустрації (16,3% осіб мають високий рівень вираженості) та тривоги (14% відповідно).

У дослідженні були виявлені кореляційні зв'язки загального показника особистісної безпеки із показниками вираженості емоційних станів особистості: тривоги ($r=-0,38$; $p\leq 0,05$), фрустрацією ($r=-0,52$; $p\leq 0,001$), агресивністю ($r=-0,31$; $p\leq 0,05$) та ригідністю ($r=-0,31$; $p\leq 0,05$). Усі отримані зв'язки є оберненими. Особливо високу взаємозалежність загальний показник безпеки утворює із станом фрустрації. Отже, люди із високим рівнем особистісної

безпеки здатні до більш якісної саморегуляції власних емоцій, адже вони або менш схильні до тривоги, фрустрації, агресивності та ригідності, або ж мають змогу більш оптимально долати стрес та швидше відновлювати свої ресурси після нього.

Для перевірки взаємозв'язку складових особистісної безпеки із психічними станами нами було здійснено кореляційний аналіз, результати якого дозволили уточнити характер попередньо визначених емпіричних закономірностей. Так, було виявлено доволі цікавий, на перший погляд, навіть парадоксальний зв'язок рівня сенситивності та психічного стану фрустрації. Дані наводимо нижче у таблиці 2.10.

Таблиця 2.10

Значущий коефіцієнт кореляції сенситивності до небезпек та психічного стану фрустрації

№	«Сенситивність до погроз у юнацькому віці»	Коефіцієнт кореляції та рівень значущості	«Самооцінка психічних станів»
1	Сенситивність	$r=-0,34; p \leq 0,05$	Фрустрація

Отриманий зворотній значущий зв'язок між змінними можна пояснити через вплив не сенситивності на фрустрацію, а фрустрації на сенситивність. У стані знесилення та демотивації людина є більш схильною до байдужого ставлення до себе та подій навколо, вона менше реагує на стороні подразники, сприймає і оцінює події менш адекватно, а отже і нездатна спрогнозувати ймовірні наслідки, принаймні через нестачу достатньої кількості внутрішніх ресурсів, аби відреагувати відповідно.

У ході кореляційного аналізу були виявлені й взаємозв'язки рівнів вираженості психічних станів із типами реагування на небезпеку (див. табл. 2.11).

Отже, відповідно до даних, наведених у таблиці, можна зробити

висновок, що: 1) стан тривоги та тривожний тип реагування неодмінно і безперечно пов'язані: чим більше людина тривожиться та гостро реагує на зовнішні подразники, тим більш гостро вона й реагуватиме на небезпеки, що виникають; окрім того, людина, яка схильна перебільшувати небезпеки у своїх оцінках, є більш схильною переживати стан тривоги; 2) обернений зв'язок психічного стану тривоги та ігноруючого типу реагування на небезпеки свідчить про те, що людина, яка схильна применшувати значення небезпечної ситуації, менше схильна й до перебування у стані тривоги; індивід, що переживає стан тривоги, занепокоєння, відповідно не може дистанціюватися від цих подій, проігнорувати можливі небезпеки; 3) людина, яка не фрустрована, не схильна відвертатися від вирішення проблем, у неї є достатньо ресурсів та вона може здійснити раціональний погляд на ситуації як на проблему\задачу та активізувати адекватні способи її вирішення; відповідно, особа, що неупереджено сприймає ситуацію, вмє раціонально аналізувати її та знаходити ефективні засоби вирішування завдань, менш схильна «зазнавати поразки» та піддаватися стану фрустрації; 4) тривожний тип реагування на небезпеку навпаки є не надто ефективним для долання потенційних небезпек, а отже люди із таким типом реакції є більш схильними до розчарування, демотивації, тривалого переживання невдачі, занурення у власний внутрішній світ; 5) особистості, що часто перебільшують значення небезпеки, часто діють стереотипно, оскільки не ризикують, бояться змінювати ситуацію, що є наслідком актуалізації психічного стану ригідності.

Таблиця 2.11

Значущі коефіцієнти кореляції психічних станів та типів реагування на небезпеки

№	«Самооцінка психічних станів»	Коефіцієнт кореляції та рівень значущості	«Виявлення способів реагування в ситуаціях небезпеки в юнацькому віці»
1	Тривога	$r=0,66; p \leq 0,001$	Тривожний тип

2	Тривога	$r=-0,35; p\leq 0,05$	Ігноруючий тип
3	Фрустрація	$r=-0,37; p\leq 0,05$	Адекватний тип
4	Фрустрація	$r=0,74; p\leq 0,001$	Тривожний тип
5	Ригідність	$r=0,52; p\leq 0,001$	Тривожний тип

Наступні виявлені нами взаємозв'язки є між переконаннями особистості та актуалізаціями різних психічних станів. Дані із отриманими коефіцієнтами кореляцій наведені у таблиці 2.12.

Таблиця 2.12

Значущі коефіцієнти кореляції психічних станів та базових переконань особистості

№	«Самооцінка психічних станів»	Коефіцієнт кореляції та рівень значущості	«Шкала базових переконань»
1	Тривога	$r=0,34; p\leq 0,05$	Випадковість як принцип
2	Тривога	$r=-0,61; p\leq 0,001$	Цінність власного «Я»
3	Тривога	$r=-0,46; p\leq 0,01$	Ступінь везіння
4	Фрустрація	$r=-0,61; p\leq 0,001$	Цінність власного «Я»
5	Фрустрація	$r=-0,55; p\leq 0,001$	Ступінь везіння
6	Ригідність	$r=-0,45; p\leq 0,05$	Цінність власного «Я»
7	Ригідність	$r=-0,46; p\leq 0,05$	Ступінь везіння

Можна говорити про такі результати: 1) переконання про те, що події у світі стаються випадково та не підвладні контролю людини, сприяє її непевності та стану тривоги; 2) особа, що вірить у себе, володіє високим рівнем самоповаги та самоцінності, є менш схильною до переживання стану тривоги;

3) аналізуючи взаємозалежність стану тривоги та переконання у везінні, ми дійшли до такого висновку: стан тривоги зменшується, якщо людина вірить в везіння, у долю, оскільки це допомагає їй долати сумніви у свою спроможність впливати та контролювати події світу; 4) люди, що поважають себе, менш схильні до демотивації після поразок, вони розуміють, що вони зазнали програшу лише в певній ситуації, а не узагалі, а тому швидше вертаються до нових спроб, нової діяльності; 5) особи, що вірять у власне везіння, менш схильні залишати спроби після невдач і поразок, вони краще долають фрустрацію через активізацію внутрішніх ресурсів; 6) людина, що впевнена у власній цінності та почувається комфортно, є більш схильною до випробування нового і внаслідок адаптації до нового, вона легше переживає незгоди, адже розуміє, що помилковою є дія, а не вона сама; вона не боїться продовжувати діяти, адже приписує причини поразок своїм здібностям, не сприймає їх «близько до серця»; 7) якщо особа вірить у власне везіння, вона є більш гнучкою в поведінці, швидше адаптується до змін.

Можна говорити про те, що найбільше значимих зв'язків спостерігається між психічними станами та базовими переконаннями (когнітивним компонентом особистісної безпеки) та типами реагування на небезпеки (поведінковим компонентом). Тобто, актуалізації тих чи інших емоційних станів сприяють перш за все когнітивні та поведінкові аспекти безпеки.

Висновки до розділу 2:

За результатами проведеного кореляційного аналізу між різними складовими особистісної безпеки ми виявили, що емоційна складова особистісної безпеки корелює із поведінковою та когнітивною, а також потребнісна корелює із когнітивною.

За підсумками проведеного факторного аналізу ми частково підтвердили на студентській вибірці запропоновану концептуальну модель особистісної безпеки особистості. Було виокремлено три складові у структурі даного феномена: мотиваційно-когнітивний, емоційно-поведінковий (конструктивний), деструктивний поведінковий компонент.

Кореляційний аналіз загального фактору безпеки особистості та психічних станів показав, що чим вищий загальний рівень особистісної безпеки, тим менш індивід схильний до тривоги, агресивності, ригідності та особливо фрустрації.

Результати проведеного кореляційного аналізу між компонентами особистісної безпеки та психічними станами дали змогу виявити наступне: когнітивний та поведінковий компоненти у структурі безпеки індивіда мають найбільший вплив на емоційні стани (агресивність, тривога, фрустрація та ригідність).

ВИСНОВКИ

За результатами теоретико-емпіричного дослідження можна стверджувати наступне:

1. Особистісна безпека – це почуття захищеності, що забезпечується переживанням власної цілісності як активного соціального суб'єкта і можливості розвитку в умовах інформаційної взаємодії з навколишнім середовищем через взаємодію із небезпеками як із стимулами до власного індивідуального розвитку.

На підставі теоретичного аналізу було запропоновано концептуальну модель особистісної безпеки, що складається із 4 компонентів:

- 1) мотиваційний – потреба у безпеці;
- 2) емоційний – чутливість до небезпеки;
- 3) когнітивний – переконання про безпеку;
- 4) поведінковий – типи реагування на безпеку.

2. Відповідно до досліджуваних компонентів, при емпіричному дослідженні серед студентів було помічено такі загальні тенденції: для студентської вибірки потреба у безпеці не є нагальною, не потребує негайного задоволення, тобто відчуття депривація потреби в безпеці виражена на низькому рівні, більш актуальними для студентів виявилися визнання та самовираження; більша частина опитуваних володіє здатністю на середньому рівні розпізнавати небезпеки та прогнозувати можливі негативні наслідки, тобто сенситивність вибірки переважно знаходиться на середньому рівні; серед студентів домінує середній ступінь усіх базових переконань, стосовно доброзичливості світу та доброти людей, які є більшою мірою визначальними для їх переконання про безпеку; опитувані мають тенденцію адекватно оцінювати або трохи применшувати можливість небезпеки, на підставі чого обрають найбільш оптимальні шляхи вирішення проблеми, отже, у дослідницькій вибірці переважають ігноруючий та адекватний типи реагування.

3. Перевірка концептуальної моделі здійснювалась за допомогою

факторного аналізу. Було визначено три значущі фактори:

- 1) мотиваційно-когнітивний;
- 2) емоційно-поведінковий (конструктивний);
- 3) деструктивний поведінковий компонент.

Визначені компоненти пояснюють 68,6% загальної дисперсії. Отже, запропонована модель є частково підтвердженою. Поведінковий компонент розподілився на дві частини. Таким чином, особливу роль у структурі особистісної безпеки відіграють саме поведінкові складові.

Згідно з результатами дослідження, між всіма визначеними компонентами безпеки відсутні значущі кореляційні зв'язки, тобто дані фактори є незалежними один від одного. Водночас, кожен компонент має позитивний значущий зв'язок із показником загальної безпеки, є важливим аспектом її функціонування в цілому.

4. За даними кореляційного аналізу загальний показник особистісної безпеки, що враховує рівень вираженості визначених трьох компонентів, має значущі обернені кореляційні зв'язки з показниками вираженості емоційних станів особистості. Було виявлено: люди із високим рівнем безпеки рідше переживають такі негативні психічні стани, як: тривога, фрустрація, агресивність та ригідність. Отже, високий рівень особистісної безпеки є позитивним фактором саморегуляції особистості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Братченко С.Л., Миронова М.Р. Личностный рост и его критерии. *Психологические проблемы самореализации личности*. Санкт-Петербург. 1997, С. 38-46.
2. Брушлинский А.В. Психология субъекта. Санкт-Петербург: Алетейя, 2003. 272 с.
3. Бубнова О.В., Куликова О.В. Психологическая безопасность личности как условие социальной адаптации молодых специалистов. *Современные проблемы науки и образования*. 2015. № 1-1.. URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=17777>.
4. Вербина, Г.Г. Психология безопасности личности. *Вестник Чувашского университета*. 2013. № 4.
5. Ефимова Н.С. Теория и практика формирования личностной готовности студентов технических вузов к безопасной профессиональной деятельности: дис. док. пед. наук: 13.00.08 — теория и методика профессионального образования. Москва, 2015.
6. Каверин С.Б. О психологической классификации потребностей. *Вопросы психологии*. 1987. № 5.
7. Климчук В.О. Математичні методи у психології. Навчальний посібник. Київ: Освіта України, 2009. 280 с.
8. Колесникова Т.И. Психологический мир личности и его безопасность. Москва: Владос-Пресс, 2001. 176 с.
9. Котик М.А. Новый метод экспериментальной оценки отношения людей к волнующим их событиям. *Вопросы психологии*. № 1. 1994. С. 97-104.
10. Личностно-профессиональное развитие студентов и формирование качеств безопасной личности в технизированной образовательной среде / под ред.: Н. А. Лызь. Москва: Кредо, 2009. 144 с.
11. Лурия А. Р. Внутренняя картина болезни и иатрогенные заболевания.

Москва: Медицина, 1977. 111 с.

12. Лызь Н.А. Формирование безопасной личности в образовательном процессе вуза: автореф. дис. док. психол. наук. Ставрополь, 2006. 42 с.
13. Маралов В.Г., Нифонтова О.В., Малышева Е.Ю. [и др.]. Концептуальные основы формирования безопасного типа личности. *Вестник ЧГУ*. 2012. № 1(37). Т. 2..
14. Маралов В.Г., Малышева Е.Ю., Смирнова О.В., Перченко Е.Л., Табунов И.А. Разработка теста-опросника по выявлению способов реагирования в ситуациях опасности в юношеском возрасте. *Альманах современной науки и образования*. 2012. №12. Ч. 1.
15. Маралов В.Г., Малышева Е.Ю., Нифонтова О.В., Перченко Е.Л., Табунов И.А. Разработка теста-опросника сензитивности к угрозам в юношеском возрасте. *Перспективы науки*. 2012. №8.
16. Маралов В.Г., Фортунатов А.А., Шонин М.Ю. Позиции взаимодействия студентов в контексте проблем обеспечения психологической безопасности личности. *Знание. Умение. Понимание*. 2018. №3.
17. Маслоу А.Г. Мотивация и личность / Перевод. с англ. Санкт-Петербург: Евразия, 1999. 478 с.
18. Маслоу А. Мотивация и личность. Санкт-Петербург: Питер, 2012. 352 с.
19. Мошкин В.Н. Воспитание культуры безопасности школьников. Барнаул: Барнаульский ГПУ, 2002. 318 с.
20. Падун М.А., Котельникова А.В. Методика исследования базисных убеждений личности. Москва: Лаборатории психологии и психотерапии посттравматического стресса ИПРАН, 2007.
21. Роцин С.К. Психологическая безопасность: новый подход к безопасности человека, общества и государства / С.К. Роцин, В.А. Соснин. Москва: Рос. Монитор, 1995. № 6. URL: http://academy.gov.ua/ej/ej10/doc_pdf/Zaporohech.pdf.
22. Савченко О.В., Свирица М.О. Модель психологічної безпеки особистості як комплексного феномена. *Психологічний журнал*. 2020. №6(12). с. 66-79.

23. Холл К.С., Линдсей Г. Теории личности: пер с англ. Москва, 2000. 720 с.
24. Хорни К. Невротическая личность нашего времени; Самоанализ / пер. с англ. Старовойтова В.В.; Общ. ред. [и послесл.] Бурменской Г.В.. Москва: Прогресс: Универс, 1993. 478 с.
25. Хорни К. Тревожность. Собр. соч. в 3-х т. Москва: Смысл, 1997. Т. 2. С. 174—180.
26. Шершнёв Л.И. Формирование личности безопасного типа как отражение потребности общества и времени. *Информационный сборник «Безопасность»*. 1994. № 7. С. 12-18.
27. Юридична енциклопедія : [у 6 т.] / ред. кол. Шемшученко Ю.С. (відп. ред.) [та ін.]. Київ: Українська енциклопедія ім. М.П. Бажана, 1998-2004. URL: <https://leksika.com.ua/12530426/legal/bezpeka>.
28. Baeva, Irina & Bordovskaia, Nina. (2015). The psychological safety of the educational environment and the psychological well-being of Russian secondary school pupils and teachers. *Psychology in Russia: State of the Art*. 8. 86-99. 10.11621/pir.2015.0108.
29. Barnhart, Robert K., and Sol Steinmetz. *Chambers Dictionary of Etymology*. Edinburgh: Chambers, 1999. URL: <https://archive.org/details/chamberssetymolo00findrich/page/454/mode/2up>.
30. Janoff-Bulman, R. Assumptive worlds and the stress of traumatic events: Applications of the schema construct. *Social Cognition*, 1989. 7(2), 113–136. URL: <https://doi.org/10.1521/soco.1989.7.2.113>
31. Janoff-Bulman, Ronnie. *Shattered Assumptions: Towards a New Psychology of Trauma*. New York: Free Press, 1992. pp. 256.
32. N., Pam M.S., «Security,» in *PsychologyDictionary.org*, 2013. URL: <https://psychologydictionary.org/security/>.
33. Zotova, Olga & Karapetyan, Larisa. Psychological security as the foundation of personal psychological wellbeing (analytical review). *Psychology of Russia: State of Art*, 2018. 11 (4). 100-113. 10.11621/pir.2018.0208.

34. Диагностика степени удовлетворения основных потребностей (Метод парных сравнений В.В. Скворцова), в модификации И.А. Акиндиновой. *Психологическая диагностика*. URL: <https://sites.google.com/site/test300m/ip>.

ДОДАТКИ

Додаток Б
Внутрішня структура феномена особистісної безпеки

Таблиця Б.1

Кореляційні зв'язки між компонентами особистісної безпеки
особистості

Показники	Мотиваційно-когнітивний компонент	Емоційно-поведінковий (конструктивний) компонент	Деструктивний поведінковий компонент
Мотиваційно-когнітивний компонент	1		
Емоційно-поведінковий (конструктивний) компонент	-0,02	1	
Деструктивний поведінковий компонент	0,11	-0,06	1
Загальний рівень вираженості психологічної безпеки	0,66**	0,59**	0,47*

Примітка: * – емпіричне значення є значущим при $p \leq 0,01$; ** – емпіричне значення є значущим при $p \leq 0,001$.