

**Т.В. Эксакусто****ОБЕСПЕЧЕНИЕ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ (НА ПРИМЕРЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ ВУЗА)\***

Рост социального неблагополучия, поляризация общества (выделение социальных классов с разным экономическим статусом), рост преступности (терроризм, мошенничество, преступления против личности), снижение частоты и эффективности межличностных контактов приводит к тому, что человек испытывает все большую социальную незащищенность. Соответственно с ростом неблагоприятных социальных условий растет число людей, которые характеризуются разрушением потребности в социальной безопасности, что приводит к снижению удовлетворенности настоящим и отсутствию уверенности в будущем; к разрушению целостности личности, росту страха и тревоги; снижению устойчивости к неблагоприятным воздействиям. Таким образом, очевидно, что в современных условиях все более актуальным становится изучение психологической безопасности посредством исследования системы социальных, прежде всего, межличностных отношений.

Как отмечается в большинстве исследований психологической безопасности, обеспечение безопасности (в соответствии с Концепцией безопасности страны) должно осуществляться на следующих уровнях: межличностном, региональном, национальном (государство, страна) и международном. При этом межличностный уровень можно обозначить как определяющий и базовый для всех последующих, поскольку именно безопасность в системе межличностных связей (поддержание устойчивости, целостности межличностных отношений) обеспечивает функционирование и существование остальных уровней.

Детерминирующий характер социально-психологических условий безопасности дает возможность говорить не просто о психологической безопасности личности, а о социально-психологической безопасности.

Под социально-психологической безопасностью можно понимать состояние, обусловленное наличием гармоничных, приносящих удовлетворение взаимоотношений (взаимосвязей) личности с другими людьми, которые позволяют реализовать духовно-психический потенциал личности в процессе жизнедеятельности, сохранить ее целостность. Можно предположить, что основными показателями социально-психологической безопасности являются:

- гармоничный характер взаимодействий и взаимоотношений;
- удовлетворенность межличностными отношениями;
- чувство защищенности от негативных психологических воздействий (унижений, оскорблений, угроз, принуждений, игнорирования, манипулирования и т.п.) со стороны партнеров по взаимодействию;
- отсутствие напряженности, трудностей, нарушений в отношениях (в том числе в общении).

Очевидно, что, рассматривая таким образом социально-психологическую безопасность, ключевыми понятиями становятся межличностные отношения и общение людей. При этом в контексте социально-психологической безопасности межличностные отношения людей должны рассматриваться с точки зрения отсутствия трудностей, нарушений, деформаций (т.е. снижением затруднений в общении), характеризоваться наличием гармоничности и удовлетворенности отношениями у субъектов.

---

\* Исследование выполнено при финансовой поддержке РГНФ, проект № 0806-00011а

В процессе обеспечения социально-психологической безопасности важно учитывать главный «элемент» любой социальной системы – человека. В этом случае необходимо говорить о целостности развития личностных сфер как показателей устойчивости к различным влияниям извне и собственным негативным переживаниям. Соответственно учет особенностей развития когнитивной, аффективной и поведенческой сфер личности возможен и необходим в условиях оказания ей психологической поддержки с целью развития социально-психологической безопасности.

В рамках данного исследования представляется, что эти задачи возможно решить посредством обеспечения психологического сопровождения личности. В свою очередь обеспечение психологического сопровождения личности возможно в рамках организации специальной службы социально-психологической безопасности, которая может быть организована в условиях различных образовательных и социальных учреждений, в частности в условиях вуза.

Одной из основных целей подобной службы социально-психологической безопасности личности может стать проведение диагностической, коррекционно-развивающей консультативной и просветительской работы с целью повышения психологического здоровья, формирования защищенности и оказания профессиональной (психологической) помощи.

Задачами службы социально-психологической безопасности личности являются:

- изучение индивидуально-психологических особенностей личности: когнитивных процессов, эмоциональной и мотивационной сферы, сферы межличностных отношений (особенностей поведения в межличностных отношениях). Изучение особенностей развития и становления личности. Выявление причин и механизмов нарушений в обучении, развитии, социальной адаптации;
- профилактика и меры по преодолению отклонений в социальном и психологическом здоровье, а также в развитии личности;
- содействие в приобретении психологических знаний, умений, навыков, необходимых для общего развития, достижения успеха в жизни в целом, повышения уровня защищенности (социально-психологической безопасности);
- проведение психологических исследований в области социального развития личности, групповых взаимодействий. Поиск эффективных методов социально-психологического воздействия.

Реализация поставленных задач может осуществляться в двух формах: индивидуальной и групповой. Индивидуальная работа (психодиагностика и психокоррекция) проводится, прежде всего, с целью выявления причин и механизмов нарушений и деформаций в развитии, социальной адаптации; а также с целью разрешения проблем и внутриличностных конфликтов, затрудняющих развитие и становление личности. Групповые формы работы проводятся с целью профилактики отклонений в социальном и психологическом здоровье личности, помощи в стабилизации их эмоционального состояния и межличностных отношений, а также направлены на содействие в приобретении личностью психологических знаний, умений, навыков, необходимых для общего и профессионального развития.

Рассмотрим представленные формы и направления деятельности службы обеспечения социально-психологической безопасности с учетом развития, формирования и когнитивной, эмоционально-волевой и поведенческой сфер личности (на примере работы Центра психологической безопасности личности Технологического института Южного федерального университета в г. Таганроге).

1. Когнитивная сфера. Способность оперировать гипотезами при решении интеллектуальных задач и способность анализировать абстрактные идеи, искать ошибки и логические противоречия в абстрактных суждениях – всем этим должен обладать взрослый человек.

Данные способности могут формироваться и развиваться в процессе обучения. Таким образом, в процессе обучения студента, важно активизировать его психический потенциал, развить заинтересованность в освоении сложного учебного материала. Такая работа позволит повысить активность и инициативу, активизировать психическую деятельность, дать ощущение свободы и раскованности, что, безусловно, окажет влияние на рост социально-психологической безопасности личности (ее психологическую защищенность). При этом особенно важно для студенческой молодежи владеть системой знаний о тех трудностях, нарушениях, деформациях, которые могут сопровождать межличностные отношения: манипуляции (в том числе манипуляции сознанием), конфликты, затруднения в общении. Основными направлениями работы могут соответственно являться: диагностика интеллекта и познавательных процессов; организация факультативных занятий по теме: «Понятие познавательных процессов, их общая характеристика», «Психология манипуляции», «Психология конфликта» «Затрудненное общение и барьеры общения».

2. Эмоционально-мотивационная сфера. Развитие и коррекция эмоционально-мотивационной сфер личности, особенно личности студента, характеризуется некоторой спецификой. У молодых людей на первое место выдвигаются мотивы, связанные с жизненным планом личности, ее намерениями в профессиональном становлении, ее мировоззрением. При этом достаточно высокой остается мотивация и интерес молодых людей к взаимодействию друг с другом. В этом взаимодействии, возникают чувства и эмоции, которые проявляются по-новому либо возникают впервые. Их распознавание и адекватная оценка вызывают затруднения у молодых людей. В связи с этим – серьезной проблемой становится рост алекситимии, выражающейся в трудностях осознания и выражения эмоциональных состояний. Необходимо также отметить, что переживания личности (характеризующейся сформированной Я-концепцией, системой социальных установок) становятся глубже, появляются стойкие чувства, широкий круг явлений социальной действительности воспринимается безразлично и порождает различные эмоциональные состояния, настроение. Задача психолога – научить человека правильно относиться к своим переживаниям, избегать «застревания аффекта». Таким образом, основными направлениями работы в этом случае являются: организация психокоррекционных (тренинговых и психотерапевтических) групп, основной целью которых является расширение зоны осознания себя, своих потребностей и чувств, работа с негативными эмоциональными переживаниями (в рамках гештальт-групп, групп арт-терапии, групп телесной и танцевальной терапии); организация факультативных занятий по темам: «Эмоционально-волевые процессы», «Трудности в выражении эмоций», «Аффект, стресс, фрустрация», «Понятие тревоги и тревожности» и т.п.

3. Поведенческая сфера. Для человека любой возрастной и социальной группы, общение – важная доминанта жизнедеятельности. Установление социальных контактов: личных и деловых, повседневных и профессиональных, эмоциональных и рациональных, зависит от коммуникативных способностей человека, его коммуникативной компетентности. Во многом, именно от того, как будет развита система межличностных отношений, зависит социально-психологическая безопасность личности. Умение наладить отношения, установить связи с другими людьми приводит к удовлетворенности человека своей жизнью, умению противостоять негативным воздействиям извне (манипуляции, психотравмирующему воздействию). С другой стороны, налаживание межличностных отношений может сопровождаться специфическими (психологическими и коммуникативными) затруднениями, барьерами, деформациями, что приводит к ощущению одиночества, дискомфорту, напряженности, боязни быть непонятым и снижает чувство защищенности человека. В связи с этим, важными задачами коррекционной работы являются: формирование навыков эффективных способов общения; развитие умения слушать и понимать собеседника; развитие рефлексивных способностей и коммуникативной компетентности; фор-

мирование адекватных поведенческих паттернов в ситуациях затрудненного общения. Поставленные задачи могут быть реализованы: в процессе диагностики коммуникативных и организаторских способностей, уровня развития невербальной коммуникации, уровня коммуникативной компетентности, способности работать в команде и т.д.; в создании групп социально-психологического тренинга, работа которых направлена на развитие коммуникативных навыков и приобретение навыков взаимодействия с другими, развитие уверенного поведения, эффективное преодоление ситуаций затрудненного общения.

На фоне развития отдельных компонентов происходит формирование Я-концепции личности, самосознания, мировоззрения, что является центральным звеном развития и становления личности. Самосознание и мировоззрение человека являются определяющими для социально-психологической безопасности личности. Чем более целостной и сбалансированной является личность, тем более устойчивой к негативным воздействиям и переживаниям она будет, тем более высокой будет ее социально-психологическая безопасность.

В заключение важно подчеркнуть, что в современных условиях, отличительной чертой которых является неустойчивость социальной системы, усиливается зависимость безопасности социальной системы от компетентности отдельного человека как субъекта социального управления и эффективности обеспечения собственной безопасности. Специально организованная психологическая служба вуза, позволит формировать в рамках вузовского обучения не только специалиста, но и субъекта социально-психологической безопасности, владеющего навыками социальной перцепции и интеракции, навыками работы в командах, умеющего противостоять негативным влияниям социальной среды.

УДК 159.9

Д.С. Никулина

### **ПОДХОДЫ К ОПРЕДЕЛЕНИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ**

Актуальность исследования эмоционального благополучия связана с увеличением интереса специалистов различных профилей – медицинского, экономического, психологического – к проблемам эмоционального здоровья нации. Согласно данным ряда специалистов (С. В. Воликова, Н. Г. Гаранян, В. В. Николаева, С. В. Мальхина, А. Б. Холмогорова и др.), наблюдается возрастание нарушений эмоционального здоровья современного человека [10].

В свою очередь сложившаяся ситуация в области эмоциональной жизни современного человека требует нового подхода к ее изучению и тем проблемам, которые наблюдаются в этой сфере в настоящее время [10].

Нам представляется, что во многом через разработку понятия «эмоциональное благополучие» могут быть раскрыты и более глубоко поняты затруднения в эмоциональной сфере современного человека. Категория эмоционального благополучия в целом более объемна, чем категория эмоционального здоровья. При определении здоровья Всемирной организацией здравоохранения использовалось именно понятие благополучия, так как оно помогает отойти от дихотомии «здоровье» – «болезнь» (от исключительно санцентристского подхода) [2] и рассматривать человека и его проблемы системно [2, 8].

Однако использование понятия эмоционального благополучия в качестве самостоятельной, полноценной категории, которая бы позволила системно изучать эмоциональные затруднения человека, во многом осложняется тем, что в самой психологии исследования эмоционального благополучия/неблагополучия носят нечеткий и несистематизированный характер. Таким образом, обобщение и дополнение знаний разных подходов – как практи-