

Ирина Баева

## ПСИХОЛОГИЯ БЕЗОПАСНОСТИ: ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ОСНОВА ПОМОЩИ В ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ СИТУАЦИИ

**Аннотация.** Статья посвящена определению теоретических основ оказания помощи человеку в экстремальной ситуации. Дан психологический анализ экстремальной ситуации, ее воздействия на психику и поведение человека. Безопасность рассматривается как ключевое понятие в социальной и научной оценке обсуждаемой проблемы. Психология безопасности рассмотрена как системная область психологического знания, куда психология экстремальной ситуации может входить в качестве одного из разделов. Определены психологическая безопасность среды и психологическая безопасность личности как психические состояния, управление которыми может стать базовой основой психологической помощи в трудной жизненной ситуации.

**Ключевые слова:** психология безопасности; сложная жизненная ситуация; экстремальная ситуация; психологическая безопасность среды; психологическая безопасность личности; психологическая помощь.

**Abstract.** The article is devoted to the definition of theoretical foundations of support in extreme situation. Psychological analysis of extreme situation, its influence on psyche and person's behavior are considered. The security is the key conception in social and scientific valuation of the problem under discussion. Psychology of security is considered as system field of psychological knowledge, with psychology of extreme situations being one of its parts. Psychological security of environment and person are defined as mental states and their control can act as the basis for psychological help in difficult life situations.

**Keywords:** psychology of security; extreme situations; psychological security of environment; psychological security of a personality; psychological support.

Особенности  
современной  
социальной  
ситуации

Существенная характеристика сегодняшней социальной ситуации – стремительность перемен, огромная скорость изменения политического, экономического, социального уклада жизни. Внешние факторы должны быть осознаны, структурированы, поняты и приняты человеком. Для этого у него есть особый «инструмент» – психическое устройство. У психики есть две основные функции: отражение окружающей действительности, в результате чего складывается субъективная картина

мира, и регуляция на этой основе своего поведения и деятельности. Основное предназначение данного «инструмента» – активная адаптация, приспособление к окружающей среде. Это эффективнейшее средство, дающее человеку силу и власть, помогающее ему сохранять устойчивость в экстремальных, кризисных ситуациях, справляться с ежедневными стрессовыми обстоятельствами жизни.

Сбои в функционировании психики человека

Сегодня есть все основания говорить о серьезных сбоях в функционировании психической жизни человека, что находит отражение в распространении социальных болезней – алкоголизме, наркомании, игромании, зависимости от тоталитарных культов, в росте пограничных психических состояний, депрессий, суицидов и др. Вероятность попадания человека в трудную жизненную либо в экстремальную ситуацию значительно возросла.

Трудности в определении категории «экстремальная ситуация»

Сложность изучения экстремальных ситуаций в том, что их количество и источники многомерны. Экстремальная ситуация – это не только землетрясение, взрыв на шахте, террористический акт, катастрофа самолета, проживание в районе атомной станции или массовые волнения в обществе. Это еще и хронический страх ребенка, переступающего порог школы, и обстоятельства, когда человек предпринимает попытку совершить суицид, и ситуации, связанные с любым видом насилия. Это и получение физической травмы, следствием которой становится ограничение физических возможностей человека. Сюда же входит и ситуация с бездомными детьми, которых в России, только по официальным данным МВД, насчитывается более 400 тысяч. Перечисление подобных ситуаций можно продолжать достаточно долго.

Попытки классификации экстремальных ситуаций

В психологических исследованиях разрабатываются классификации экстремальных и чрезвычайных ситуаций (часто используемых как синонимы); выделяются трудные, кризисные, травматические ситуации, ситуации массового горя. За основу берутся длительность, источники происхождения и т.д. Вместе тем необходимо отметить, что, несмотря на широкий интерес к психологическим аспектам влияния экстремальных ситуаций на человека, который отмечается в последние годы, состояние этой проблемы характеризуется весьма значительным разнообразием точек зрения, подходов и методических приемов. С одной стороны, это объясняется многообразием видов психических состояний и ситуаций, используемых в качестве эмпирических оснований для нахождения концептуальных моделей. С другой

Уточнение  
определения  
«экстремальная  
ситуация»

стороны, более важным обстоятельством выступает то, что в концептуальном плане психические состояния и ситуации обсуждаются чаще всего отдельно друг от друга, то есть вне системного отношения «человек – окружающая среда».

Чтобы решить эту важнейшую научную задачу, потребуется новый, более высокий уровень обобщения, поиск системы – взаимосвязей и взаимозависимостей, включение психологии экстремальных ситуаций в структуру системного анализа.

Для определения сущности экстремальной ситуации необходимо уточнить, что подразумевается в психологии под понятием «ситуация». Сегодня признаётся необходимость рассмотрения личности не только в аспекте социальных процессов, но и в аспекте естественных социальных ситуаций, в которых личность пребывает. Чаще всего при определении ситуации акцент ставится на ее внешнем характере, и ситуация рассматривается как совокупность внешних условий протекания жизнедеятельности человека, как фрагмент среды.

Мы же придерживаемся другого подхода, когда понимание ситуации рассматривается как результат активного взаимодействия личности и среды. В этом случае появляется возможность выделять объективные и субъективные характеристики ситуации. И тогда ситуация определяется как система субъективных и объективных элементов, объединяющихся в деятельности субъекта. К субъективным составляющим относятся межличностные отношения, социально-психологический климат, групповые нормы, ценности, стереотипы сознания. Отметим, что эти элементы являются и предметом анализа в экстремальной ситуации, но ведущими в ней становятся межличностные отношения. Такой подход дает возможность разграничить понятия «среда» и «ситуация» и одновременно установить их взаимосвязь.

Среда внесубъектна,  
ситуация всегда  
субъективна

Среда – сложное образование, выступающее как физическое, социальное, экологическое и тому подобное окружающее пространство. При этом среда в широком смысле внесубъектна, а ситуация всегда субъективна: она принадлежит тому, кто ее оценивает. Определение ситуации происходит посредством придания значения объективной ситуации; поведение человека обусловлено не столько самим внешним окружением, сколько его интерпретацией этого окружения.

В исследованиях, выполненных в данной парадигме, ситуация описывается как когнитивный конструкт

Психология  
жизненных  
ситуаций

личности, который отражает часть объективной реальности, характеризующейся тем или иным социальным контекстом. Говоря о представленности ситуации в сознании индивида, выделяют: формирование и развитие конструкта ситуации; функционирование конструкта, отражающего ситуацию в качестве элемента целостной системы, представляющей картину мира. Подчеркивается, что ситуация задает контекст восприятия человека, внося упорядоченность в общую картину социального мира. Отметим, что данные заключения сделаны на основе исследования «нормативных» (обыденных) ситуаций социальной жизни. Специфика экстремальной ситуации в том, что она не вносит упорядоченность в общую картину социального мира, а порождает хаос, деформацию сознания.

Можно заключить, что если ситуация понимается как фрагмент среды, то акцентируется прежде всего ее перцептивный аспект. Мы согласны с мнением Л.Ф. Бурлачука и Е.Ю. Коржовой о том, что, рассматривая понятие ситуации, «невозможно обойти вопрос о соотношении личностных и ситуационных переменных – вопрос о преимущественной детерминации поведения человека личностными и ситуационными факторами» [1, с. 10–11]. Большинство психологов сегодня придерживаются двойной детерминации, опираясь на модель личностно-ситуационного взаимодействия, в которой поведение является функцией непрерывного процесса взаимодействия личности и ситуации; личность выступает в роли активного, целенаправленно действующего субъекта; существенными личностными детерминантами поведения являются когнитивные и мотивационные особенности, а существенными ситуационными детерминантами поведения – психологические значения ситуации.

В экстремальной  
ситуации актуально  
наличие личностного  
ресурса

Необходимо подчеркнуть, что для анализа поведения человека в экстремальной ситуации крайне актуальными становятся сохранение возможности позитивной активности, наличие личностного ресурса, резкое изменение психологической значимости ситуации.

В.Н. Мясищев, автор концепции отношений личности, предложил понятие значимой ситуации, подчеркнув уязвимость личности не ко всем, а к определенным факторам среды [2]. В работах других отечественных психологов заложены фундаментальные основы изучения психологических характеристик среды, приведены развернутые дефиниции [3–5]. Отметим важность обобщенного вывода, сделанного в данных исследовани-

Взаимовлияние субъекта и среды

ях, о том, что среда – это условие (или препятствие, в зависимости от ее качества) для развития личности.

Е.О. Лабезная полагала, что «процесс системного взаимодействия человека как субъекта активности и окружающей среды инициируется и обеспечивается взаимовлиянием двух групп факторов – субъекта (перцептивные, когнитивные, эмоциональные, мотивационно-волевые и другие факторы) и среды. Последние представлены факторами ситуации, то есть отраженной в сознании части целостного окружения человека, доступной его чувственному восприятию в течение некоторого промежутка времени и включающей как одиночные стимулы, так и имеющие смысл и значение события. При этом роль ситуационных факторов... изучена гораздо в меньшей степени, чем субъективных переменных» [6, с. 373]. С этим мнением я полностью согласна.

Жизненная ситуация и ее определения

Проанализированные исследования позволяют определить направление классификации: существует категория «жизненная ситуация» (рассматривается как фрагмент среды), к которой могут быть даны (в интересующем нас контексте) следующие определения: значимая, трудная, кризисная, травматическая, экстремальная, чрезвычайная, ситуация риска. Такое разнообразие определений, часто употребляемых как синонимы и лишь иногда разводимых по ряду признаков, значительно усложняет создание единого определения, операционализацию понятия.

Единого определения экстремальной ситуации до сих пор не существует

Следует признать, что единого определения экстремальной ситуации на сегодняшний день не существует. Одну из первых попыток в отечественной психологии определить это понятие предпринял В.Д. Небылицын. Он полагал, что экстремальными, или чрезвычайными, условиями следует считать такие значения элементов ситуации, которые ощущаются и переживаются человеком как источник дискомфорта, и предложил разделить факторы на внешние и внутренние.

Внешние факторы экстремальной ситуации

Внешние факторы экстремальной ситуации характеризуются:

- определенным видом воздействия – его содержательными специфическими особенностями;
- продолжительностью воздействия;
- интенсивностью;
- объективными трудностями в работе или в достижении цели;
- ограниченностью времени для достижения цели;
- дефицитом информации или неопределенностью возможных исходов;

Внутренние факторы  
экстремальной  
ситуации

• физическими, климатическими, гигиеническими и другими экологическими факторами, препятствующими деятельности.

Внутренние факторы экстремальной ситуации характеризуются:

- субъективной значимостью воздействий;
- особенностями предшествующего опыта деятельности в определенных условиях;
- уровнем развития неспецифической (но в то же время индивидуальной) и специфической адаптации: состояние здоровья, выносливость, тренированность и степень развития навыков и умений действовать в данных условиях;
- индивидуальными особенностями человека: индивидуальная выносливость, диапазон функциональных возможностей отдельных систем;
- степенью готовности к деятельности в заданных условиях;
- отношением к деятельности, мотивами и степенью стремления к достижению цели, волевыми качествами личности [7].

Следует сказать, что данная классификация относится к условиям деятельности человека, а не к специфике поведенческих и психических реакций человека в условиях современной трактовки экстремальной ситуации.

Возможные  
смещения значений  
и смыслов понятия

Автор объемного справочника практического психолога по вопросам экстремальной ситуации И.Г. Малкина-Пых включила в свою книгу разделы по вопросам насилия над женщинами и детьми, суицидальное поведение, но в разделе, посвященном классификации экстремальных ситуаций, привела лишь определение чрезвычайной ситуации, рассматривая ее как синонимичную экстремальной. «Чрезвычайная (экстремальная) ситуация (ЧС) – это обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного или иного бедствия, которые могут повлечь за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей» [8, с. 15]. Нетрудно заметить, что под данное определение не попадают многие ситуации, рассматриваемые как экстремальные, и прежде всего социального характера. В частности, это ситуации, связанные с актами насилия в отношении отдельного человека, многие ситуации утраты и другие, вызывающие переживание эмоциональной, когнитивной и поведенческой дезорганизации.

Критические  
(кризисные)  
ситуации  
психотерапии

Следует отметить еще один вид ситуаций, которые в психотерапии определяются как критические, или кризисные. Кризисные ситуации в самом общем виде определяются как ситуации, порождающие дефицит смысла в дальнейшей жизни человека, как ситуации невозможности реализации внутренней необходимости своей жизни (мотивов, стремлений, ценностей и пр.) [9; 10].

Психологическая  
сущность  
экстремальных  
ситуаций

Аналитическая оценка определений класса экстремальных ситуаций позволяет выявить, что их психологической сущностью является несоответствие между уровнем воздействия на психику человека (людей) психотравмирующего фактора (факторов) и теми возможностями, которыми он (они) обладают, чтобы адекватно осуществлять регуляцию жизнедеятельности и психической активности. И тогда мы можем рассматривать ситуацию как часть среды во взаимодействии с психологическим ресурсом личности, одновременно выделяя внешние и внутренние детерминанты.

Безопасность –  
ключевое понятие  
в научной оценке  
проблемы  
психологической  
защищенности  
человека

Дальнейший поиск интегративных характеристик для уточнения сути экстремальной ситуации позволил нам утверждать, что такой характеристикой должна стать категория безопасности. Безопасность для нас – ключевое понятие в социальной и научной оценке обсуждаемой проблемы, путь интегративной оценки проблемы экстремальной ситуации и современной социальной действительности.

Безопасность –  
состояние  
защищенности  
и способность  
справляться  
с неблагоприятными  
воздействиями

Безопасность – состояние защищенности (человека и среды), а также способность отражать неблагоприятные внешние и внутренние воздействия. Как показывают исследования, для всех общественных групп «активно-интегрирующими» ценностями выступают семья, *безопасность*, свобода, гуманизм, которые по своей природе несут мощный заряд общественной консолидации и стабильности. Причем такие ценности, как безопасность, свобода и гуманизм, содержат в себе интегрирующий общество потенциал в случае как социально-профессиональной, так и социально-демографической градации. Следует отметить, что безопасность является наиболее актуализированной и слабо удовлетворенной потребностью, а отсутствие защищенности приводит к расколу общества на множество сообществ – от обычных кругов «своих» («наших») людей до преступных банд и мафиозных сообществ, обещающих защиту в обмен на подчинение. Политики утверждают, что экономика может развиваться только в условиях безопасности. Человек может развиваться только в среде с определенными параметрами. Один из самых существенных пара-

Феноменологическая  
суть экстремальной  
ситуации

метров – безопасность. В рамках нашей профессиональной компетентности наибольший интерес представляют ее психологические характеристики.

Отталкиваясь от психологической сути экстремальной ситуации и рассмотрения ее в аспекте характеристик безопасности как жизненной ситуации человека (в данном случае жизненно опасной), можно предложить следующее определение: *экстремальная ситуация – это ситуация, которая вызывает актуализацию потребности в безопасности и одновременно блокирует ее удовлетворение.*

Экстремальная ситуация психологически опасна для субъекта, так как в ней:

- происходит перегрузка психофизиологических механизмов отражения;
- возникают нерелексированные проявления психической деятельности;
- актуализируются глубинные уровни психической организации (витальные потребности) при их фрустрации;
- снижается уровень автономности личности и волевой регуляции;
- происходит дезорганизация процессов смыслообразования и целеполагания;
- формируются рискованные способы удовлетворения потребностей (прежде всего, потребности в безопасности);
- происходит дезорганизация процессов отражения;
- угнетается вероятностное прогнозирование.

Регуляция  
жизнедеятельности  
человека и общества

Аналогичные психологические опасности специалисты перечисляют как возможные в деятельности профессионалов, у которых ключевым элементом профессиональной технологии выступают непосредственное и опосредованное взаимодействие между ними и клиентом, а также профессиональная деятельность, продуктом которой являются решения, регулирующие базисные стороны жизнедеятельности общества [11]. В этом контексте мы уже вступаем в поле информационно-психологической безопасности.

Актуально обращение к психологической составляющей, к системной перестройке сознания человека. В современной социокультурной ситуации психический мир человека нуждается в защите и поддержке, а сам человек испытывает дефицит защищенности, прежде всего психологической.

Характеристика  
безопасности как  
психологического  
феномена

Психологическая защищенность человека тесно связана с безопасностью. Безопасность – необходимое

условие развития любой системы. Ее основные характеристики – надежность, защищенность, стабильность, сопротивляемость, живучесть. Последняя характеристика – живучесть – используется, например, при оценке возможности подводной лодки выполнять поставленную задачу. Оцениваются живучесть «металла» и живучесть личного состава. С психологической точки зрения интересны показатели живучести личного состава – это обученность, устойчивость и психическое здоровье. Сегодня в нашем обществе мы заложили основы живучести «металла», удовлетворив основные материальные потребности населения. Настало время обратить внимание на живучесть «команды», которая должна иметь психологическую обученность, психологическую устойчивость, защищенность и психическое здоровье.

Значение психологической защищенности и внутреннего ресурса для сопротивления негативным воздействиям

Психологический анализ показывает, что человек, не обладающий психологической защищенностью и внутренним ресурсом сопротивляемости к негативным воздействиям, может быть выведен из строя либо полностью потерять возможность для своего эффективного функционирования. Сегодня существует опасность, что силы, призванные поддерживать защищенность человека на разных этапах его жизни, не подготовлены в аспекте обеспечения психологической безопасности, а значит, могут оказаться деструктивными (без профессионального осознания опасности). Именно поэтому трудно переоценить значение психологического просвещения населения и повышение психологической грамотности профессионалов, работающих с человеком.

Необходимость поиска эффективных путей обеспечения устойчивости психики человека

Всё вышперечисленное имеет отношение к нарушению безопасности человека и диктует необходимость поиска эффективных путей обеспечения и поддержания сопротивляемости человека и общества негативным внутренним и внешним угрозам, а также выработки устойчивости к ним. Значимость исследований по проблеме обеспечения безопасности обусловлена, прежде всего, постоянно возникающими противоречиями, развитие которых может привести любую систему в кризисное состояние, лишит ее устойчивости развития.

У безопасности много лиц

У безопасности много лиц. В своих исследованиях я пыталась найти место психологической безопасности в системе национальной безопасности страны – политической, военной, экономической, социальной, культурной – и на определенном этапе полагала, что психологическая безопасность, наряду с медицинской, генетической, потребительской, образовательной и др., включена в систему социальной безопасности [12].

На данном же этапе осмысления проблемы есть основания утверждать, что для выстраивания классификации видов безопасности более продуктивен другой подход. Существует два главных системообразующих вида безопасности – *физическая* и *психологическая*, а все остальные нанизываются на них как на стержень. И в этом случае мы получаем возможность разделять субъективные и объективные причины и факторы, способствующие или препятствующие сохранению безопасности человека и окружающей его физической и социальной среды.

Физическая и психологическая безопасность – объективное и субъективное. Ситуация – фрагмент среды. Именно эти параметры лежат в основе оценки экстремальности ситуации и выбора главного направления помощи.

Психология безопасности как направление научных исследований

Сегодня есть основания говорить о возникновении нового направления – психологии безопасности, в рамках которого выполняются как теоретические исследования, так и практические программы по обеспечению психологической безопасности в разных социальных сферах и в которое психология экстремальных ситуаций может войти как органичный раздел. Оформление данного направления в отдельную область психологического знания продиктовано необходимостью интеграции теоретических основ исследовательской работы и осмысления технологий практической деятельности специалистов в аспекте психологических характеристик безопасности человека и общества. Такое оформление может решить и важную социальную задачу.

Поле психологических исследований формируется на стыке многих заинтересованных наук

Поле теоретических исследований и практических разработок психологии безопасности формируется на стыке самых разных психологических и непсихологических научных дисциплин: общей и социальной психологии, психологии и психофизиологии труда, педагогической психологии, психологии развития, психотерапии, экстремальной психологии, экологической психологии, а также общей теории безопасности, социологии, психиатрии, медицины и т.д.

Интегративность категории «психологическая безопасность» в том, что ее можно рассматривать:

- *как процесс*, то есть психологическая безопасность создается фактически каждый раз заново, когда встречаются участники социальной среды;
- *как состояние*, обеспечивающее базовую защищенность личности и общества;
- *как свойство личности*, характеризующее ее защищенность от деструктивных воздействий и внут-

Уровни  
рассмотрения  
проблемы  
психологической  
безопасности

ренный ресурс противостояния (сопротивляемости) деструктивным воздействиям.

Интегративность заключается и в том, что психологическую безопасность можно рассматривать:

- *на уровне общества* – как характеристику национальной безопасности, в структуре которой присутствует социальная безопасность, что означает выполнение социальными институтами своих функций по удовлетворению потребностей, интересов, целей всего населения страны, фактически обеспечивая качество жизни и здоровье людей; более того, есть основания полагать, что психологическая безопасность должна быть представлена отдельной строкой;

- *на уровне локальной среды* – это организация, где работает человек, семья, ближайшее окружение, группа друзей;

- *на уровне личности* – это многообразие аспектов сопротивляемости и жизнестойкости: переживания своей защищенности-незащищенности, наличие ресурса сопротивляемости внешним и внутренним деструктивным воздействиям, понимание и представление о психологическом насилии и совладании с его психотравмирующими формами, конкретные поведенческие акты, способствующие или препятствующие нарушению безопасности другого, саморазрушению или конструктивному устойчивому развитию.

Психологическая  
безопасность  
и уровни развития  
человека

Психологическую безопасность можно рассматривать и в соответствии с уровнями развития человека: индивид – личность – субъект деятельности – индивидуальность.

- *на уровне индивида* можно говорить о физической безопасности человека, так как индивид тождественен со своей жизнедеятельностью (отметим, что физическая безопасность человека в большинстве случаев обеспечивается другими людьми, социально-психологический аспект присутствует и на этом уровне);

- *на уровне личности* – это система отношений к разнообразным сторонам действительности и другим людям, это ценности и идеалы, которые определяют поведение (более подробно см. выше);

- *на уровне субъекта деятельности* – это совокупность способов и технологий активности, создающих или снижающих угрозу для другого человека или общества в целом; здесь можно говорить о культуре безопасности в организации;

- *на уровне индивидуальности* как высшего уровня развития человека – это смысложизненные ориентации

Значение целостного анализа социокультурной ситуации	<p>человека, его экзистенциальная сущность, где соединяются физическая и психологическая безопасности человека как смысл бытия и сохранности человечества и социума.</p> <p>Одним из подходов к разработке проблемы является целостный анализ социокультурной ситуации, то есть акцентирование внимания на психологическом анализе среды, в которой осуществляется развитие и функционирование человека и одновременный учет психологического ресурса личности.</p>
Психологическая безопасность среды и личности	<p>Мы рассматриваем структуру психологии безопасности как состоящую из двух разделов: <i>психологическая безопасность среды</i> и <i>психологическая безопасность личности</i>.</p>
Психологическая безопасность среды	<p><i>Психологическая безопасность среды</i> в социальном аспекте определена как состояние среды, свободное от проявлений психологического насилия во взаимодействии людей, способствующее удовлетворению основных потребностей в личностно-доверительном общении и создающее референтную значимость среды и, как следствие, обеспечивающее психологическую защищенность ее участников.</p>
Психологическая безопасность личности	<p><i>Психологическая безопасность личности</i> проявляется в её способности сохранять устойчивость в среде с определенными параметрами, в том числе с психотравмирующими воздействиями, сопротивляться деструктивным внутренним и внешним воздействиям и отражается в переживании своей защищенности/незащищенности в конкретной жизненной ситуации.</p>
	<p>Психологическая безопасность среды и личности – это психологический феномен, определенное состояние. Отталкиваясь от мнения ведущих специалистов по проблеме психологии состояний, мы считаем, что ключевым для понимания сущности психического состояния является понятие согласования меняющихся потребностей, возможностей и условий. Психическое состояние согласовывает потребности и устремления индивида с возможностями и ресурсами, обеспечивая его развитие в конкретных условиях среды. Категория состояния включает в себя понятия разного уровня обобщенности, разной степени распространенности и охвата всего многообразия психической активности. Психическое состояние можно рассматривать на уровне всей психики и отдельных ее сфер. Психическое состояние – это также согласование личностных стремлений и возможностей (психики и организма) с особенностями средовых факторов и силой их воздействия [13; 14].</p>

Состояние безопасности значимо для развития личности

Состояние безопасности необходимо выделять как отдельную область из всех психических состояний в силу его значимости для развития личности.

Из всего многообразия состояний психологической безопасности личности для аналитической оценки можно выделить следующие.

*Первое* – состояние стабильной психологической безопасности (устойчивости личности к внешним и внутренним воздействиям, устойчивость к психотравме).

*Второе* – отсутствие психологической безопасности (подверженность, обусловленная внутренними и внешними факторами, срывам в функционировании личности, проявляющимся в поведении и деятельности).

*Третье* – состояние неустойчивой психологической безопасности (как возможность перехода в первое и второе состояния под воздействием внешних и внутренних факторов).

Любое из перечисленных состояний является предметом психологического внимания и объектом психологической работы и поддержки: *первое* – для развития и укрепления психологического ресурса личности; *второе* – для срочной психологической коррекции и психологической помощи; *третье* – для сдерживания психотравмирующих внешних воздействий и мобилизации внутреннего потенциала. Каждое из этих состояний должно сопровождаться психологической работой с субъектом, но интенсивность и технологии ее будут носить дифференцированный характер. Уровень психологической безопасности личности (нахождение в первом состоянии) может выступать показателем оценки эффективности деятельности, в которую личность включена, и служить нормативным основанием для разработки программ психологической помощи и развивающей психологической работы.

Психология безопасности: предмет, объект, практические задачи и теоретические проблемы

Психология безопасности изучает социопсихологические явления и процессы, возникающие в ситуации угрозы (опасности).

*Предметом* психологии безопасности является психологическая безопасность личности и социальной среды.

*Объектом* психологии безопасности, как и любой другой области психологической науки, является психическая реальность, особенности определения которой в качестве объекта исследования обусловлены характером удовлетворения потребности в безопасности, состоянием защищенности психики от внешних и внутренних угроз, а также характером взаимодействия человека с социаль-

Практические задачи психологии безопасности

ной средой. Таким образом, объект психологии безопасности – психологические характеристики человека, социальной группы, общества как субъектов безопасности.

Практические задачи психологии безопасности:

- профилактика и снижение психологического травматизма на основе использования закономерностей деятельности человека в условиях не только физической, но и психологической опасности, снижение угроз психическому здоровью в социальной среде, мобилизация ресурса сопротивляемости человека;

- разработка основ культуры безопасности в организации, в круг вопросов которой входят: разработка определенных норм поведения; снижение частоты аварий и несчастных случаев; создание условий, где вопросам безопасности уделяется внимание, которое они заслуживают в силу своей значимости; формирование в организации обстановки, когда все ее члены разделяют одни и те же взгляды и убеждения, касающиеся рисков и угроз здоровью; усиление приверженности людей укреплению безопасности; выработка в организации стиля и практических навыков в обеспечении программ по совершенствованию системы безопасности и укреплению здоровья людей; снижение всех форм насилия в межличностном взаимодействии;

- создание образовательных программ подготовки специалистов по вопросам психологической безопасности личности и общества.

Актуальные проблемы психологии безопасности

Актуальными теоретическими проблемами психологии безопасности являются:

- разработка диагностического инструментария для определения уровня психологической безопасности среды и личности;

- определение основных угроз, наносящих ущерб психологической безопасности личности и общества;

- выявление основных характеристик, определяющих безопасное психологическое состояние разных социокультурных и организационных сфер;

- проведение кросскультурных исследований по выявлению особенностей ресурса сопротивляемости человека негативным воздействиям в разных национальных культурах.

Направления теоретических и практических исследований

В психологии безопасности можно выделить следующие направления теоретических и практических исследований:

- психологическая безопасность личности и общества (определение психологического ресурса, обеспечивающего сопротивляемость личности и социальных

групп деструктивному воздействию, выявление психологических факторов, способствующих устойчивому развитию человека и общества в условиях физической и психологической опасности, профилактика психотравматизма и др.);

- психологическая безопасность в различных социальных средах;
- психология экстремальных ситуаций;
- психологическая поддержка людей, находящихся в ситуации повышенного риска (специалисты опасных профессий; люди, проживающие в местах с источниками повышенной опасности – атомными станциями, военными объектами – или с постоянными природными катаклизмами и т.д.);
- информационно-психологическая безопасность;
- психологическая подготовка руководителей по проблемам культуры безопасности в организации;
- кросскультурные особенности психологической безопасности личности и общества (учет национального менталитета и культуры в кризисных и экстремальных ситуациях, при работе с мигрантами и др.).

Системность при оказании психологической помощи в трудной жизненной ситуации

Психологическая безопасность может быть рассмотрена только в контексте проблем безопасности общества и прав человека. Если этих позиций нет, то и о психологической безопасности говорить сложно. Подход к обсуждаемой проблеме требует объединения усилий психологов, юристов, правозащитников. Человеку необходимы не только психологическое сопровождение и защищенность, но и правовая защита, организационный порядок.

Системность нужна не только в установлении психологических взаимосвязей и выстраивании концептуальной системы, поиске места психологии экстремальной ситуации в ней, но и в соединении усилий тех, кто работает с субъективными аспектами среды, и тех, кто работает с ее объективными факторами. Это скорее комплексность, то есть правовые, организационные, координационные и другие аспекты, причем как в категории анализа, так и в категории деятельности специалистов. Важный аспект при соотнесении и выборе сил и средств обеспечения безопасности в экстремальной ситуации – возрастание роли психологических факторов, являющихся системообразующими в комплексном соединении с юридическими, организационными, социальными и медицинскими аспектами.

Предупреждение возникающих опасностей

Значимым положением концепции психологической безопасности личности и общества является предупреждение возникающих опасностей, стремление

противодействовать им на ранней стадии их проявления, то есть необходима система профилактических мероприятий, включающая постоянный мониторинг психологической безопасности социальной среды и отдельного человека.

Специалисты, работающие в направлении снижения опасностей техногенных и экологических катастроф, показали, что предупреждение катастрофы обходится в 15 раз дешевле, чем работа с ее последствиями. Это относится и к психологической работе. Важнейшей психологической задачей является перестройка сознания – от ликвидации последствий катастроф, аварий к их профилактике и оценке риска. Современная последовательность работы с рисками и угрозами такова: предупреждение – выявление – ликвидация последствий.

Это касается и системы предупреждения техногенных и природных катастроф, и это абсолютно приемлемо и к психологической безопасности в любой социальной и организационной структуре, любой социокультурной среде. Задача психологической практики – защита общества от новых проблем, а отсюда вытекает важнейшее направление – профилактика через создание условий, которые способствовали бы решению возникающих проблем.

Устаревает не только географические и политические карты. Сегодня приходится говорить и о том, что существенно устарела так называемая «карта опасности», то есть представления об опасности, существующие в массовом сознании. Некоторые из новых опасностей уже осознаются (например, угроза межнациональных конфликтов, терроризма и т.п.). Другие же остаются вне поля нашего внимания, поскольку их эпицентры расположены в самых непривычных местах.

Теоретические и эмпирические исследования по проблемам психологической безопасности есть та основа, на которой может быть сформулирован категориальный аппарат психологии безопасности как новой отрасли психологической науки. Данная отрасль имеет все основания выступать одной из теоретических основ оказания психологической помощи человеку, находящемуся в сложной жизненной ситуации. Технологической основой такой помощи может выступать риск-ресурсный подход, сущностью которого является выявление психологических рисков и консолидация внутренних и внешних ресурсов, обеспечивающих состояние психологической безопасности человека, понимаемое как сопротивляемость внешним и внутренним негативным воздействиям.

Возникают новые опасности: одни осознаются, иные остаются вне поля внимания людей

Необходимость новой отрасли психологии – психологии безопасности

1. Бурлачук Л.Ф., Коржова Е.Ю. Психология жизненных ситуаций. – М., 1998.
2. Мясищев В.Н. Личность и неврозы. – Л., 1960.
3. Технологии оценки образовательной среды школы / под ред. В.В. Рубцова, И.М. Улановской. – М.; Обнинск, 2010.
4. Панов В.И. Психодидактика образовательных систем: теория и практика. – СПб., 2007.
5. Баева И.А., Лактионова Е.Б. Проблема «человек и среда» в психологии // Безопасная образовательная среда: психолого-педагогические основы формирования. Сопровождения и оценки / под ред. И.А. Баевой, С.В. Тарасова. – СПб., 2014.
6. Лабезная Е.О. Травматическая стрессовая ситуация и посттравматический адаптационный процесс // Психология состояний / под ред. А.О. Прохорова. – СПб., 2004. – С. 373–385.
7. Небылицын В.Д. Психофизиологические исследования индивидуальных различий. – М., 1976.
8. Малкина-Пых И.Г. Экстремальные ситуации: Справочник практического психолога. – М., 2006.
9. Бурмистрова Е.В. Рекомендации по преодолению кризисных ситуаций в образовательной среде // Обеспечение психологической безопасности в образовательном учреждении: практическое руководство / под ред. И.А. Баевой. – СПб., 2006. – С. 121–163.
10. Василюк Ф.Е. Психология переживания: анализ преодоления критических ситуаций. – М., 1984.
11. Кабаченко Т.С. Методы психологического воздействия. – М., 2000.
12. Баева И.А. Психологическая безопасность в образовании. – СПб., 2002.
13. Куликов Л.В. Психология настроения. – СПб., 1997.
14. Прохоров А.О. Предпосылки и история проблемы психических состояний в психологии // Психология состояний / под ред. А.О. Прохорова. – СПб., 2004. – С. 13–17.

#### References

1. Burlachuk L.F., Korzhova E.Yu. *Psihologiya zhiznennyih situatsiy*. Moscow, 1998. (in Russian)
2. Myasishev V.N. *Lichnost i neurozyi*. Leningrad, 1960. (in Russian)
3. *Tehnologii otsenki obrazovatelnoy sredyi shkolyi*. Pod red. V.V. Rubtsova, I.M. Ulanovskoy. Moscow; Obninsk, 2010. (in Russian)

4. Panov V.I. *Psihodidaktika obrazovatelnykh sistem: teoriya i praktika*. St. Petersburg, 2007. (in Russian)
  5. Baeva I.A., Laktionova E.B. Problema "chelovek i sreda" v psihologii. In: *Bezopasnaya obrazovatel'naya sreda: psihologo-pedagogicheskie osnovy formirovaniya. Soprovozhdeniya i otsenki*. Pod red. I.A. Baevoy, S.V. Tarasova. St. Petersburg, 2014. (in Russian)
  6. Labeznaya E.O. Travmaticheskaya stressovaya situatsiya i posttravmaticheskiy adaptatsionnyy protsess. In: *Psihologiya sostoyaniy*. Pod red. A.O. Prohorova. St. Petersburg, 2004, pp. 373–385. (in Russian)
  7. Nebylitsyn V.D. *Psihofiziologicheskie issledovaniya individualnykh razlichiy*. Moscow, 1976. (in Russian)
  8. Malkina-Pyikh I.G. *Ekstremalnyie situatsii: Spravochnik prakticheskogo psihologa*. Moscow, 2006. (in Russian)
  9. Burmistrova E.V. Rekomendatsii po preodoleniyu krizisnykh situatsiy v obrazovatel'noy srede. In: *Obespechenie psihologicheskoy bezopasnosti v obrazovatel'nom uchrezhdenii: prakticheskoe rukovodstvo*. Pod red. I.A. Baevoy. St. Petersburg, 2006, pp. 121–163. (in Russian)
  10. Vasilyuk F.E. *Psihologiya perezhivaniya: analiz preodoleniya kriticheskikh situatsiy*. Moscow, 1984. (in Russian)
  11. Kabachenko T.S. *Metody psihologicheskogo vozdeystviya*. Moscow, 2000. (in Russian)
  12. Baeva I.A. *Psihologicheskaya bezopasnost v obrazovanii*. St. Petersburg, 2002. (in Russian)
  13. Kulikov L.V. *Psihologiya nastroyeniya*. St. Petersburg, 1997. (in Russian)
  14. Prohorov A.O. Predposylki i istoriya problemy psihicheskikh sostoyaniy v psihologii. In: *Psihologiya sostoyaniy*. Pod red. A.O. Prohorova. St. Petersburg, 2004, pp. 13–17. (in Russian)
- 

