

УДК 159.9

Дымова Ксения Сергеевна

Магистрант 2 курса,

44.04.02 Психологическое консультирование и медиация в социальной
сфере

Институт педагогики и психологии

Оренбургский государственный

педагогический университет

Оренбург, Россия

ФЕНОМЕН ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ В НАУЧНОЙ ЛИТЕРАТУРЕ

Аннотация: Психологическая безопасность является важным фактором гармоничного развития личности в социальной среде: работа, образование, деятельности по интересам. Однако теоретических исследований подходов к психологической безопасности, на наш взгляд, представлено недостаточно. Целью нашей работы является изучение подходов к психологической безопасности отечественных и зарубежных исследователей. Для достижения поставленной цели используется метод анализа, синтеза, сравнения и обобщения данных. В ходе исследования уточнено понятие психологической безопасности.

Ключевые слова: психологическая безопасность, защитные механизмы, коммуникация, психоэмоциональное состояние.

Dymova Ksenia Sergeevna

2nd year Master's student,

44.04.02 Psychological counseling and mediation in the social sphere

Institute of Pedagogy and Psychology

Orenburg State Pedagogical University

Orenburg, Russia

THE PHENOMENON OF PSYCHOLOGICAL SAFETY IN SCIENTIFIC LITERATURE

Abstract: Psychological safety is an important factor in the harmonious development of the individual in the social environment: work, education, activities of interest. However, in our opinion, there are insufficient theoretical studies of approaches to psychological safety. The purpose of our work is to study the approaches to psychological safety of domestic and foreign researchers. To achieve this goal, the method of analysis, synthesis, comparison and

generalization of data is used. In the course of the study, the concept of psychological safety was clarified.

Keywords: psychological safety, defense mechanisms, communication, psycho-emotional state.

Феномен психологической безопасности охватывает все сферы жизнедеятельности человека. Понимание безопасности зависит от позиции автора и активно исследуется в современной психологии. Однако, даже будучи в процессе разработки единого определения, психологическая безопасность находит своё практическое применение.

В рамках данной работы были проанализированы некоторые подходы к исследуемому понятию, как отечественных, так и зарубежных авторов.

По мнению О.С. Ширяевой психологическая безопасность представляет собой важнейший критерий успешного функционирования в стрессовых ситуациях [13]. Автор утверждает, что высокая психологическая безопасность оказывает колоссальное влияние на работоспособность личности и эффективность ее деятельности в рабочей или учебной среде. О.В. Бубновская соглашается с автором, так как без психологической безопасности в учебном заведении образовательные процессы практически невозможны [3].

Психологическая безопасность, со слов Т.С. Пухаревой, является не только фактором развития личности, но и стимулом к проявлению инициативы в какой-либо деятельности. В благоприятной атмосфере, ощущая внутреннее спокойствие и гармонию, человек способен к актуализации своих ресурсов посредством проявления себя с помощью новых действий. В целом, многие ученые проводят корреляцию именно между психологической безопасностью и учебной деятельностью. В безопасности ученик более эффективен, лучше справляется со стрессовыми ситуациями и задачами, необходимыми к выполнению, подспудно развивая в себе новые качества [10].

В.И. Ярочкин рассматривает психологическую безопасность как главный аспект защищенности личности [14]. Психологическая безопасность, по мнению автора, включает в себя выявление, предупреждение, ослабление, устранение и отражение опасностей и угроз. Ф.В. Бассин выделяет такую составляющую психологической безопасности как психологическая защита. Роль этого фактора заключается в помощи снятия внутреннего напряжения при социально-психологической адаптации [2].

Исследуя феномен психологической защиты в контексте психологической безопасности, Ф.В. Бассин также отмечает, что ролью психологической защиты является снижение влияния психологических травм на жизнедеятельность личности. Тревога, конфликты, волнение и разного рода стресс являются угрожающими факторами для психологической безопасности, следовательно, психологическая защита направлена на полное устранение данных угроз [2].

Подходы зарубежных исследователей к психологической безопасности можно разделить на следующие группы: направленные на достижения и избегание неудач в будущем и ориентированные на сохранение настоящего, благополучного состояния человека.

Представители психоаналитического подхода, А. Адлер и А. Фрейд акцентируют внимание на психологических защитах [6]. Авторы считают, что психологические защиты носят индивидуальный характер и описывают степень адаптивности личности к меняющимся обстоятельствам [12]. Г. Мюррей отмечает необходимость повышения психологической безопасности при наличии сильно выраженного чувства тревоги, которое указывает на наличие угрозы со стороны других людей [8].

А. Маслоу в гуманистическом подходе рассматривает психологическую безопасность как стремление человека найти защиту «со стороны» в виде другого человека либо системы [7].

В современных зарубежных исследованиях ученые часто указывают на связь психологической безопасности и отношений ученика с окружающими. При снижении уровня психологической безопасности старшеклассник испытывает страх, напряженность, подавленность, что приводит к психотравмирующим ситуациям. Р. Джонсон указал на направления по повышению уровня психологической безопасности обучающихся – физическое и психологическое [5].

Согласно определению Н.Г. Рассохи, психологическая безопасность – это состояние, при котором психическое здоровье человека сохраняется благодаря равновесию между потенциально вредными факторами окружающей среды и личной способностью индивида сопротивляться этим факторам и успешно их преодолевать [11].

И.А. Баева, анализируя многогранность вопроса психологической безопасности, представила и аргументировала действенную модель обеспечения психологической защищенности в образовательной организации [1].

В таблице 1 демонстрируется анализ феномена психологической безопасности в образовательной сфере на различных уровнях

Таблица 1

Уровни психологической безопасности в образовательной среде

Макросоциальный	Мезосоциальный	Микросоциальный
Отражает состояние защищенности индивида в обществе и межличностном общении.	Освещает взаимодействие человека с ближайшим социальным кругом: семьей, друзьями, сверстниками.	Указывает на степень внутренней психологической безопасности: эмоциональную стабильность, адаптивные возможности, умение противостоять негативным воздействиям окружающей среды и т.д.

Исследования в области психологии образования подчеркивают важность определенных элементов для обеспечения психологической безопасности. К ним относятся позитивный климат в учебном заведении, забота о психоэмоциональном благополучии учащихся и педагогов, создание насыщенной и развивающей образовательной среды, а также мотивация участников образовательного процесса к личностному росту.

В своих исследованиях, посвященных психологической безопасности нынешнего поколения подростков, Н.В. Быстрова выделила ряд специфических черт. По мнению исследовательницы, современные подростки проявляют склонность к индивидуализму, демонстрируют зависимость от цифровых устройств и онлайн-контента, не ориентированы на долгосрочное планирование и подвержены культуре потребления [4].

Учитывая эти особенности, автор подчеркивает, что психологическое благополучие подростков зависит от ощущения счастья, уровня удовлетворенности жизнью и гармоничного эмоционального состояния. Быстрова полагает, что существует прямая взаимосвязь между психологическим благополучием и чувством психологической безопасности.

А. Ол утверждает, что для обеспечения психологической защищенности учащихся в образовательном пространстве необходимо развивать у них психологический иммунитет. Этот иммунитет представляет собой комплекс когнитивных, мотивационных и поведенческих ресурсов, которые активизируются при возникновении стрессовых обстоятельств [9].

Другими словами, психологический иммунитет состоит из таких элементов, как самоконтроль, позитивный настрой, ориентация на творчество

и уважение к себе. Автор подчеркивает, что психологический иммунитет является адаптивной способностью, обеспечивающей психологическую безопасность.

В таблице 2 отражена сравнительная характеристика подходов к психологической безопасности.

Таблица 2

Анализ подходов к понятию «психологическая безопасность» в образовательной среде

Автор подхода	Преимущества	Недостатки
Н.Г. Рассоха [11]	Дается определение понятию, психологическая защита рассматривается как баланс между влиянием на человека окружающей среды и его способностью сохранить себя и свои границы	Не указаны факторы, влияющие на психологическую безопасность
И.А. Баева [1]	Раскрывается и обосновывается эффективная система психологической безопасности в образовательном учреждении	Не дается конкретного определения понятию
Н.В. Быстрова [4]	Автор объясняет условия психологической безопасности в образовательной среде, связывает психологическую безопасность с психологическим благополучием	Автор не раскрывает понятие психологической безопасности
Р. Джонсон [5]	Выделяет возможные способы повышения уровня психологической безопасности обучающихся – физическое и психологическое	Не выявлено
А. Ол [9]	Связывает феномен психологической безопасности с психологическим иммунитетом, выделяет его компоненты.	Не уточняется понятие психологической безопасности
Т.С. Пухарева [10]	Определяет психологическую безопасность как фактор развития ученика в образовательной среде	Не выявлено

Знания о психологической безопасности играют ключевую роль в создании благоприятной атмосферы в образовательной среде. Ряд специалистов подчеркивают, что психологическая безопасность тесно связана с ощущением внутренней гармонии и защитой психики от деструктивных воздействий.

Отдельные ученые рассматривают психологическую безопасность как пространство, способствующее личностному росту и развитию, другие – как

способность уверенно ориентироваться в настоящем, планировать будущее и реализовывать значимые жизненные стремления.

Анализ концепций, идей в вышеизложенных исследованиях, позволил выявить ряд нерешенных проблем в изучении психологической безопасности личности: исследование влияния психологических параметров образовательной среды на психическое состояние детей, изучение механизмов психологической безопасности, формирования психологического иммунитета старшеклассников, влияние современных информационных технологий на психологическую безопасность старшеклассников, разработка методик работы педагога-психолога с образовательной средой и другие.

Теоретический анализ различных подходов к понятию «психологическая безопасность» показывает, что главными его компонентами являются защищенность от психологического насилия, уверенность в себе, характеризующаяся психологическим здоровьем личности, способностью сохранять свою целостность и эффективность в разных видах деятельности, защищенность от психологического насилия, удовлетворенность своей деятельностью.

В основу нашего исследования выбран подход И.А. Баевой, в котором психологическая безопасность представляет собой один из важнейших факторов развития и проявления инициативы учащегося в образовательной среде. Психологическая безопасность – это состояние среды, свободное от проявлений психологического насилия, способствующее удовлетворению основных потребностей в личностно-доверительном общении и, как следствие, обеспечивающее психологическую защищенность ее участников.

Данный подход выбран нами, так как автор особое внимание уделяет феномену именно в контексте образовательных учреждений, раскрывает основные моменты, помогающие ученику чувствовать себя спокойно на учебе и педагогу в создании благоприятной атмосферы на занятиях.

Список источников

1. Баева И.А. Психологическая безопасность образовательной среды как условие профилактики психического здоровья ее субъектов // АЛЕФ. 2020. 504 с.
2. Бассин Ф. В. О силе „Я“ и психологической защите // Самосознание и защитные механизмы личности. 2017. 336 с.

3. Бубновская О. В. Экспериментальная психология // Издательство им. В. Г. Белинского. 2015. 206 с.
4. Быстрова Н.В. Особенности психологического благополучия обучающихся в образовательной среде // Инновационная экономика: перспективы развития и совершенствования. Просвещение. 2019. №6. 39-48 С.
5. Джонсон Р. Внутреннее золото. Понимание психологической проекции // Экспо-центр. 2021. 456 с.
6. Лейбин В.Г. Индивидуальная психология А. Адлера // Когито-Центр. 2020. 448 с.
7. Маслоу А. Мотивация и личность // АСТ. 2011. 239 с.
8. Мюррей Г. Исследования личности // Махаон. 2008. 236 с.
9. Ол А. Психологическая безопасность личности и поведение человека в чрезвычайной ситуации // Крокос. 2018. 335 с.
10. Пухарева Т. С. Развитие доверия к себе и к другим // Парабеллум. 2015. 308 с.
11. Рассоха Н.Г. Представления о психологической безопасности образовательной среды школы и типы межличностных отношений её участников // Рихтер. 2017. 336 с.
12. Фрейд А. Психология „Я“ и защитные механизмы // Экспо. 2006. 836 с.
13. Ширяева О.С. Модели психологического благополучия личности в разных по степени экстремальности условиях // Оникс. 2020. 243 с.
14. Ярочкин В.И. Организационные основы обеспечения безопасности // Соционика, психология и межличностные отношения. 2019. №11. с. 57–60.