

5. Уилбер К. Око духа: Интегральное видение для слегка свихнувшегося мира / К. Уилбер; Пер. с англ. В. Самойлова / Под ред. А. Киселева. – М.: ООО «Изд-во АСТ» и др., 202. – 476 с.
6. Непомнящий А.В. Информационная безопасность и гуманизация технического образования // Известия вузов. Электромеханика. – 2002 - № 1. – С. 70-78.
7. Психологический словарь / Под ред. В.П. Зинченко, Б.Г. Мещерякова. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. Педагогика – Пресс, 1998. – 440 с.
8. Маклаков А.Г. Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2005. – 583 с.
9. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии URL: <http://azps.ru/hrest/28/43343.html> (дата обращения 23.12.10)
10. Кулик А.И. и Юрченко А.В. Рефлексия и представление как механизм и результат формирования мировоззрения человека // Научные проблемы гуманитарных исследований. – 2011. – № 3. – С. 182-188.

Статью рекомендовал к опубликованию д.м.н., доцент Б.И. Марченко.

Юрченко Александр Владимирович

Технологический институт федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Южный федеральный университет» в г. Таганроге.

E-mail: avy80@yandex.ru.

347922, г. Таганрог, ул. Чехова, 2.

Тел.: 88634312016.

Кафедра психологии и безопасности жизнедеятельности; соискатель.

Yurchenko Alexandr Vladimirovich

Taganrog Institute of Technology – Federal State-Owned Educational Autonomy Establishment of Higher Vocational Education “Southern Federal University”.

e-mail: avy80@yandex.ru.

2, Chekhov Street, Taganrog, 347922, Russia.

Phone: +78634312016.

The Department of Psychology and Safety of Existence; Competitor.

УДК 37.012

Т.В. Эксакусто

**РАЗВИТИЕ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ
СТУДЕНТОВ В УСЛОВИЯХ ТРЕНИНГОВОЙ РАБОТЫ**

Рассматривается социально-психологическая безопасность как состояние динамического баланса, обусловленное наличием гармоничных, приносящих удовлетворение взаимоотношений, характеризующихся защищенностью. Описываются основные правила создания программ психологического сопровождения студенческой молодежи. Обращается внимание на необходимость формирования целостности личности, ее самосознания, мировоззрения, что является центральным звеном развития и становления субъекта безопасности.

Социально-психологическая безопасность; отношения субъекта; удовлетворенность; гармоничность; защищенность; социально-психологический тренинг.

T.V. Eksakusto

**DEVELOPMENT OF SOCIALLY-PSYCHOLOGICAL STUDENTS' SAFETY
IN THE TRAINING**

The social-psychological safety is considered as the state of dynamic balance dependent on the presence of harmonious, satisfying interrelations characterized by immunity. Basic rules of a program of psychological support are described. The report pays attention to the necessity of for-

mation individual's integrality, his self-awareness, his world outlook which is the centre joint in the development and achievement of subject of safety.

Social-psychological safety; subject's relations; satisfaction; harmonicity; immunity; social-psychological training.

Задачи социально-экономического, политического, духовного развития общества невозможно решить без изменений и инновационных преобразований во всех областях жизни человека. Однако изменения общественного, «внешнего» характера не возможны без развития и изменений самосознания отдельного человека. Данный принцип распространяется на все основные сферы жизнедеятельности современного человечества, затрагивая и сферу его безопасности. Многообразие исследований психологической безопасности раскрывает различные аспекты данного явления. Систематизация этих исследований позволяет говорить о существовании разных направлений в изучении безопасности [1]:

1) *психология безопасной деятельности* (изучает человека в различных видах деятельности, в том числе на объектах высокого риска, в экстремальных и чрезвычайных ситуациях, с точки зрения человеческого (психологического) фактора в обеспечении безопасности деятельности);

2) *психологические аспекты безопасности в чрезвычайных ситуациях* (затрагиваются проблемы психотравмирующих воздействий экстремальных ситуаций на человека, разрабатываются формы и методы работы по оказанию психологической помощи, методики психологической адаптации спасателей к воздействию психотравмирующих условий и способы их реабилитации);

3) *психологическая безопасность среды* (объектом изучения является пространство «среда – человек», а предметом – информационные, социальные, предметно-пространственные и другие характеристики среды и условия жизнедеятельности, способные оказывать влияние на психику, сознание, личность, поведение человека, нарушая, тем самым, его безопасность);

4) *психологическая безопасность как самостоятельный феномен* (в качестве «носителя» и сферы локализации феномена безопасности рассматривается не среда, а сам человек; при этом человек, а именно его психика или психологические свойства рассматриваются, во-первых, как объект безопасности (охраняемый объект), во-вторых, как фактор опасности-безопасности (например, собственной жизнедеятельности), в-третьих, как сфера отражения, локализации чувства безопасности, в-четвертых, как источник, управляющая инстанция, порождающая свойства субъекта безопасности.).

При всем многообразии современных исследований психологической безопасности, тем не менее, эта проблема остается малоизученной, с точки зрения межличностных отношений (МЛО) и общения. Нужно подчеркнуть, что МЛО могут способствовать как нарушению, так и обеспечению безопасности человека (причем безопасности человека и как объекта, и как субъекта воздействия). Соответственно МЛО как обуславливающие психологическую опасность – безопасность позволяют говорить о социально-психологической безопасности (СПБ) как явлении, возникающем в условиях человеческих взаимоотношений и общения. При этом социально-психологическая безопасность должна рассматриваться с точки зрения подхода, где сферой локализации безопасности является сам человек, а не среда. Именно такой подход может стать одним из перспективных, так как именно человек как субъект своей жизни: активный, «деятельный» [2], общающийся (совокупность его индивидуально-психологических особенностей и, прежде всего, его система взглядов, мировоззрений, отношений к миру) способен оценивать свою опасность-безопасность, преодолевая угрозы различного генеза в системе межличностных отношений и общения.

Проведенный нами теоретический и эмпирический анализ позволил предположить, что социально-психологическая безопасность – состояние динамического баланса (соответствия) внутреннего потенциала субъекта и угрожающих условий различного генеза, проявляющееся в наличии гармоничных, приносящих удовлетворение взаимоотношений, характеризующихся защищенностью (отсутствием деформаций, нарушений и трудностей, а также толерантностью в отношениях). Основными свойствами социально-психологической безопасности выступают *интегральность* (как совокупность всех полюсов отношений), *целостность* («неделимость», «взаимосвязанность» внутреннего и внешнего как системы отношений), *динамичность* (как естественная изменчивость, подвижность отношений субъекта к миру, другим и себе, возможность личностного развития).

Разработанная модель социально-психологической безопасности [3] позволяет упорядочить имеющиеся представления, выделить важнейшую составляющую социально-психологической безопасности субъекта, которой является его потенциал, что позволяет проследить весь «путь» возникновения, поддержания и развития СПБ: от потенциала к балансу характеристик субъекта (и их взаимосвязи) и собственно к социально-психологической и психологической безопасности.

Полученные в процессе изучения социально-психологической безопасности результаты показывают необходимость проведения психокоррекционной работы, направленной на повышение социально-психологической безопасности, что позволит улучшить межличностные отношения субъекта, сделать его взаимоотношения с другими безопасными, гармоничными, приносящими удовлетворение. Обеспечение поддержки человека на пути приобретения им субъектных качеств, развития потенциала СПБ должно осуществляться с опорой на такие качества личности, как активность и целостность (в противном случае, человек становится объектом внешних влияний и психического манипулирования).

Нужно также учитывать тот факт, что особую актуальность приобретает работа с молодежью как активным деятелем (субъектом) собственного жизненного пути. Связано это с тем, что, с одной стороны, молодежь является наиболее уязвимой частью общества, на которую нацелено большинство приемов манипулятивного воздействия (социального, политического, экономического), с другой стороны, молодые люди наиболее открыты и пластичны к новому опыту в плане распознавания и обучения противодействию негативному психологическому влиянию извне. При этом именно молодежь является той группой, которая определяет формирование личностных, профессиональных, социальных ресурсов общества, ресурсы конкурентоспособности на государственном и международном уровне. А психологическое сопровождение студентов (предполагающее диагностику индивидуально-психологических особенностей молодежи, развитие ее личностных и субъектных свойств, творческого потенциала) позволяет формировать не только профессионала, конкурентоспособного на рынке труда, но и субъекта безопасности, субъекта собственной жизни.

Создавая программы психологического сопровождения молодежи (студентов), важно учитывать все сферы личностного, субъектного становления и развития: когнитивную, аффективную, поведенческую, а также потенциал личности. В соответствии с указанными предпосылками изучения социально-психологической безопасности была разработана (2009–2010 гг.) и апробирована (2010–2011 гг.) программа тренинга развития социально-психологической безопасности субъекта отношений (Т.В. Эксакусто, Н.А. Живая).

Целью тренинговой программы стало развитие социально-психологической безопасности субъектов и их потенциала СПБ.

Основной составляющей программы является работа, направленная на развитие и коррекцию основных компонентов СПБ: гармоничность отношений, удовлетворенность отношениями, защищенность в отношениях (отсутствие трудностей и барьеров, наличие толерантности в отношениях), а также потенциала социально-психологической безопасности субъекта (его ценностных и смысложизненных ориентаций, самосознания, жизнестойкости, целеустремленности).

Основная идея тренинговой программы заключается в том, чтобы помочь человеку в самопознании, в осознании и понимании своих отношений с окружающими, удовлетворенности ими, гармоничности, защищенности; способствовать развитию потенциала и тем самым росту его социально-психологической безопасности.

Задачами тренинга стали следующие:

1. Создать условия для формирования стремления к самопознанию, к погружению в свой внутренний мир и ориентации в нем, для развития способности понимать свои переживания, выражать и контролировать их в процессе взаимодействия с окружающими.
2. Способствовать формированию гармоничности в межличностных отношениях.
3. Способствовать развитию способности открыто выражать свои чувства, развитию удовлетворенности межличностными отношениями.
4. Способствовать формированию защищенности в межличностных отношениях: снижению барьеров в общении, развитию толерантности.
5. Способствовать развитию потенциала СПБ субъектов: осознанию целей, ценностей, смысложизненных ориентаций, личностному росту.

В тренинговую группу вошли студенты технических и гуманитарных специальностей ТТИ ЮФУ, в возрасте 19–23 года. Численный состав группы 12 человек: юноши и девушки. Отбор в группу проводился на добровольной основе и на основе данных результатов диагностики.

Обратимся к результатам диагностики участников группы до начала тренинговой работы. Необходимо отметить, что перед проведением тренинга участники характеризовались средним с тенденцией к низкому показателем СПБ (ср.зн.=38,8), что позволяет говорить о недостаточно благоприятных отношениях с окружающими. Некоторые участники группы (70 %) хотели бы изменить свои отношения, так как они их не устраивают. Изучение у респондентов отношения к своим межличностным отношениям показало, что оно является амбивалентным ($k=15,5$), с тенденцией к негативному. Большинство участников группы ассоциируют свои взаимоотношения (методика ЦТО) с красным и зеленым цветом, оценивая свои отношения с окружающими как дружелюбные, стабильные, динамичные, в которых они могут проявлять свою активность, но в некоторых ситуациях респонденты склонны проявлять эгоизм, ревность и упрямство, что неблагоприятно сказывается на взаимоотношениях. Данные результаты позволяют говорить о не высокой удовлетворенности своими взаимоотношениями с окружающими. При этом для участников группы была характерна относительно высокая гармоничность (ср.зн.=22,8, по самоотчетам респондентов), однако при этом отмечается высокая осторожность в отношениях и недоверие к окружающим, о чем свидетельствуют результаты по показателю отчужденности (ср.зн.=36,3). До начала тренинговой работы большая часть респондентов (67 %) характеризовалась наличием средней коммуникативной толерантности (ср.зн.=62). Респонденты стремятся проявлять терпение по отношению к окружающим, однако они склонны использовать себя в качестве эталонов при оценке поведения и образа мыслей других людей.

Изучение потенциала СПБ участников группы показало, что для них характерны недостаточно сформированные смысложизненные ориентации (ср.зн.=138,7), не

высокая жизнестойкость (ср.зн.=81,3). Участники группы недостаточно уверены в себе, в своих возможностях эффективно преодолевать трудности, они могут бросить начатое дело, если их постигла неудача, так как им не всегда хватает сил двигаться дальше, к успеху. Они не всегда проявляют свою активность, а также не всегда готовы пойти на риск.

Проведенная тренинговая работа показала наличие достоверно значимых различий по всем показателям СПБ. Так, сравнительный анализ результатов показателей социально-психологической безопасности всех трех срезов (до тренинговой работы, сразу после ее окончания и спустя два месяца после завершения тренинга) в тренинговой группе показал следующее.

Суммарный показатель социально-психологической безопасности (по результатам авторской методики «Социально-психологическая безопасность субъекта отношений») до, после и спустя 2 месяца после завершения тренинговой работы в экспериментальной группе повысился, при достоверно значимых различиях ($\chi^2_{\text{эмп.}}=21,1$). Респонденты после завершения тренинга отмечали, что их отношения с окружающими стали более доверительными и притягательными, приносящими такие положительные эмоции, как интерес и радость. Также было выявлено то, что данные взаимоотношения оцениваются ими как малоопасные, и они ими удовлетворены.

Одним из компонентов СПБ является удовлетворенность отношениями. Анализ результатов показателя удовлетворенности по методике СПБ показал, что различия являются достоверно значимыми ($\chi^2_{\text{эмп.}}=18,7$). Полученные результаты можно объяснить тем, что в тренинговой программе использовались техники, направленные на развитие умений понимать и выражать свои чувства, а также развитие открытости во взаимоотношениях. В обратной связи участники группы после завершения тренинга отмечали, что стали больше доверять людям, а отношения с окружающими стали приносить им позитивные эмоции.

Сравнительный анализ по показателю гармоничности показал его повышение только на уровне тенденций, при отсутствии достоверно значимых различий. Это можно объяснить тем, что до начала тренинга показатели гармоничности были также на достаточно высоком уровне, а отношения характеризовались взаимопониманием. Однако тренинговая работа повлияла на различия по показателям отчужденности ($\chi^2_{\text{эмп.}}=23,1$), и агрессивности ($\chi^2_{\text{эмп.}}=19,25$) в отношениях, что подтверждается значимыми различиями. В процессе тренинга студенты экспериментальной группы развивали навыки установления контакта, проявляя свою активность и открытость, развивая доверительные качества по отношению к окружающим, стремились снять эмоциональное напряжение, а именно эти характеристики лежат в основе отчужденности и агрессивности.

Сравнивая результаты по показателю толерантности, можно сказать, что значимыми оказались различия по суммарному значению коммуникативной толерантности ($\chi^2_{\text{эмп.}}=25,3$). Достоверные различия были выявлены также по показателям «Стремления переделать партнера» ($\chi^2_{\text{эмп.}}=19,1$), «Стремление подогнать партнера под себя» ($\chi^2_{\text{эмп.}}=18,9$), а также «Использование себя в качестве эталона при оценке других» ($\chi^2_{\text{эмп.}}=20,4$). Можно заключить, что студенты, принимающие участие в тренинге, не стремятся переделать партнера по общению, сделать его «удобным» для взаимоотношений, так как это может существенно снизить эффективность общения. Участники группы в большей степени стали осознавать необходимость оценивать партнера по взаимоотношениям, с точки зрения его уникальности и неповторимости, которую необходимо учитывать для развития эффективности отношений. В частности, представители экспериментальной группы после окончания тренинговой работы отмечали, что стали терпимее по отношению к

медлительным людям, которые постоянно жалуются на жизнь, меньше стали поучать окружающих, делая им замечания различного рода. Данные изменения в осознании своих отношений можно объяснить тем, что в тренинговой программе использовались техники, направленные на оценку собственной толерантности, развитие своих толерантных качеств (одним из способов стало формирование адекватных реакций в различных ситуациях взаимоотношений, которые моделировались в ролевых играх).

Статистический анализ результатов ценностных и смысложизненных ориентаций в экспериментальной группе до начала тренинга, после него и спустя 2 месяца после его завершения, показал наличие достоверно значимых различий ($\chi^2_{\text{эмп.}}=22,8$). Рассматривая отдельные показатели, необходимо указать, что наличие достоверных изменений было выявлено по шкале «процесс жизни» и «результативность жизни». Так в процессе сбора обратной связи респонденты отмечали, что они стали стремиться ставить перед собой цели и добиваться их, и даже в самых неблагоприятных ситуациях искать позитивные моменты. В рамках тренинга студенты развивали способность ставить перед собой конкретные цели, рассматривали возможные пути достижения этих целей, составляя план действий. Они учились оценивать собственный вклад в достигнутое, оценивая свои успехи и неудачи, и на основе этой оценки двигаться вперед, совершенствуя себя и свою жизнь (упражнения «Сказочная метафора моей проблемы», «Преодоление препятствий» и т.п.).

В процессе проведения тренинговой работы были обнаружены достоверно значимые различия по показателю жизнестойкости ($\chi^2_{\text{эмп.}}=18,75$). Данные различия свидетельствуют о росте жизнестойкости в целом, что препятствует возникновению внутреннего напряжения в стрессовых ситуациях за счет стойкого совладания со стрессами и восприятия их как менее значимых. Результаты по показателю вовлеченность и контроль также показали наличие достоверно значимых различий. Данные изменения проявлялись как в поведении участников в процессе тренинга (они с течением времени проявляли большую заинтересованность и стремление разобраться в своих трудностях и найти эффективный способ решения), так и в их обратной связи, где они отмечали, что стараются быть в курсе всего происходящего с ними, контролировать свою жизнь, а также могут влиять на результат всего происходящего в их жизни

Таким образом, можно говорить об эффективности психокоррекционной работы, направленной на развитие и совершенствование социально-психологической безопасности. При этом важно подчеркнуть, что для эффективного преодоления опасностей человек должен не только владеть специальными знаниями, приемами, способами обеспечения безопасности, но и находиться в позиции субъекта жизненного пути. Только учитывая в процессе психокоррекционной работы эти два аспекта, оказывая человеку психологическую поддержку и помощь в преодолении опасностей и в развитии ценностных и смысложизненных ориентаций, его самосознания (в контексте межличностных отношений и общения) возможно способствовать развитию социально-психологической безопасности.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Эксакусто Т.В. Лызь Н.А. Психологическая безопасность в проблемном поле психологии // Сибирский психологический журнал. – Томск: ТМЛ-Пресс, 2010. – № 37. – С. 86-91.
2. Брушлинский А.В. Психология субъекта / Отв. ред. В. В. Знаков. – СПб.: Алетейя, 2003. – 272 с.
3. Эксакусто Т.В. Модель социально-психологической безопасности субъекта отношений // Известия ЮФУ. Технические науки. – 2010. – № 10 (111). – С. 232-238.

Статью рекомендовала к опубликованию д.п.н., профессор Е.Н. Каменская.

Эксакусто Татьяна Валентиновна

Технологический институт федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Южный федеральный университет» в г. Таганроге.

E-mail: etv01@yandex.ru.

347922, г. Таганрог, ул. Чехова, 2.

Тел.: 88634312016.

Кафедра психологии и безопасности жизнедеятельности; к.псих.н.; доцент.

Eksakusto Tat'yana Valentinovna

Taganrog Institute of Technology – Federal State-Owned Educational Autonomy Establishment of Higher Vocational Education “Southern Federal University”.

E-mail: etv01@yandex.ru.

2, Chekhov Street, Taganrog, 347922, Russia.

Phone: +78634312016.

The Department of Psychology and Safety of Existence; Associate Professor.