

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ УКРАЇНИ
«КИЇВСЬКИЙ ПОЛІТЕХНІЧНИЙ ІНСТИТУТ ІМЕНІ ІГОРЯ СІКОРСЬКОГО»

«ПСИХОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА ОСОБИСТОСТІ»

Комплекс навчально-методичного забезпечення

для підготовки аспірантів за спеціальністю

053 «Психологія»

очна форма навчання

Рекомендовано Вченою радою ФСП НТУУ «КПІ імені Ігоря Сікорського»

КИЇВ –2016

Психологічна безпека особистості: комплекс навчально-методичного забезпечення для підготовки аспірантів за спеціальністю 053 «Психологія» Укл.: Ложкін Г.В., Чукавіна Т.Е. – К. : НТУУ «КПІ імені Ігоря Сікорського», 2016. – 47 с.

Навчальне видання

Психологічна безпека особистості
Комплекс навчально-методичного забезпечення аспірантів
спеціальності 053 Психологія
очна форма навчання

Укладачі: *Ложкін Георгій Володимирович*, професор кафедри психології і педагогіки, д. псих. н.;

Чукавіна Тетяна Едуардівна, викладач кафедри психології і педагогіки.

Відповідальний редактор: *Воляннюк Наталія Юріївна*, професор кафедри психології і педагогіки, д. псих. н.

Рецензент: *Чепульченко Тетяна Олексіївна*, доцент кафедри публічного права, канд. юрид. н., завідувач кафедри публічного права

Анотація навчальної дисципліни «Психологічна безпека особистості»

«Психологічна безпека особистості» – галузь наукової психології, яка вивчає психологічні загрози різного походження, що набувають вельми широкого впливу у сучасному світі; визначає стратегії забезпечення психологічної безпеки людини в життєвому середовищі. Можна виділити такі підходи до розуміння психологічної безпеки: психологічна безпека як соціокультурний феномен; психологічна безпека особистості як стан її захищеності та цілісності особистісного утворення; психологічна безпека з точки зору безпеки середовища; психолого-екологічна безпека; соціально-психологічна безпека як стан захищеності особистості в соціумі; інформаційно-психологічна безпека особистості і середовища тощо.

Аннотация учебной дисциплины «Психологическая безопасность личности»

«Психологическая безопасность личности» - отрасль научной психологии, изучающая психологические угрозы различного происхождения, приобретающие весьма широкое влияние в современном мире; определяет стратегии обеспечения психологической безопасности человека в жизненной среде. Выделяют следующие направления в изучении психологии безопасности: психологическая безопасность как социокультурный феномен; психологическая безопасность личности как состояние ее защищенности и целостности личностного образования; психологическая безопасность с точки зрения безопасности среды; психолого-экологическая безопасность; социально-психологическая безопасность как состояние защищенности личности в социуме; информационно-психологическая безопасность личности и среды и т.д.

Annotation for discipline «Psychological security of personality»

«Psychological security of personality» - the branch of scientific psychology that examines the psychological threat of different origin that becomes very wide influence in the modern world; defines the strategy of psychological safety of human in life environment. Can be selected the following approaches to understanding the psychological security: psychological security as a sociocultural phenomenon; psychological security of personality as a condition of its security and integrity of personal formation; psychological security in terms of security environment; psychological and environmental safety; social and psychological security as a condition of protection of the individual in society; information and psychological security of the individual and the environment and so on.

З М І С Т

I.	Загальні відомості.....	5
II.	Розподіл навчального часу.....	5
III.	Мета і завдання навчальної дисципліни.....	6
IV.	Зміст навчального матеріалу.....	7
1.	Розподіл навчального часу за темами.....	8
2.	Лекційні заняття.....	10
3.	Практичні (семінарські) заняття.....	33
4.	Самостійна робота аспіранта.....	37
V.	Контрольні роботи.....	41
VI.	Методичні вказівки.....	41
VII.	Рекомендована література.....	42
Додаток 1.	Рейтингова система оцінювання.....	43
Додаток 2.	Орієнтовні теми рефератів.....	46
Додаток 3	Перелік питань до іспиту.....	47

I. ЗАГАЛЬНІ ВІДОМОСТІ.

Навчальна дисципліна «Психологічна безпека особистості» передбачена навчальним планом факультету соціології і права Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського» (НТУУ «КПІ ім. Ігоря Сікорського»), розробленим відповідно до третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти за спеціальністю 053 «Психологія».

Навчальна дисципліна має варіативний статус і належить до дисциплін загальної підготовки аспірантів. «Психологічна безпека особистості» – галузь наукової психології, яка вивчає психологічні загрози різного походження, що набувають вельми широкого впливу у сучасному світі. Визначення стратегій забезпечення психологічної безпеки людини в життєвому середовищі обумовлює актуальність вивчення дисципліни "Психологічна безпека особистості".

Предметом навчальної дисципліни «Психологічна безпека особистості» є психологічний аспект безпеки людини в різноманітних видах діяльності і в умовах соціального середовища.

Навчальну базу дисципліни «Психологічна безпека особистості» становлять знання отримані при вивченні різноманітних курсів, що спрямовані на розкриття загальних закономірностей і механізмів безпеки особистості, а також формування вмій та навичок науково-обґрунтовано пояснювати психологічні факти.

Навчальна дисципліна «Психологічна безпека особистості» вивчається протягом одного семестру, в загальному обсязі 210 годин: аудиторної роботи – 18 годин, з яких лекції – 10 годин, практичні заняття 8 годин; самостійна робота 192 години. Розподіл навчального часу та темами наведено у тематичному плані.

Методичні рекомендації містять **плани лекційних та практичних занять**, що дає можливість аспірантам ознайомитися із лекційним змістом навчального матеріалу, який опрацьовувався на відповідних заняттях.

Навчальний матеріал занять, на яких аспіранти були відсутніми, вивчається ними самостійно; контроль засвоєння матеріалу при цьому здійснюється в порядку, визначеному положенням про РСО.

Методика оцінювання рівня засвоєння матеріалу навчальної дисципліни передбачає використання рейтингової системи оцінювання. Шкала оцінювання – університетська. Формою семестрового контролю є усний іспит.

II. РОЗПОДІЛ НАВЧАЛЬНОГО ЧАСУ

Розподіл навчальних годин навчальної дисципліни викладено відповідно до робочого навчального плану.

Форма навчання	Всього Кредитів	Розподіл навчального часу за видами занять				Семестрова атестація
		Годин	Лекції	Практичні заняття	СР	
<i>Очна</i>	7	210	10	8	192	Екзамен

III. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Метою навчальної дисципліни є формування у аспірантів здатності:

Інтегральна компетентність - психологічно безпечна поведінка та практична готовність аспірантів до здійснення безпечної професійної діяльності.

Здатність:

- розглядати психологічну безпеку особистості як міждисциплінарну галузь наукового знання;
- аналізувати джерела психологічних загроз на різних рівнях;
- використовувати знання з проблем психологічної безпеки особистості, які є актуальними у сучасному суспільстві та виробництві.

1.1. Основні завдання навчальної дисципліни.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми аспіранти після засвоєння навчальної дисципліни мають продемонструвати такі результати навчання:

знання:

- ключових понять, теорій та закономірностей, що складають категоріальний апарат психологічної безпеки особистості;
- базових категорій психологічної безпеки особистості;
- психологічних механізмів та закономірностей безпечної поведінки індивіда та соціальної групи;
- можливих наслідків порушення психологічної безпеки суб'єктів;
- принципів використання психологічних відомостей для вирішення проблем безпеки, які виникають у соціальному середовищі та виробництві;

уміння:

- аргументовано викласти власні погляди на актуальні проблеми психологічної безпеки особистості;
- аналізувати психологічні загрози у соціальній сфері;
- використовувати психологічні знання при реалізації професійних функцій.

мати уявлення про:

- методи діагностики психологічних загроз на рівні індивіда, соціальної групи;
- методи і прийоми психічної саморегуляції.

IV. ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОГО МАТЕРІАЛУ

Назви розділів і тем	Кількість годин			
	Всього	у тому числі		
		Лекції	Практичні заняття	СР
Тема 1. Психологічна безпека особистості як галузь психологічного знання	14	2	-	12
Тема 2. Природні та соціальні загрози безпеки особистості	14	-	2	12
Тема 3. Індивідуально-психологічні якості особистості та безпека	14	-	-	14
Тема 4. Психологічна безпека особистості як стан захищеності і цілісності суб'єкта діяльності	14	2	2	10
Тема 5. Прийоми психічної саморегуляції	15	2	-	13
Тема 6. Зовнішні та внутрішні детермінанти психологічної безпеки особистості	14	-	2	12
Тема 7. Діяльність та її безпека	12	-	-	12
Тема 8. Функціональні стани суб'єкта як фактор безпечної трудової діяльності	15	2	-	13
Тема 9. Інформаційно-психологічна безпека особистості	12	-	-	12
Тема 10. Психологічна безпека освітнього середовища	12	-	-	12
Тема 11. Економічна безпека особистості	15	2	-	13
Тема 12. Соціально-психологічна безпека особистості	14	-	2	12
Підготовка рефератів за темами	15	-	-	15
Екзамен	30	-	-	30
Всього годин	210	10	8	192

1. Розподіл навчального часу за темами

Тема 1. Психологічна безпека особистості як галузь психологічного знання

Поняття про об'єкт, предмет та завдання психології безпеки. Історія психології безпеки. Визначення поняття «психологічна безпека» і її основні категорії.

Міждисциплінарні зв'язки "Психологічної безпеки особистості". Методи дослідження "Психологічної безпеки особистості".

Тема 2. Природні та соціальні загрози безпеки особистості

Класифікація джерел небезпеки. Психогенні фактори у трудовій діяльності; психологічні загрози; когнітивні мапи рівня безпеки; безпека праці та ергономіка; загрозові (аварійні) ситуації, загрозові стани; загрозова поведінка. Поняття ризику.

Тема 3. Індивідуально-психологічні якості особистості та безпека

Вплив індивідуальних якостей людини на безпеку її діяльності. Дослідження С. Геллерштейна, Г. Мюнстерберга, М. Грінвуда, Х. Вудса, К. Платонова, М.Котика, К. Марбе, В. Безродного, С. Сироти, В. Труща та інших. Спрямованість особистості. Самооцінка, вразливість, імпульсивність, емоційна лабільність.

Тема 4. Психологічна безпека особистості як стан захищеності і цілісності суб'єкта діяльності

Психологічні механізми захисту: раціоналізація, витіснення, забування, проєкція, регресія, заміщення, ідентифікація, ізоляція, реактивні утворення, сублимація. Структура захисного механізму та його компоненти: когнітивний, емоційний, поведінковий.

Фактори психологічної стійкості суб'єкту діяльності: соціальні та особистісні; ознаки психологічної стійкості; індивідуальні особливості нестійкої поведінки, схильність до нещасних випадків та травматизму.

Тема 5. Прийоми психічної саморегуляції

Стратегії і методи психічної саморегуляції: соціальні норми і ціннісні орієнтації як регулятори безпечної поведінки, позитивне мислення, запобігання небезпеки, вольові зусилля, регуляція емоційного реагування, захист ідентичності, самореалізація, копінг - стратегії, гумор. Аутотренінг.

Тема 6. Зовнішні та внутрішні детермінанти психологічної безпеки особистості

Організаційна досконалість, стійкість. Психологічний клімат команди (колективу). Профілактика, заохочення, поради, референтне оточення.

Внутрішні передумови безпечної поведінки особистості: переконання, установки, стереотипи, індивідуальні стратегії досягнення стану безпеки.

Тема 7. Діяльність та її безпека

Організація робочого простору; безпека інтерфейсної взаємодії; вплив стресу і пережитої загрози; прийняття рішення в умовах загрози та невизначеності; інформаційне перенавантаження та дефіцит часу як загроза небезпеки; діагностична роль професійних помилок у забезпеченні безпеки діяльності, деструктивна поведінка у професійній діяльності.

Тема 8. Функціональні стани суб'єкта як фактор безпечної трудової діяльності

Аналіз функціональних станів суб'єкта діяльності як фактор безпечної трудової діяльності. Динаміка працездатності і стомлення. Праксичні стани. Монотонія, нервово - психічне напруження, стрес та тривожність як фактори травматизму. Методи дослідження праксичних станів.

Створення психологічного настрою на безпеку; стимуляція та навчання безпечної діяльності; правила та інструкції як засіб попередження небезпеки; психологічний вплив сенсорно-перцептивної інформації на безпеку; роль усвідомлення небезпеки; аналіз нещасних випадків як спосіб боротьби з небезпекою. Організація режиму праці та відпочинку.

Тема 9. Інформаційно-психологічна безпека особистості

Об'єкт і суб'єкт інформаційно-психологічної безпеки. Джерела, засоби впливу на особистість. Фактори маніпуляції свідомістю: політичні, соціально-економічні, соціально-психологічні. Способи негативного впливу на особистість: Інтернет, реклама, дискурс, кіно, експресивна мова, соціальне оточення. Зміна образної картини світу: порушення ідентичності, неадекватність самооцінки, втрата самоконтролю, зміна рольової поведінки, викривлення структури цілей.

Інтернет- залежність як різновид адиктивної поведінки. Соціальні мережі и особистісна безпека. Збереження ідентичності в соціальних мережах.

Психотерапевтична допомога особистості в критичних ситуаціях.

Тема 10. Психологічна безпека освітнього середовища

Поняття «освітнє середовище». Специфіка психологічної безпеки в освітньому середовищі. Класифікація загроз психологічній безпеці в освітньому середовищі.

Поняття конфлікту. Класифікація конфліктів. Стратегії розв'язання конфліктів в освітньому середовищі. Особливості маніпулятивної поведінки в процесі психолого-педагогічної взаємодії викладачів і студентів.

Соціальна відповідальність щодо результатів науково-технічної творчої діяльності в контексті суспільної безпеки.

Тема 11. Економічна безпека особистості

Загрози економічної безпеки: безробіття, криміналізація економіки, погіршення природного середовища, зростання захворювань; форс-мажорні обставини задоволення потреб.

Джерела та засоби негативних економічних впливів на безпеку особистості: об'єктивні, суб'єктивні, потенційні, реальні, уявні. Деструктивні наслідки впливу економічної небезпеки: звуження кола інтересів, відмова від активного економічної поведінки, невпевненість у майбутньому, роздратування та агресивність.

Тема 12. Соціально-психологічна безпека особистості

Феномен масових комунікацій. Способи формування соціальних настанов. Психологія натовпу, дескриптори поведінки у натовпі; безпечна взаємодія з іншими людьми. Розпізнавання обману та брехні.

Класифікація масових психічних явищ. військові конфлікти, соціальна напруга, стихійні загрози, екологічні катастрофи. Форми реакції людини на екстремальні ситуації. Психологічні аспекти посттравматичних ситуацій. Загальні відомості про психологію тероризму та сектантства. Інформаційні Інтернет - технології як фактор небезпечного впливу на соціально - психологічні процеси в суспільстві.

Соціальні норми і ціннісні орієнтації як регулятори безпечної поведінки.

2. Лекційні заняття

Лекція 1. Тема 1. Психологічна безпека особистості як галузь психологічного знання 2 год.

План лекції

1. Охарактеризувати поняття «психологічна безпека», розглянути основні категорії «психологічної безпеки».
2. Виділити та розглянути основні історичні віхи розвитку дисципліни психологія безпеки.
3. Прослідкувати міждисциплінарні зв'язки "Психологічної безпеки особистості".
4. Проаналізувати методи дослідження дисципліни "Психологічна безпека особистості".

Література: Основна: 1, 2, 3, 4. Додаткова: 8.

Завдання на самостійну роботу аспірантів:

Відповіді на питання для самоперевірки:

1. Дати обґрунтування щодо визначення базових категорій психології.
2. Виділити психологів, що внесли суттєвий вклад в історію розвитку психології безпеки та охарактеризувати їх науковий доробок.
3. Розкрити взаємозв'язок рівнів психічного відображення.
4. Розкрити особливості свідомості як ідеального відображення.
5. Привести приклади використання методів дослідження у межах галузі "Психологічна безпека особистості".

Конспект лекції

Психологія безпеки особистості вивчає соціопсихологічні явища і процеси, що виникають у ситуації небезпеки. Небезпека і безпека являють собою дві взаємозалежні сторони, що перебувають у динамічній взаємодії. Оскільки безпека опосередковується небезпекою, вона за своїм змістом завжди є предметною та конкретною, вона не може бути абстрактною. У контексті небезпеки та безпеки людина розглядає державу, суспільство, особистість, права, інтереси тощо. Об'єктивна необхідність збереження якісної визначеності важливих з точки зору людини матеріальних та ідеальних об'єктів спонукає її не тільки розглядати їх безпеку, але й здійснювати певну діяльність з її забезпечення.

Предметом психологічної безпеки особистості є людина, узятая в системі стійких соціально зумовлених психологічних характеристик, які формуються і виявляються в суспільних зв'язках і відносинах, визначають його вчинки і дії, регулюють і обумовлюють внутрішні стани та психічні процеси. Предметом психології безпеки є психологічна безпека особистості і соціального середовища. Структуру психології безпеки розглядають у двох аспектах: психологічна безпека середовища і психологічна безпека людини. Психологічна безпека є інтегративною категорією, оскільки її розглядають з декількох площин: у якості процесу, у якості стану, у якості характеристик особистості; а також на декількох рівнях: на рівні суспільства, на рівні локального середовища перебування людини, на рівні особистості.

Об'єктом психології безпеки, як і будь-якої іншої області психологічної науки, є психічна реальність, особливості визначення якої в якості об'єкта дослідження обумовлені характером задоволення потреби в безпеці, станом захищеності психіки від зовнішніх і внутрішніх загроз, а також характером взаємодії людини з соціальним середовищем. Таким чином, об'єктом психології безпеки є психологічні характеристики людини, соціальної групи, суспільства як суб'єктів безпеки. Об'єктом психологічного захисту особистості є стан її духовного, душевного та фізичного комфорту, індивідуальна свідомість. Об'єктом захисту є також умови та фактори, які забезпечують розвиток всіх сфер життєдіяльності особистості й суспільства, зокрема культури, науки, мистецтва, релігійних і міжнаціональних відносин. До об'єктів належать також: мовне середовище, соціальні, ідеологічні, політичні орієнтири, суспільні та соціальні зв'язки, психофізичні фактори, що проявляються у вигляді фізичних, хімічних та інших впливів природного, антропогенного і техногенного походження, генофонд народів, що населяють державу тощо.

В даний час відсутня єдине трактування поняття "психологічна безпека". В академічних тлумачних словниках російської, англійської, французької та німецької мов дається поняття "безпека особиста" (security personal), яка зв'язується зі станом, почуттями, переживаннями людини, що мають відношення до його становищу в сьогоденні і перспективам на майбутнє.

Проблема розуміння психологічної безпеки особистості, заломлюючись крізь призму "підходу через середовище", призводить до теорії краудінга (стрес, викликаний суб'єктивним відчуттям дискомфорту простору, середовища, в якому знаходиться людина). Краудінг активно почали досліджувати з 70-х рр. ХХ ст. (Нійт Т., 1983, Стоколс Д., 1976, Шмідт Д., 1979 та ін.). Всі теоретичні концепції, що пояснюють краудінг, можна звести в п'ять великих груп.

1. Теорії, що пояснюють феномен перевантаженням - надлишком інформації або необхідністю за короткий період часу прийняти безліч рішень. Сприйняття стресу залежить від індивідуального рівня адаптації, чим більше відхилень від адаптаційного рівня, тим більше стрес.

2. Стрес пов'язують зі зменшенням свободи вибору і свободи дій. Багато в чому ці переживання визначається культурними нормами, фізичною та психологічною дистанцією, прийнятою в даному співтоваристві.

3. Екологічний підхід, що розвивається Р. Баркером, пропонує поняття недонаселеності і перенаселеності. У разі перенаселеності, коли ролей менше, ніж людей, виникає напруга, і присутність інших людей сприймається негативно.

4. Теорії атрибуції припускають, що велике значення має, як людина пояснює своє роздратування, приписує він причину оточуючим людям або іншим обставинам.

5. У дослідженнях використовується поняття локусу контролю (індивідуальна стратегія), введене Дж. Роттером. Причина стресу - у втраті контролю над середовищем. У людини виникає відчуття, що вона не може змінити ситуацію. Локус контролю визначає ставлення до ситуації стресу.

6. Людська поведінка територіальна, тобто, як будь-яка біологічна істота, людина реагує на порушення кордонів своєї території і екологічних норм її життя (Ю. Г. Абрамова, С. Д. Дерябо, Г. А. Ковальов, В. І. Панов, В. В. Рубцов, В. А. Явсін).

У психології найчастіше розглядається проблема психологічного захисту (А. І. Єремєєва, Р. А. Зачепіцького, Т. І. Колесникової). Т. І. Колесникова під психологічної 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 його життєвого шляху". У даному визначенні розглядається безпека психіки людини від маніпуляції її свідомістю. Під маніпуляцією в більшості випадків розуміється психічний вплив, який чинить вплив на свідомість людини проти її волі.

Проте "... людина як суб'єкт не тільки і не просто" споживає "інформацію ... він сам її "виробляє" в тій чи іншій мірі, оскільки в ході своєї діяльності, спілкування він самовизначається, займає певну життєву позицію і тому вельми вибірково ставиться до всього, що впливає на нього в ході всього життя, навчання, пропаганди" (Кабаченко, 2001). Таким чином, людина може отримувати інформацію про те чи інше явище в процесі соціального пізнання і взаємодії, вибудовувати свою поведінку на основі наявних соціальних уявлень і доповнювати їх власним досвідом.

Н. Л. Шликова (2004) розглядає психологічну безпеку особистості, детерміновану рівнем суб'єктивності (перцептивними, когнітивними, емоційними процесами) і об'єктивними факторами - рівнем розвитку середовища (корпоративної культури). В. Ф. Пилипенко визначає безпеку особистості як "формування комплексу правових і моральних норм, суспільних інститутів і організацій, які дозволяють їй розвивати і реалізовувати соціально-значущі здібності і потреби, не відчуваючи протидії держави і суспільства".

І. А. Баєва та співробітники лабораторії "Психологічна культура і безпека в освіті" Російського державного педагогічного університету ім. А. І. Герцена розглядають структуру психології безпеки у двох аспектах: психологічна безпека середовища і психологічна безпека особи. "Психологічна безпека середовища в соціальному аспекті визначена як стан середовища, вільний від проявів психологічного насильства у взаємодії людей, що сприяє задоволенню основних потреб в особистісно-довірчому спілкуванні, що створює референтну значимість середовища, і як наслідок, забезпечує психологічну захищеність її учасників.

Психологічна безпека особистості проявляється в її здатності зберігати стійкість в середовищі з певними параметрами, у тому числі і з психотравмуючими впливами, в опорі деструктивним внутрішнім і зовнішнім впливам. Психологічна безпека особистості відбивається в переживаннях особистості захищеності / незахищеності в конкретній життєвій ситуації". І. А. Баєва акцентує увагу на такій характеристиці, як стійкість особистості.

Ми розглядаємо стійкість (Мітіна, Єфімова, 2004) як одну з характеристик гнучкості. Однак тільки "стійкості" недостатньо для вибору відповідної моделі поведінки, необхідні характеристики варіативності, які дозволяють швидко перебудовуватися адекватно ситуації.

Процес формування і розвитку психологічної безпеки передбачає відображення людиною зовнішніх умов у вигляді деякої суб'єктивної моделі, яка служить основою для попереднього психологічного програмування дій, для їх регуляції в будь-якій діяльності. При цьому різні суб'єкти в однаковому середовищі можуть переживати різну ступінь безпеки. Психологічна безпека особистості визначена особливостями індивідуального осмислення дійсності у всій сукупності її соціальних процесів, подій, відносин.

Методи дослідження особистості розглядаються на наступних чотирьох рівнях наукового пізнання реальності: методологічному, теоретичному, емпіричному і рівні конкретних технік і методик. Деякі методи мають загальнонаукове, а деякі - специфічне значення для діагностики та вивчення особистості.

Найбільш загальною підставою для поділу психологічних методів є їх чутливість до оцінки унікальних, індивідуальних властивостей особистості та можливостей забезпечення її безпеки на всіх рівнях.

1. На рівні методології науки були виділені номотетичний і ідіографічний методи наукового пізнання. Перший дозволяє отримувати загальне, універсальне, закономірне знання про об'єкт дослідження, другий - одичне, унікальне, приватне. Вперше ці терміни з'явилися в роботі Вільгельма Віндельбанда "Історія і природознавство" в 1894 р. Він пропонував ділити науки не за предметом, а за методом дослідження. Пізніше, у ХХ ст. ця проблема торкнулася і психології. У роботах Г. Олпорта обговорювалося питання про застосовність в психології номотетичного і ідіографічного підходів, і відповідно методів. Згідно загальноприйнятій думці, номотетичні методи, орієнтовані на пошук загальних закономірностей - застосовуються в дослідженнях природо-наукового напрямку, в яких людина розглядається як об'єкт дослідження. Ідіографічні методи використовуються в дослідженнях з гуманітарною спрямованістю, де людина розглядається як активний суб'єкт, що розвивається і змінюється, поведінка якого до деякої міри може інтерпретуватися як непередбачувана.

2. Теоретичні методи спрямовані на роботу з ідеями, уявленнями, образами. Використовуючи теоретичні методи, вчений має справу не з самою реальністю, а з її уявною репрезентацією. Різновидами теоретичного методу є уявний експеримент і часткове моделювання. Функціями уявного експерименту і моделювання є: 1) попередня апробація реального експерименту в розумовому плані, в плані уявлень, 2) заміщення реального експерименту уявним внаслідок неможливості проведення першого з причини складності об'єкта дослідження або з моральних міркувань. Моделювання також використовується тоді, коли безпосереднє дослідження об'єкта "не представляється можливим внаслідок обмеженості сучасного рівня знання і практики", "для пояснення накопичених в науці фактів або законів, якщо для пояснення їх ще немає теорії", для передбачення поведінки "безпосередньо даного об'єкта шляхом аналізу поведінки іншого, більш відомого, об'єкта", для "дослідження об'єктів, недоступних для експериментального оперування з ними", з метою економії. Ряд таких особистісних особливостей, як регуляція часу, агресія, фрустрація та інші можуть досліджуватися за допомогою теоретичних наукових методів.

3. Емпіричні методи - спостереження, вимірювання та експеримент є загальнонауковими процедурами збору даних, тому можуть бути використані для вивчення особистості як об'єкта психологічного дослідження.

Спостереження - цілеспрямоване сприйняття і реєстрація поведінки об'єкта. Особливостями методу спостереження є упередженість і пасивність спостерігача, безпосередність спостереження, неможливість повторення спостереження, його тривалість. Для підвищення валідності результатів спостереження використовують експертні оцінки, аудіо-та відеозаписи, стандартизацію спостереження, контроль за активністю спостерігача.

Вимірювання - реєстрація стану об'єкта за допомогою іншого об'єкта, або процедура приписування об'єкту певного значення (наприклад, числа) і відведення йому місця на психологічній шкалі відповідно до встановлених правил. Шкали бувають неметричними (номінативна шкала і шкала порядку) і метричними (шкали інтервалів і рівних відносин). У психології найчастіше використовуються неметричні шкали.

Експеримент - метод перевірки наукових гіпотез, в ході якого експериментатор ставить випробуваного в особливі умови, здійснюючи контроль за побічними впливами. Результати експерименту повинні бути достовірними і надійними.

4. Для діагностики та вивчення безпеки особистості на рівні конкретних технік і методик використовуються тести. Тести - спеціалізовані методи психодіагностичного дослідження, застосовуючи які можна отримати кількісну і якісну характеристику досліджуваного явища.

Лекція 2. Тема 4. Психологічна безпека особистості як стан захищеності і цілісності суб'єкта діяльності 2 год.

План лекції

1. Розглянути психологічні механізми захисту.
2. Проаналізувати структуру захисного механізму, виділити та охарактеризувати його основні компоненти.
3. Виділити та дослідити фактори психологічної стійкості суб'єкта діяльності.

Література: Основна: 1, 2, 3, 4. Додаткова: 6, 7, 8.

Завдання на самостійну роботу аспірантів:

Відповіді на питання для самоперевірки:

1. Охарактеризувати основні відомі вам механізми психологічного захисту (раціоналізація, витіснення, забування, проекція, регресія, заміщення, ідентифікація, ізоляція, реактивні утворення, сублімація).
2. Навести приклади використання психологічних механізмів захисту, пояснити їх сенс та функції у кожному запропонованому випадку.
3. Охарактеризувати когнітивний, емоційний та поведінковий компоненти захисного механізму.
4. Охарактеризувати деструктивну поведінку у професійній діяльності.
5. Дослідити основні ознаки психологічної стійкості та індивідуальні особливості нестійкої поведінки.

Конспект лекції

Механізми психологічного захисту – це прийоми, завдяки яким людині вдається залишатися здоровою особистістю в умовах, коли вона не може задовольнити всіх своїх бажань та потреб. Це специфічні прийоми, якими „Я” намагається врегулювати конфліктні імпульси між „Воно” та „Над-Я” так, щоб потяги „Воно” були задоволені і при цьому не порушувалися моральні норми.

Перший, хто спостерігав деякі з цих процесів і дав їм назву, був З. Фройд. Вибір терміну „захист” відображає два аспекти його мислення. По-перше він захоплювався військовими метафорами, порівнюючи психологічні дії з армійськими тактичними маневрами, з компромісами при рішенні різних військових завдань, з битвами, які мають неоднозначні наслідки. По-друге, коли З. Фройд уперше зіткнувся з найбільш драматичними прикладами того, що ми зараз називаємо захистами, (насамперед, витіснення), він побачив ці процеси діючими в їх захисній функції.

Вчення про захисні механізми розвивала А. Фройд. У 1939 році вийшла її книга „Я та захисні механізми”. За А. Фройд, основна функція захисних механізмів – прагнення уникнути чи оволодіти тривогою, що дозволяє зберігати особистість цілісною в умовах будь-якої зовнішньої або внутрішньої загрози.

Сучасний психоаналіз вважає, що механізми психологічного захисту виконують багато корисних функцій, зокрема:

1) Вони виявляються як здорова творча адаптація особистості та продовжують діяти протягом всього життя.

2) В тих випадках, коли їх дія спрямована на захист власного „Я” від якої-небудь загрози, їх можна дійсно розглядати як „захисти”, і тоді їхня назва виправдана.

Особистість, чия поведінка виявляє (маніфестує) захисний характер, несвідомо прагне виконати одне з таких завдань:

1) уникати тривоги, або оволодіти нею;

2) зберігати самоповагу, підтримати сильне, позитивне, несуперечливе почуття власного „Я”.

Чим більш розвинута особистість, тим більше різноманітних механізмів захисту вона має у своєму розпорядженні.

Заперечення – ігнорування потенційно травмуючої інформації. Коли реальна дійсність для людини досить неприємна, вона „закриває на неї очі”, заперечує її існування або намагається зменшити серйозність загрози. Одна з найпоширеніших форм такої поведінки – це неприйняття, заперечення критики на свою адресу, ствердження, що те, що критикується насправді не існує. У деяких випадках заперечення відіграє позитивну роль: коли людина серйозно захворіла, вона заперечує це, тим самим знаходить у собі сили боротися за життя.

Проекція – цей механізм полягає у тому, що власними якостями (зокрема, негативними) людина неусвідомлено наділяє іншу особу, причому, як правило, у збільшеному вигляді. Всі люди мають властивості та риси, які вони у собі не помічають. Це процес, в результаті якого внутрішнє помилково сприймається як те, що відбувається ззовні. Тут спостерігається недостатнє психологічне розмежування власної особистості та оточуючого світу. Проекція у своїх згубних формах пов’язана з нерозумінням інших та завдає шкоду міжособистісним стосункам. Найчастіше ігноруються у собі та приписуються іншим такі якості як заздрість, кар’єризм, переслідування. У своїх зрілих та сприятливих формах проекція лежить в основі емпатії.

Витіснення – (мотивоване забування) на відміну від заперечення, яке здебільшого відноситься до інформації, що надходить ззовні, витіснення відноситься до блокування з боку „Я” внутрішніх імпульсів. У цьому разі неприємні визнання самому собі та відповідні переживання ніби витісняються із сфери свідомості, не впливаючи на реальну поведінку. Найчастіше придушуються ті думки та бажання, які суперечать засвоєним самою ж людиною моральним нормам та цінностям. Відомі випадки забування, які не супроводжуються вираженими психічними розладами та ззовні важко пояснюються, є прикладами активної роботи несвідомого механізму витіснення.

Раціоналізація – це засіб розумного виправдання будь-яких вчинків та дій, які суперечать моральним нормам і викликають неспокій. Виправдання вчинку відбувається зазвичай вже після його скоєння. Найбільш типові прийоми раціоналізації: а) виправдання свого небажання щось робити своєю нездатністю це робити (суб’єктивні причини); б) виправдання небажання робити щось „об’єктивними причинами”.

Реактивне утворення – перетворення негативного афекту у позитивний або навпаки. Іноді людина може приховувати від самої себе свої справжні мотиви поведінки шляхом його витіснення і, водночас, свідомо підтримувати мотив протилежного типу: несвідома неприязнь до учня може виражатися у підкресленій

увазі до нього, дріб'язковій опіці. Цей механізм захищає людину від усвідомлення нею амбівалентності своїх почуттів, від усвідомлення того, наприклад, що вона може бути дуже прив'язана до людини, яку зневажає, любити того, кого свідомо ненавидить або відчувати ворожі почуття до друзів та близьких родичів.

Заміщення – переорієнтація емоції, потягу, стурбованості чимось з першопочаткового об'єкту на інший. Класичним є сюжет, коли чоловік, який зазнав агресивного тиску з боку керівника, прийшовши додому, накричав на дружину, яка у свою чергу, відлупцювала дітей. Діти побили пса, який нагавкав на перехожого. Позитивні види зміщення переводять агресивну енергію у трудову активність (наприклад, у збудженому стані людина виконує величезний обсяг домашньої роботи).

Регресія – захист на травмуючу ситуацію, коли людина використовує дитячі моделі поведінки або повертається до більш ранніх стадій життя, до минулого досвіду, коли вона себе комфортно почувала. Наприклад, після досягнення певного рівня людина зісковзує до старих звичок або у хворобу, оскільки не витримує стресу, пов'язаного з розвитком. Або після чвар із кимось людина відновлює дружбу з давнім знайомим, з яким вже давно були припинені стосунки.

Компенсація – подолання фрустрації шляхом надмірного задоволення в інших сферах. Брак любові може компенсуватися матеріальним збагаченням, професійними досягненнями або владою. Фізичні вади можуть компенсуватися інтелектуальним розвитком. Недостатня успішність у навчанні – позицією „улюбленця” у групі однолітків або неформального лідера поза класом. Різновидом компенсації є гіперкомпенсація, коли людина докладает величезні зусилля щоб досягнути успіху саме у цій галузі, в якій вона відчуває свою неповноцінність.

Сублімація - це перетворення сексуальної енергії „Воно” у продукти творчої діяльності.

Ідентифікація (імітація) — ототожнення себе з реальними або уявними людьми, «гідною справою», соціальною мікрогрупою шляхом копіювання манери поведінки, поглядів, думок та настанов. Ідентифікація допомагає особистості здобути відчуття впевненості у важких для неї ситуаціях.

Ізоляція (відхід) — відокремлення, відмежування особистістю хворобливих переживань, які можуть вивести її зі стану рівноваги.

Компоненти захисного механізму.

Пізнавальний, або когнітивний, компонент захисного механізму включає переконання, думки та інформацію, якими володіє людина. Наприклад, сюди можна віднести знання про те, яких умінь вимагає робота, і думку про власні здібності. Когнітивний компонент – це знання та уявлення про світ. Нова інформація може змінювати уявлення людей про себе, світ, тим самим змінюється когнітивний компонент. Для того щоб ефективно здійснювати вплив на когнітивну сферу, необхідно знати закономірності функціонування пізнавальних процесів: уваги, пам'яті, мислення, уяви, сприйняття.

Емоційний (афективний) компонент - це ставлення людини до реальності, іншим людям, світові. Ставлення також формується під впливом оцінок. Для ефективного впливу на емоційний компонент аттитюда необхідні знання про виникнення і динаміку емоційних станів, атракції. Афективний компонент — це емоційна оцінка об'єкта, виявлення почуття, симпатії чи антипатії стосовно об'єкта (наприклад, задоволення від роботи чи ненависть до неї).

Поведінковий компонент (когнітивний) — це поведінка людини стосовно певного об'єкту, яку можна передбачити. Нарешті, поведінковий компонент - це дії

людини по відношенню до об'єкта. Дії та вчинки людина здійснює виходячи зі своїх знань і оцінок, тобто на основі когнітивного та емоційного компонентів. Аналіз поведінки неможливий без аналізу мотиваційної сфери особистості, а також вольової саморегуляції.

Сучасне життя людини наповнене різними подіями - це нормативні життєві зміни, що відбуваються з більшістю людей і надзвичайні ситуації, не прогнозовані і найчастіше небажані для суспільства й особистості. Поряд з цим, кількість нормативних стресорів в житті людини величина відносно постійна, а так само обумовлена індивідуальними життєвими ситуаціями. Кількість же зовнішніх, непередбачуваних стресів, пов'язаних з техногенними, промисловими, природними катастрофами постійно збільшується.

Незважаючи на вигляд і джерело походження кожна з вищеназваних подій викликає у людини стрес і володіє своїм значенням за «шкалою шкоди», що наноситься особистості. Наприклад, надзвичайні ситуації техногенного характеру, на відміну від ситуацій природного характеру, переживаються більшістю людей більш важко; пережиті в дитячому віці надзвичайні ситуації можуть стати причиною психологічних труднощів, фізичних і психічних захворювань в подальшому. У зв'язку з цим, саме психологічна стійкість особистості стає необхідною умовою збереження фізичного, психічного та психологічного здоров'я незалежно від статі і віку людини.

Питання психологічної стійкості особистості мають величезне практичне значення, оскільки стійкість охороняє особистість від дезінтеграції та особистісних розладів, створює основу внутрішньої гармонії, повноцінного психічного здоров'я, високої працездатності.

Психологічна стійкість індивідуума безпосередньо визначає його життєздатність, психічне і соматичне здоров'я.

Термін *stability* перекладається як: 1) стійкість, стабільність, стан рівноваги; 2) сталість, твердість; а *mental stability* - психічна стабільність (стійкість).

У словнику А. Ребера «стійкий» розуміється як характеристика індивіда, поведінка якого відносно надійна і послідовна. Його антонім - термін «нестійкий», що має в психології кілька значень. Два основних такі: 1) «нестійкий» - це індивід, що демонструє безладні і непередбачувані моделі поведінки і настрою; 2) «нестійкий» - це індивід, схильний демонструвати невротичні, психотичні або просто небезпечні для інших моделі поведінки. У другому значенні цей термін використовується як свого роду неформальний психіатричний діагноз.

Стійкість припускає сукупність адаптаційних процесів, інтегрованість особистості в сенсі збереження узгодженості основних функцій особистості, стабільності їх виконання.

У стійкість входить стабільність функціонування, надійність у професійній діяльності. Рівень психологічної стійкості особистості, так чи інакше, виявляється і в її трудовій діяльності, в надійності працівника, професіонала. З іншого боку, успішна професійна діяльність для багатьох є базисом повноцінного переживання самореалізації, що впливає на задоволеність життям в цілому, на настрій і психологічну стійкість.

Знижена стійкість призводить до того, що, опинившись у ситуації ризику (ситуації випробувань, ситуації втрат, ситуації соціальної депривації тощо) людина долає її з негативними наслідками для психічного та соматичного здоров'я, для особистісного розвитку, для сформованих міжособистісних відносин.

Психологічну стійкість особистості можна розглядати як складну якість особистості, синтез окремих якостей і здібностей. Наскільки вона виражена -

залежить від безлічі факторів. Це досить великий перелік факторів, що відносяться до особистісних особливостей і соціального середовища.

Психічна стійкість – це властивість особистості, окремими аспектами якої є стійкість, урівноваженість, опірність. Вона дає змогу особистості протистояти життєвим труднощам, несприятливому тискові обставин, зберігати здоров'я і працездатність у різних випробуваннях.

Психічна стійкість залежить від урівноваженості як здатності зіставляти рівень напруження з ресурсами своєї психіки й організму. Рівень напруження завжди зумовлений не лише стресорами і зовнішніми обставинами, а й їхньою суб'єктивною інтерпретацією, оцінкою. Урівноваженість як складова психічної стійкості виявляється в здатності мінімізувати негативний вплив суб'єктивної складової у виникненні напруження, у здатності утримувати напруження в прийнятних межах. Урівноваженість – це також здатність уникати крайностей у силі відгуку на події, що відбуваються. Тобто бути чуйним, чуттєвим до різних аспектів життя, небайдужим, з одного боку, і не реагувати занадто сильно, з підвищеною збудливістю – з іншого.

Фактори психічної стійкості. Психологічну стійкість особистості можна розглядати як складну властивість особистості, синтез окремих рис і здібностей. Наскільки вона виражена, залежить від багатьох чинників. Психологічну стійкість підтримують внутрішні (особистісні) ресурси і зовнішні (міжособистісна, соціальна підтримка). Ресурси особистості, які підтримують її психологічну стійкість та адаптованість і таким чином сприяють виникненню й збереженню гармонійного настрою. Це досить великий перелік факторів, які стосуються особистісних особливостей та соціального середовища.

Лекція 3. Тема 5. Прийоми психічної саморегуляції 2 год.

План лекції

1. Розглянути стратегії і методи психічної саморегуляції.
2. Проаналізувати можливості запобігання небезпеки.
3. Охарактеризувати особливості аутотренінгу.

Література: Основна: 1, 2, 4. Додаткова: 6, 7, 8.

Завдання на самостійну роботу аспірантів:

Відповіді на питання для самоперевірки:

1. Розглянути сучасний підхід до класифікації методів психічної саморегуляції.
2. Привести приклади використання стратегій і методів психічної саморегуляції.
3. Проаналізувати соціальні норми і ціннісні орієнтації як регулятори безпечної поведінки.
4. Привести приклад використання копінг - стратегії як засобу взаємодії зі складною стресовою ситуацією.
5. Розглянути можливості впливу різноманітних аутотренінгів як регуляторів емоційного реагування та запобігання небезпеки.

Конспект лекції

Проблема регуляції психічних станів шляхом розробки і впровадження різних заходів профілактичного характеру, а також методів і засобів оперативної регуляції (корекції) привертає до себе пильну увагу фахівців в області психології,

психофізіології, медицини праці, ергономіки. Програма управління психічним станом визначається закономірностями його розвитку. Особливості динаміки інтегральних показників психічного стану, під час його формування у процесі діяльності, повинні визначати і характер зовнішніх і внутрішніх дій для регуляції рівня напруженості функцій організму і психіки. З одного боку, ці дії не повинні порушувати хід природних процесів адаптації до зовнішніх факторів (часом стресогенного характеру), а з другого боку, вони потрібні для компенсації надмірної реакції, розвитку дисфункції в системі регуляції й мобілізації необхідних для виконання програми діяльності функціональних резервів.

Методи й засоби управління психічними станами, як правило, орієнтовані на п'ять основних груп компонентів, що характеризують усі різноманітні види системних реакцій (станів) організму. До них відносяться: 1) енергетичні компоненти діяльності – фізіологічні функції, що забезпечують необхідний рівень енерговитрат (від біохімічного до рівня систем органів і їх взаємодії); 2) сенсорні компоненти, що характеризують наявні можливості прийому і первинної обробки інформації, яка поступає (процеси відчуття і сприйняття); 3) інформаційні компоненти, що забезпечують подальшу обробку інформації, що поступила, і ухвалення рішень на її основі (пам'ять, мислення, деякі особистісні особливості, нейрофізіологічні процеси); 4) ефекторні компоненти, відповідальні за реалізацію прийнятих рішень у поведінкових актах (помилкові дії, рухові акти); 5) активаційні компоненти, що обумовлюють діяльність (гормональна активність, нервова регуляція, увага, установки, мотиви, емоційно-вольова сфера, особистісні особливості, тип темпераменту).

А. Б. Леонова (2004) провела аналіз різних класифікацій методів і засобів управління, регуляції психічних станів. Вона вважає, що радикальним напрямом попередження розвитку небажаних станів є усунення причин їх розвитку. Цей ефект досягається при ергономічному забезпеченні процесу проектування нового виду діяльності, вдосконалення або поліпшення вже існуючих її видів. Слід зазначити, що способи реалізації завдань психологічного (ергономічного) забезпечення трудової діяльності можуть бути використані в тій або іншій мірі і в інших формах і сферах активності людини (навчальний процес, спортивна діяльність, дозвілля, робота по будинку і т. ін.), це сприяє попередженню небажаної психічної напруженості, виникненню фізичного, розумового й емоційного стомлення.

Також відома досить велика кількість прийомів оперативного, безпосереднього управління психічними станами людини, деякі з них успішно застосовуються або можуть бути використані, зокрема, для подолання стомлення, стресу, емоційної напруженості. Серед способів безпосередньої дії на психічний стан А. Б. Леонова і А. С. Кузнецова (2007) виділили дві групи способів зовнішньої дії і внутрішньої оптимізації стану. До першої групи способів відносяться: 1) нормалізація режиму харчування й вітамінотерапія; 2) фармакотерапія; 3) рефлексотерапія; 4) функціональна музика і світломузика; 5) бібліотерапія; 6) комунікаційні впливи (переконання, наказ, навіювання, гіпноз). Друга група це: 1) самогіпноз; 2) нервово-м'язова релаксація; 3) ідеомоторне тренування і сенсорна репродукція; 4) аутогенне тренування; 5) гімнастика й самомасаж; 6) спеціальна підготовка і спецнавчання; 7) поведінкова психотерапія; 8) груповий тренінг. Вказані способи передбачають використання вербальних, невербальних, апаратних, контактних, дистанційних методик у режимах індивідуального і групового управління психічним станом.

В. Л. Маришук і В. І. Євдокимов (2001) класифікували методи регуляції психічних станів льотного складу, зокрема, корекції функціональних порушень і

відновлення професійного здоров'я. Вони розділяють ці методи на дві групи: до першої увійшли методи оперативного управління станом, в другу – методи програмної (заздалегідь запланованої) дії і управління. У ці групи методів входять чотири класи прийомів регуляції психічного стану.

Перший клас (методи психічної регуляції): 1) аутогенне тренування; 2) спеціальні прийоми регуляції (ідеомоторне тренування, «емпатійний» політ); 3) «самоконтроль – саморегуляція»; 4) музичне кондиціонування; 5) аромофітоергономіка.

Другий клас (методи психофізіологічної регуляції): 1) фізичні вправи в період професійної діяльності; 2) масаж; 3) рефлексотерапія, рефлексопрофілактика; 4) термічні процедури; 5) електростимуляція.

Третій клас (фізіолого-гігієнічні методи): 1) організація раціонального режиму праці, відпочинку і живлення; 2) активний відпочинок; 3) загартовування; 4) регуляція середовища професійної діяльності.

Четвертий клас (фармакологічні засоби): 1) адаптогени; 2) ноотропи; 3) стимулятори центральної нервової системи; 4) транквілізатори; 5) вітаміни.

Аналіз класифікацій прийомів протидії несприятливим психічним станам (стомлення, перевтома, стрес, нервово-емоційна напруженість і інші) свідчать про те, що до перерахованих превентивних (профілактичних) і оперативних (корегувальних) методів і засобів слід віднести також стратегії (способи) раціональної поведінки в умовах можливого розвитку або реального прояву вказаних станів. Вони спрямовані не лише на регуляцію метаболізму, активацію функціональних ресурсів і резервів організму і психіки, оптимізацію психофізіологічних функцій і емоційних реакцій, але й на мобілізацію специфічної когнітивної й поведінкової активності.

Процес протидії несприятливим психічним станам можна розглядати як специфічну форму активності суб'єкта у важких, екстремальних ситуаціях діяльності, яка проявляється у формі когнітивного й емоційного реагування на складність, інтенсивність, тривалість навантаження й цілеспрямованої, раціональної поведінки на її усунення. Цей процес здійснюється шляхом раціоналізації умов діяльності (наприклад, зміна термінів і тривалості виконання трудового завдання, відхід з роботи тощо), регулювання рівня вимог робочої ситуації до людини (приведення до відповідності фізичного і психічного навантаження з можливостями функціональних ресурсів), розвиток особистісних ресурсів по профілактиці і подоланню несприятливих психічних станів (формування адекватної самоефективності, почуття контролю і здатності управління часом, правильного розподілу ресурсів при виконанні тих або інших трудових завдань).

Наприклад, як вказує В. О. Бодров (2009), оперативна протидія стомленню передбачає наступні форми поведінки: 1) контроль за дією робочого навантаження (пошук необхідної інформації для успішного вирішення трудових завдань, знання ознак розвитку стомлення); 2) передбачення процесу розвитку стомлення (підвищення готовності до виконання трудових завдань в складних ситуаціях, мобілізація функціональних ресурсів); 3) посилення соціальних взаємозв'язків з колегами, керівниками (звернення по допомогу в рішенні завдань, консультації, моральна підтримка і т. ін.); 4) стимуляція ефективної поведінки (заохочення за гідну і адекватну поведінку в екстремальних умовах виконання трудових завдань).

Слід зазначити, що в психологічних дослідженнях поняття «стратегія» відносять до індивідуальних прийомів цілеспрямованої поведінки, а у відношенні до проблеми подолання стомлення, стресу воно характеризує всі ті типові дії, вчинки, рішення, які робить конкретна людина на користь профілактики розвитку або ж в

цілях корекції цих станів (зниження реакції, збереження або відновлення нормального психічного стану). Вказані цілі передбачають використання як індивідуальних стратегій поведінки на подолання несприятливих станів, так і застосування методів і засобів ергономічного, соціального, медичного, психологічного й інших видів забезпечення життя і діяльності, екстернальних засобів регуляції станів і їх психічної саморегуляції.

Психічна саморегуляція — це функціонування живих систем різних рівнів організації та складності. Психічна саморегуляція є одним з рівнів регуляції активності живих систем, який виражає специфіку психічних ресурсів відображення та моделювання дійсності, що її реалізують в тому числі і рефлексії суб'єкта. Психічна саморегуляція здійснюється в єдності її енергетичних, динамічних та змістовно-сенсових аспектів.

При всій різноманітності видів проявів саморегуляція має таку структуру: прийнята суб'єктом мета його довільної діяльності, модель значимих умов діяльності, програма виконавчих дій, система критеріїв успішності діяльності, інформація про реально досягнуті результати, оцінка відповідності реальних результатів критеріям успіху, рішення про необхідність і характер корекції діяльності. Саморегуляція являє собою замкнений контур регулювання і є інформаційним процесом, носіями якого виступають різноманітні психічні форми відображення дійсності. В залежності від виду діяльності й умов її здійснення саморегуляція може реалізовуватися різними психічними засобами (конкретні чуттєві образи, уявлення, поняття та ін.). Прийнята суб'єктом мета однозначно не визначає умов, необхідних при побудові програми виконавчих дій; при подібних моделях значущих умов діяльності можливі різноманітні способи досягнення одного й того ж результату.

Загальні закономірності саморегуляції реалізуються в індивідуальній формі, яка залежить від конкретних умов, а також від характеристик нервової діяльності, від особистісних якостей суб'єкта та його звичок у організації своїх дій, що формуються в процесі виховання. Також психічна саморегуляція розуміється як здатність зрілої особистості визначати мету своєї діяльності та знаходити шляхи для її досягнення.

Характеристика копінг-стратегії. Копінг-стратегії - це збірне поняття, яке об'єднує різнобічні стратегії, спрямовані на те, щоб подолати вимогливість і впоратися з власними запитами до звичайного життя. Образно кажучи, копінг - це застосування різних методів для того, щоб впоратися зі стресом, для цього людина часто використовує поведінкові, психологічні, пізнавальні та емоційні стратегії. Навіть не знаючи, що це таке, кожна людина використовує дане поняття, наприклад, коли справляється з нещастям, зникає до думки про хворобу або розставання. Вперше термін з'явився лише в 1962 році в спеціалізованій психологічній літературі, а застосований на практиці був Р. Лазарусом, Л. Мерфі і С. Фолкмане.

Методика копінг-стратегії залежить від виниклої проблеми, фізичного самопочуття і реакції на неї індивідуума, на даний момент існує безліч напрямків стратегій, які сумарно собою уособлюють методику копінг-стратегії. Методика копінг-стратегії розрахована на реакцію на стрес, виходячи з якого визначається стратегія, що використовуувалася.

У психології виділяють 8 груп копінг-стратегій:

Конфронтація - це протистояння людиною ситуації, що склалася. Така стратегія застосовується індивідуумом як агресивна відповідь на певні обставини, тобто людина сприймає ситуацію вороже і відповідає на неї вороже. У даній стратегії є свої "плюси" і "мінуси". Використання цієї копінг-стратегії доречно у разі існування конкретної загрози, усунувши яку можна змінити ситуацію в кращу сторону для себе

або кого-небудь. Але конфронтація має два істотні мінуси: по-перше, якщо загроза не є справжньою загрозою і не персоніфікована, можна тільки ускладнити ситуацію або ще більше нашкодити собі; по-друге, часто використання цієї стратегії передбачає злочин проти закону, і потрібно серйозно все зважити перед тим як приступити до неї.

Самоконтроль - це прагнення людини до придушення емоційних почуттів, для того, щоб вдатися до розумних стримуючих дій. Даний метод копінг-стратегії доречно використовувати під час надзвичайних ситуацій, форс-мажорних обставин, а також під час сварок з рівними супротивниками. У самоконтролю є і негативна сторона: якщо виникла ситуація, коли необхідно показати свій гнів і емоції, аби впоратися з блефом супротивника.

Пошук соціальної підтримки - це прагнення індивідуума до підтримки та допомоги однодумців або просто бажання не залишатися самотнім. Даний метод копінг-стратегії доречно використовувати під час особистого горя, втрати, нещастя, щоб не бути самотнім у важку хвилину і швидше пережити горе. Однак у соціальної підтримки є свій мінус - її потрібно доречно вживати, а не використовувати в будь-якій ситуації, тоді це може призвести до негативної думки про людину.

Догляд - уникнення - це коли людина всіляко уникає проблеми, таку стратегію ще називають переносом відповідальності. Дана методика неефективна ні за яких ситуацій.

Планове вирішення проблем - це прагнення людини до вироблення певного плану для виходу з ситуації. Даний метод копінг-стратегії більш доречно використовувати при виникненні небезпечних ситуацій, але у випадку, якщо насувається проблема - понад можливостей індивідуума, планове рішення проблем може не увінчатися успіхом.

Позитивна переоцінка - це прагнення людини побачити в будь ситуації, що склалася позитивні сторони. Даний метод копінг-стратегії доречно використовувати там, де від самої людини мало що залежить, наприклад переосмислення цінностей після хвороби, аварії. Метод позитивної оцінки стане неефективним, якщо під час виникнення неприємних ситуацій, звернути свою увагу на інше, не важливе на даний момент.

Прийняття відповідальності - це прагнення людини прийняти всі свої помилки, вирішити їх, і отримати з цього певний урок. Даний метод копінг-стратегії часто застосовується сильними та вольовими людьми, які, в більшості випадків, знаходять вихід зі складної ситуації. Проте і у прийнятті відповідальності є свій мінус - якою б серйозною і відповідальною не була людина є рішення, що знаходяться за межами її можливостей.

Відкладання відповідальності - це прагнення людини вирішувати проблему на відстані. Такий метод копінг-стратегії ще називають дистанціюванням від проблеми - він доречний, коли противник знаходиться в люті, або проблема може перекинутися на індивідуума, але якщо дистанціювання використовувати в інших обставинах, то людина не тільки не вирішить проблему, але лише зробить гірше собі і оточуючим.

Аутотренінг — це концентроване саморозслаблення і самонавіювання. Це система навчання прийомів саморозслаблення м'язів (м'язова релаксація), психічного заспокоєння, занурення в дрімотний стан, які супроводжуються само навіюванням. Психофізіологічна саморегуляція (аутотренінг) — це вплив певних розумових уявлень і настанов людини на зміну власних хвилювань, відчуттів, а також на стан окремих фізіологічних і функціональних систем. Аутотренінг дозволяє вирішити широке коло завдань, які входять до програми саморегуляції особистості. До них

належать регуляція функціонального стану організму, регуляція різних психічних станів, мобілізація фізіологічних і психічних резервів особистості, емоційно-вольова підготовка людини до відповідної діяльності, зняття нервово-емоційного напруження, розвиток пізнавальних процесів — уваги, пам'яті, мислення, зміна мотивації і самооцінки особи тощо. Аутотренінг можна застосовувати в групах та індивідуально. Іншими словами, це така саморегуляція, яка допомагає нормалізувати й оптимізувати рівень емоційного збудження або гальмування, які характеризуються певною інтенсивністю фізіологічних процесів в організмі людини.

Застосування аутотренінгу:

- з метою профілактики стану організму при перезбудженні, стомленні, апатії, сильних напруженнях тощо.
- для нормалізації функціонального стану організму, що змінився в результаті перевтомлення і перенапруження, порушення сну, тобто для відновлення сил, для переключення на іншу діяльність.

У процесі аутотренінгу здійснюється вплив на зміну функцій окремих фізіологічних систем і стану в цілому. Сутність аутогенного тренування полягає в повторенні про себе певних мовних настанов, які називаються словесними формулами. Для ефективного впливу ці формули промовляють по кілька разів (залежно від рівня підготовленості) з обов'язковим розумовим уявленням і співпереживанням.

Оволодіння методами аутотренінгу передбачає певну послідовність. Спочатку за допомогою підібраних словесних формул потрібно відволіктися від оточуючої дійсності, створити стан розслаблення. Потім здійснюється безпосереднє аутозанурювання шляхом промовляння про себе визначених попередньо мовних формул, які поступово розслаблюють кінцівки і різні частини тулуба й голови. Після цього необхідно спрямувати увагу на режим дихання, контроль серцевої діяльності, загальний відпочинок тощо. Закінчується аутотренінг введенням себе в стан самонавіяного сну.

Аутотренінг використовують тоді, коли необхідно відновитися перед подальшою напруженою діяльністю. Спрямованість аутотренінгу може бути різною: на заспокоєння, на мобілізацію, на переключення, на відпочинок, на відновлення. Відповідно змінюватиметься зміст мовних формул, послідовність їх використання, тривалість оволодіння.

Лекція 4. Тема 8. Функціональні стани суб'єкта як фактор безпечної трудової діяльності 2 год.

План лекції

1. Проаналізувати функціональні стани суб'єкта діяльності як фактор безпечної трудової діяльності.
2. Розглянути динаміку працездатності і стомлення. Праксичні стани. Монотонія.
3. Проаналізувати можливості створення психологічного настрою на безпеку.
4. Дослідити можливості організації режиму праці та відпочинку.

Література: Основна: 1, 2, 3, 4. Додаткова: 6, 7, 8.

Завдання на самостійну роботу аспірантів:

Відповіді на питання для самоперевірки:

1. Розкрити особливості безпеки інтерфейсної взаємодії.

2. Охарактеризувати деструктивну поведінку у професійній діяльності.
3. Дослідити вплив нервово - психічного напруження, стресу та тривожності на можливість виникнення травматизму.
4. Розглянути можливості навчання безпечної діяльності.
5. Охарактеризувати індивідуальні особливості нестійкої поведінки, схильність до нещасних випадків та травматизму.
6. Розкрити значення аналізу нещасних випадків як способу боротьби з небезпекою.

Конспект лекції

Діяльність людини супроводжується відповідною реакцією його психічних і фізіологічних функцій, яка, по-перше, відображає процеси адаптації до реального чи очікуваному впливу робочого навантаження, факторів навколишнього середовища, емоційних переживань і, по-друге, характеризує процеси після цих взаємодій. Функціональні реакції людини, що задаються конкретним змістом діяльності, завжди специфічні й цілісні (взаємопов'язані, взаємообумовлені).

Функціональні стани багато в чому визначають професійну надійність суб'єкта праці. Вона являє собою рівень безвідмовності, безпомилковості та своєчасності робочих операцій при взаємодії з технічною системою або іншими співробітниками. Надійність формується в ході професійної підготовки, досвідом, ступенем спрямованості особистості на діяльність, рівнем здібностей.

Функціональної надійністю суб'єкта праці є властивість функціональних систем людини, що забезпечує його динамічну стійкість у виконанні професійного завдання протягом певного часу із заданою якістю. Це властивість проявляється в адекватному вимогам діяльності рівні розвитку професійно значущих психічних і фізіологічних функцій і механізмів їх регуляції в нормальних і екстремальних умовах.

Функціональні стани багато в чому визначають і психологічну готовність суб'єкта трудової діяльності. Психологічна готовність є психічним станом, що характеризується мобілізацією ресурсів суб'єкта праці на оперативне або довгострокове виконання конкретної діяльності або трудового завдання. Цей стан допомагає успішно виконувати свої обов'язки, правильно використовувати знання, досвід, особистісні якості, зберігати самоконтроль і перебудовувати діяльність при появі непередбачених перешкод.

Розрізняють тривалу готовність і тимчасовий стан готовності. Тривала готовність включає в себе: позитивне ставлення до діяльності, що виконується; риси характеру, здібності, темперамент, мотивацію, адекватні вимогам діяльності; необхідні знання, навички, вміння: стійкі професійно важливі особливості сприйняття, уваги, мислення, емоційно-вольових процесів. Тимчасова готовність відображає особливості та вимоги майбутньої ситуації.

У функціональному стані виділяють дві сторони - суб'єктивну і об'єктивну. Суб'єктивну сторону вважають провідною, оскільки в процесі адаптації суб'єктивні складові випереджають об'єктивні. Під суб'єктивною стороною функціональних станів розуміють такі психічні складові як: тип нервової системи, тип темпераменту, особливості емоційної, вольової та інтелектуальної сфер.

Функціональний стан - це інтегральний динамічний комплекс характеристик фізіологічних, психологічних, поведінкових функцій і якостей, які обумовлюють виконання діяльності. Функціональний стан - це інтегральна характеристика властивостей, якостей людини, що визначають ефективність його діяльності.

Виділяють наступні показники функціональних станів: суб'єктивні реакції; зміни вегетосоматичних і психічних функцій; продуктивність і якість роботи.

Функціональні стани характеризуються певною структурою, в яку входять наступні компоненти:

- Енергетичний, що представляє собою фізіологічні реакції, пов'язані з енерговитратами, що відбуваються у процесі діяльності;

- Сенсорний, що визначає можливості прийому та первинної обробки інформації;

- Інформаційний, що забезпечує подальшу обробку інформації і прийняття рішення на її основі;

- Ефекторний, відповідальний за реалізацію рішень в поведінкових актах. Сюди відносяться швидкість, точність реакцій, координацію рухів;

- Активаційний, що визначає спрямованість і ступінь напруженості діяльності, а також характеризується здатністю людини реалізувати наявні в нього якості і особистісні властивості: нервової регуляції, рівня уваги, мотивації, емоційно-вольової напруги.

В. І. Дружинін зазначає, що всі види функціональних станів класифікуються за такими ознаками: за впливом на показники діяльності, за механізмом формування реакції, за зовнішніми та внутрішніми проявами.

Класифікація станів може здійснюватися за допомогою характеристик змісту і протікання трудового процесу, наприклад стан монотонії (одноманітність діяльності), сенсорного голоду (в ситуаціях дефіциту сенсорної інформації), психологічного стресу, стану тривоги тощо.

Функціональний стан формується і змінюється в результаті впливу особливостей самого суб'єкта праці або від умов діяльності. До таких особливостей можна віднести наступні характеристики:

1) рівень професійної придатності до конкретної діяльності;

2) рівень підготовленості до виконання діяльності;

3) величина індивідуальних ресурсів і функціональних резервів для забезпечення діяльності;

4) стан здоров'я;

5) ставлення до праці.

На формування або зміну функціональних станів впливають фактори трудового процесу. До них можуть віднести наступні показники: ступінь складності, небезпеки, напруженості, шкоди праці; величина і зміст робочого навантаження; ступінь адекватності трудового завдання; вплив несприятливих факторів робочого середовища; погіршення психологічного клімату в робочій групі, порушення звичного життєвого укладу, біологічних ритмів і стереотипів життєдіяльності.

Дослідження функціональних станів проводиться в наступних напрямках:

- оцінка індивідуальних особливостей особистості (фізіологічних, психологічних), наприклад з метою профвідбору, профпридатності, психодіагностики та корекції;

- розпізнавання стійких психофізіологічних властивостей, необхідних для надійного виконання діяльності, встановлення тимчасових, швидкісних, інформаційних можливостей людини, обумовлених генетично або отриманих при навчанні (для прогнозування ефективності діяльності);

- визначення максимально можливого часу знаходження в зміненому середовищі, яке не викликає порушення здоров'я людини (екстремальні ситуації).

Таким чином, функціональний стан виступає в якості найважливішого фактору, що обумовлює успішність і продуктивність діяльності людини у сфері праці, спілкування, пізнання, істотно впливає на ефективність і якість різних видів діяльності, на існування людини як особистості.

Науково-технічний прогрес характеризується не тільки збільшенням темпів розвитку і впровадження в народне господарство країни нових технічних систем і технологічних процесів, а й зростанням ролі людини у досягненні високої продуктивності праці. У таких умовах психологія безпеки особистості повинна оптимізувати психічні стани людини, які формуються в процесі професійної діяльності.

Під психічним станом людини розуміють цілісну характеристику психологічної діяльності і поведінки за певний період часу, яка свідчить про своєрідність проходження психічних процесів залежно від відтворюваних предметів і явищ дійсності, попередніх станів і психічних властивостей особистості.

Систему понять, яка характеризує психічні стани людини, класифікують наступним чином. Виділяють групи афективних і вольових станів. У першій групі є дві підгрупи з яскраво вираженими компонентами: емоційний та гуманітарний стан. Перша група об'єднує стани, що характеризують емоційну реакцію людини на актуальний подразник. Друга — стани, які супроводжують виявлення почуттів частіше всього в процесі спілкування. Стани обох підгруп поділяються на позитивні та негативні. Гуманітарні позитивні стани — симпатія, дружба, кохання, захоплення; негативні — антипатія, ворожість, ненависть. Емоційні позитивні стани — спокій, радість, насолода, щастя, ейфорія, екстаз; негативні — хвилювання, сум, горе, страждання, гнів, лють.

У групі вольових станів також виділяють дві підгрупи: праксичні (від лат. прах — справа, діяльність) і мотиваційні. Праксичні — це стан людини на різних етапах трудової діяльності: передробочому, робочому, після робочому. Мотиваційні — супроводжують виявлення мотивів працівника, які спрямовані на задоволення духовної або матеріальної потреби. В ній виділяють багато органічних станів (гіпоксія, жага, голод, сексуальне напруження), біологічних за своєю природою, проте вони мають виражений психологічний аспект і низку орієнтувальних станів (сенсорна депривація, нудьга, зацікавленість, здивування, сумнів, тривога, страх, жах, паніка), які супроводжують пізнавальну діяльність людини. Стани третьої великої групи (свідомість — увага) фонові, створюють умови для всього психічного життя людини, зокрема, неухважність, зосередженість, підвищена увага.

Окремо виділяють багато складних станів, наприклад, фрустрація і стрес, психічний конфлікт, психічна криза особистості.

Дослідження станів людини в психології безпеки особистості виконують, передусім, з огляду на оптимізацію робочої діяльності людини та забезпечення безпечних умов діяльності.

Стан монотонії знайомий людям багатьох професій. Найбільше до нього схильні працівники виробничих підприємств, спортсмени, водії та спостерігачі за пульсами управління. Кожна людина по-своєму переносить цей стан. Люди з сильною нервовою системою переживають його сильніше, ніж люди зі слабкою.

Монотонія — це стан людини, що виникає при виконанні одноманітної роботи. До складу терміна входять два грецьких слова — монос — один і тонос — напруга. Даний стан характеризується зниженням психічної активності і тону, ослабленням сприйнятливості і свідомого контролю, погіршенням пам'яті та уваги, стереотипізацією дій і втрати інтересу до роботи.

Психологи виділяють два види монотонії:

1. Стан пов'язаний з багаторазовим повторенням однієї тієї самої дії і з впливом безлічі однакових сигналів на одні й ті ж нервові центри. Найчастіше з даним видом стикаються працівники виробництва, що повторюють свої рухи сотні і тисячі разів за зміну при роботі на конвеєрі.

2. Стан, викликаний одноманітністю сприйняття. Такий вид властивий людям, вимушеним працювати в умовах одноманітних, мало мінливих. Людина стикається з не достатньою кількістю інформації і відчуває "сенсорний голод". Прикладом для цього виду монотонії може служити довга їзда по знайомій, нецікавій місцевості або тривале спостереження за показниками приладів.

Проведені спостереження за водіями показали, що більшість представників цієї професії (74%) переносять дуже важко стан монотонії, 23% – важко і тільки 3% водіїв відносно стійкі до стану монотонії. Крім того було відмічено, що водії, які займаються перевезеннями на далекі відстані менш схильні до монотонії, що говорить про можливість адаптування до монотонної діяльності.

Психологи радять знаходити позитивні сторони в монотонній роботі, зайнятися у процесі її виконання роздумами, розрахунками тощо. Також дієвими можуть бути наступні методи:

- ускладнення робочих операцій;
- прискорення темпу роботи;
- часта зміна діяльності;
- організація перерв і пауз;
- посилення мотивації через розуміння значущості роботи, що виконується.

Практичні поради:

Відомо з історій життя спортсменів-марафонців, що вони читали перед забігом детективні повісті та романи, щоб поміркувати над ними під час участі у монотонних змаганнях. Водіям можна порадити прослуховувати музику, аудіокниги, брати попутників для ведення бесід, головне, щоб це не відволікало їх від безпосередніх обов'язків.

Стан монотонії і стреси – це ознаки синдрому «емоційного вигорання». Усвідомлення того, що ці стани присутні, допомагають прийняти своєчасні заходи для боротьби з ними. Заходи повинні приймати не тільки люди, що страждають цим порушенням, а й керівники підприємств, співробітники яких знаходяться в групі ризику. Правильна оцінка стану працівників допоможе відповідно спланувати робочий процес і виключити негативний вплив монотонії на них.

З факторів, що обумовлюють безпеку особистості у процесі діяльності, виділяють два загальних напрямки у вирішенні даної проблеми:

- зниження рівня виробничих небезпек шляхом створення більш безпечних знарядь, предметів та умов праці або більш ефективних засобів захисту;
- підвищення рівня індивідуальної захищеності робочих шляхом організації їх більш безпечної поведінки.

З двох зазначених напрямків у рамках психології вивчають організацію безпечної поведінки працівників. Безпечна діяльність є насамперед наслідком правильного ставлення робітника до питань охорони праці, його настрою на роботу без нещасних випадків, постійна спрямованість робітників на питання безпеки. Таке ставлення до проблем безпеки необхідно створити насамперед у керівників виробництва. Це ставлення до безпеки праці керівників повинно "захопити" робітника. Робочий буде вірити в безпеку своєї праці тільки в тій мірі, в якій буде

вірити в це його керівник. Управлінці повинні постійно проявляти інтерес до забезпечення безпеки праці своїх співробітників.

Політика безпеки праці повинна бути спрямована на колективний пошук членами виробництва шляхів попередження нещасних випадків. Кожен на своєму місці зобов'язаний шукати шляхи вирішення цієї проблеми і вносити свої пропозиції в даному напрямку, причому такі пропозиції слід всіляко заохочувати. Будь-який нещасний випадок, незалежно від ступеня його тяжкості, повинен привертати до себе увагу керівників усіх рівнів. Все це сприяє тому, що на виробництві створюється громадська думка: тут кожен несе відповідальність за безпеку. Тільки в такому випадку у робочого з'явиться впевненість у тому, що все навколо нього в порядку, з'явиться настрій на безпечну роботу. Подібна впевненість ще більше зміцниться, якщо робітник буде бачити, що в організації існує суворий контроль за виконанням всіх правил безпеки. Причому при аналізі нещасних випадків слід уникати тенденції звалювати все на потерпілого і прагнути об'єктивно виявляти організаційні та технічні передумови, що створили ситуацію. Тільки при такому підході можлива ефективна профілактика травматизму.

Всі перераховані способи створення настрою працівника на безпечну працю одночасно сприяють і престижності такої роботи. При цьому у працівника виникає почуття гордості вже тільки тому, що він працює безпечно. Для робітника повинно стати нормою відсутність порушень правил охорони праці.

Лекція 5. Тема 11. Економічна безпека особистості 2 год.

План лекції

1. Розглянути можливі загрози економічної безпеки.
2. Проаналізувати та охарактеризувати основні джерела та засоби негативних економічних впливів на безпеку особистості.
3. Дослідити можливі деструктивні наслідки впливу економічної небезпеки.

Література: Основна: 1, 2, 4. Додаткова: 5, 6, 7, 8.

Завдання на самостійну роботу аспірантів:

Відповіді на питання для самоперевірки:

1. Проаналізувати деструктивні наслідки впливу економічної небезпеки.
2. Навести приклади об'єктивних, суб'єктивних, потенційних, реальних та уявних джерел та засобів негативних економічних впливів на безпеку особистості.
3. Чи можна віднести відмову від активної економічної поведінки до деструктивних наслідків впливу економічної небезпеки, обґрунтуйте свою позицію.
4. Проаналізувати загрози щодо особистісної безпеки в міському середовищі.
5. Чи можна сприймати державу як основний і найбільш комплексний універсальний інструмент забезпечення безпеки, що повинен доповнювати зусилля громадян і громадських організацій, захищати всіх індивідуумів, всі соціальні групи, все суспільство (націю) в цілому? Обґрунтуйте свою позицію.

Конспект лекції

Економічну безпеку людини неможливо розглядати за межами суспільних відносин, тому що вона є не самоціллю, а передумовою людського життя і розвитку

суспільства. Не випадково А. Маслоу потребу безпеки людини поставив на друге місце після задоволення фізіологічних потреб і відніс їх до первинних. Відсутність економічної безпеки означає небезпеку існування не тільки людини, але й усього суспільства. Розвиток суспільства супроводжується збагаченням різноманітних форм безпеки особистості.

Проблеми формування безпечних економічних умов життєдіяльності людини в Україні сьогодні набувають особливої гостроти у зв'язку з трансформаційними процесами, що відбуваються в суспільстві. Перехід від командно-адміністративної економіки до ринкової обумовлений поразкою першої в суспільному змаганні з ринковою системою внаслідок неефективного господарювання, коли екстенсивне розширення виробництва було не в змозі компенсувати втрати від падіння ефективності.

Ринкова система господарювання сформувала безумовно переважні механізми розподілу доходів, які в умовах конкуренції створюють міцні стимули активізації людського фактору.

З іншого боку, людський капітал в сучасних умовах стає провідним фактором розвитку всіх сторін суспільного життя, у тому числі і економічного. Інвестування в людину в країнах з соціально-орієнтованою економікою розглядаються як інвестування в майбутнє, як найбільш ефективне і прибуткове використання капіталу.

В цілому, на межі XX і XXI століття визначальною тенденцією суспільного розвитку стає соціалізація, яка відбиває намагання людства підпорядкувати усі суспільні процеси вирішенню завдання розвитку людини, її здібностей, самореалізації особистості, врешті - реалізації мрії людства про добробут і соціальну справедливість.

В умовах ринкової економіки економічна безпека людини визначається насамперед обсягами її реальних доходів, рівнем і якістю життя. У свою чергу, забезпечити це можна, з одного боку – власним фізичним і інтелектуальним станом і здатністю особи реалізовувати і захищати своє природне право на достатній рівень та якість життя, а з іншого – діяльністю регіональної влади і органів управління щодо створення для цього відповідних суспільних умов. При цьому обов'язковою умовою має бути оптимальне збалансування діяльності регіональної влади та органів управління і особистих зусиль конкретної людини.

Отже, економічна безпека людини – стан і здатність особи у відповідних суспільних умовах реалізовувати і захищати природне право на достатній рівень та якість життя.

Об'єкти економічної безпеки особи та загрози.

Щоб забезпечувати економічну безпеку особи необхідно визначити об'єкти захисту і основні загрози.

Об'єктами економічної безпеки особи є:

а) життя і здоров'я людини, її фізичний і інтелектуальний стан, як головні передумови розвитку;

б) стан екологічного середовища, як природна передумова здійснення місії людини;

в) економічне, політичне, соціальне і духовне середовище, як суспільні передумови здійснення місії людини;

г) джерела доходів людини (земля, капітал, знання, праця, підприємництво тощо);

д) багатство людини (майно, доходи тощо).

Кожний з цих об'єктів має велику кількість конкретних джерел і форм загроз, які можна поділити на дві великі групи:

- загроза втрати майна і доходів;
- загроза втрати умов життєдіяльності людини.

Загроза втрати майна і доходів може здійснюватися шляхом несплати заробітної плати і пенсій, рестрикції доходів державою, інфляції, розкраданням, знищенням та ушкодженням майна.

Загроза втрати умов життєдіяльності людини може проявлятися у формі руйнації екологічного середовища та генофонду, втрати роботи та соціальних умов життя. Це означає, що людина позбавляється можливості самореалізації власних фізичних та інтелектуальних здібностей, а разом з ними і можливостей отримувати доходи, що необхідні для формування достатнього рівня та якості життя. В цілому це втрата суспільних та індивідуальних умов самовідтворення людини.

Можна визначити чотири головних напрямки можливої втрати умов життєдіяльності людини. Перед усім це - руйнація екологічного середовища життєдіяльності людини. Вона може носити глобальний, національний або локальний характер, має різноманітні форми прояву.

Це, наприклад, порушення температурного режиму земної кулі, аварія на ЧАЕС, наступ на сільву Сахари або знищення «легенів планети» - лісів Амазонки, які мають глобальний характер.

Якщо йдеться про забруднення Дніпра, ерозію чорноземів, забруднення повітря на території України - це національні форми прояву екологічної катастрофи. Забруднення навколишнього середовища внаслідок функціонування окремих суспільних структур на місцевому рівні характеризують регіональну екологічну небезпеку.

Найбільш актуальне значення порушення екологічного середовища для пересічного громадянина України складає, перед усім, радіація внаслідок аварії на ЧАЕС. Нажаль, Україна сьогодні не має ані ефективних засобів нейтралізації шкідливого опромінювання, ані достатньої кількості грошових коштів для боротьби з негативними наслідками цієї аварії, а світова спільнота залишила нашу країну фактично наодинці з цією проблемою.

Другою екологічною небезпекою для населення України є забруднення навколишнього середовища звичайними механічними, хімічними і біологічними відходами виробництва, перетворення країни в екологічне звалище Європи шляхом передачі і розвитку в ній європейськими країнами «брудних» виробництв. Все це врешті решт перетворюється в екологічно небезпечні продукти харчування і приймає безпосередню форму небезпеки для людини.

Другим напрямком втрати умов життєдіяльності людини є втрата праці і можливості підприємництва. Відкрите і приховане безробіття в Україні сьогодні має масовий характер.

Якщо за роки перебудови чисельність населення України скоротилось на два млн. чоловік, то чисельність зайнятих - на 7,9 (з 23,9 до 16 млн. чол.). Можна вважати, що близько 6,5 - 7 млн. чол. безробітні або зайняті в тіньовій економіці, тобто позбавлені яких би то ні було соціальних гарантій. Безробіття позбавляє людину доходів, завершує процес самовідчуження особистості, супроводжується зростанням злочинності, екстремізму. Наявність масового безробіття є порушенням права людини на працю (ст.43, ч.1), на умови повного здійснення права на працю, яке пов'язане з можливістю вибору професії (ст.43, ч.2), на безпечні умови праці (ст.43, ч.4). на своєчасне отримання заробітної плати (ст.43, ч.7).

Масове безробіття, як правило, супроводжується погіршенням умов підприємницької діяльності у великому і малому бізнесі. Це є порушенням права

кожного на підприємницьку діяльність (ст.42, ч.1 Конституції України). Держава не сприяє розвитку малого бізнесу, що проявляється в ускладненій процедурі реєстрації суб'єктів підприємницької діяльності, та визначається дозволом державної установи, а не заявою підприємця.

Небезпека попередніх умов життя людини послідовно визначається як руйнація соціальних умов життєдіяльності, що безпосередньо характеризує економічну небезпеку. Перед усім вона проявляється у загальному зниженні рівня життя, що має багатий спектр визначення.

Виробництво валового внутрішнього продукту на душу населення скоротилося в 2,5 рази.

Оскільки матеріальною основою економічної безпеки особистості є розпоряджувальний дохід, то ситуація в Україні характеризується масовою бідністю. Близько 80% населення України мешкає за межею бідності.

Масове розповсюдження бідності в Україні супроводжувалось її диференціацією в регіональному і освітньому плані. Вектор наростання бідності спрямований у напрямок регіонів з більш високим рівнем промислового розвитку.

В тому ж напрямку збільшується і глибина бідності. Посилення розповсюдження і глибини бідності у напрямку промислово-розвинених регіонів України несе в собі небезпеку не тільки окремим індивідам, але й державі в цілому, тому що уражає її найбільш міцні економічні структури, які найбільше потерпіли від розпаду колишньої системи.

Небезпека визначеної тенденції полягає і в тому, що бідність здатна відтворювати сама себе. Міжнародний досвід боротьби з бідністю говорить про те, що для її подолання недостатньо заходів перерозподілу доходів на їх користь.

Слід також підкреслити, що небезпека бідності більш реальна для осіб з низьким рівнем загальної і професійної освіти.

Отже, чим нижчий рівень професійної і загальної освіти населення, тим вищий рівень бідності. Це має важливе значення для формування соціальних основ економічної безпеки.

Низький рівень життя є також наслідком низького рівня соціального захисту і, перед усім, пенсійного. Згідно з міжнародними критеріями для країн, що розвиваються, дохід менший \$1 на день є ознакою злиденності. В Україні під цей критерій підпадає 3/4 населення.

Конкретним показником економічної небезпеки, яка є наслідком зниження рівня життя, є погіршення житлових умов і харчування.

Порушується конституційне право на житло. Ситуація, як і в охороні здоров'я, визначається тим, що 75% населення не може його реалізувати за рахунок власних доходів, бо рівень їх доходів не перевищує \$1 на день, а держава не здатна надати їм безплатне житло. Також значно погіршилась охорона здоров'я. Сьогодні пересічний українець, коли звертається за допомогою до поліклініки або лікарні, повинен оплачувати більшість матеріальних витрат (ліки, харчування, навіть послуги лікарів і іншого медичного персоналу). Порушенням ст. 49 Конституції України є руйнація системи охорони здоров'я людини. Ситуація визначається наступним чином: держава не в змозі фінансувати охорону здоров'я, а громадяни - не спроможні набувати платні медичні послуги. Але, у кожному випадку порушуються 1, і 2, і 3 частини цієї статті.

Істотно скоротився середній термін тривалості життя. Сьогодні в Україні тільки кожен другий робітник доживає до пенсійного віку. Визначилась стійка тенденція скорочення чисельності населення, котре за роки незалежності зменшилось більше чим на 2 млн чоловік. Йде інтенсивний процес старіння населення.

На фоні злиденності життя істотно погіршилася його якість. Це проявляється в суспільній нестабільності, неможливості пересічному громадянину реалізувати власний потенціал в економічній, соціальній, політичній і духовній сферах життя, що також відбивається на масовій міграції населення за кордони країни в пошуках джерел доходів.

Безпосередньо на рівні та якості життя відбивається зростання криміналізації економіки і суспільства взагалі. Економічна небезпека людині загрожує не тільки з боку руйнації соціальних і економічних умов життєдіяльності, але і як пряма втрата майна і доходів внаслідок дій кримінальних. Перед усім, це крадіжки, грабунки, розбій, рекет, вимагання і шахрайство, які використовуються кримінальними елементами для привласнення майна і доходів громадян. Особливістю цієї небезпеки на сьогоднішній день в Україні є те, що на доходи громадян тепер зазіхають працедавці і держава.

Керівництво державних і акціонерних підприємств оточують себе посередницькими торговельними структурами, на чолі яких стоять вони самі, або їх родичі. Продають їм продукти і послуги за умисно низькими цінами і тим самим привласнюють прибутки. Внаслідок умисно завданих збитків підприємству, у нього не вистачає обігових коштів взагалі, в тому числі і на оплату праці. Так, керівник однієї з АЕС України перерахував посередницькому підприємству, засновником якого він був сам, \$ 1 млн і сховався. Заборгованість по заробітній платі в Україні залишається високою.

Особливу форму економічної небезпеки людини складає інфляційна рестрикція доходів громадян державою. Громадяни України внаслідок інфляції втратили близько 100 млрд. руб. заощаджень, що за курсом 1997 р. складало практично 200 млрд. грн. Парадокс є в тому, що держава, як ініціатор інфляційної рестрикції доходів населення, була використана приватними ділками, шахраями тощо. Правову відповідальність за це встановити практично неможливо, але моральна відповідальність залишиться на керівництві держави того часу назавжди.

Для окремої людини ці загальні форми економічної небезпеки мають власні конкретні причини і риси проявлення.

Зниження рівня доходів родини або окремої особи. Воно є наслідком:

1. Втрати роботи;
2. Зниження рівня платні;
3. Інфляційних процесів у країні;
4. Втрати годувальника родини;
5. Погіршення рівня соціального захисту.

Порушення конституційних прав людини, які пов'язані з економічною небезпекою, можуть бути здійснені з боку всіх суб'єктів економічної діяльності: держави, підприємства або окремої особи. Вони є наслідком наступних дій або бездіяльності:

З боку держави:

1. Відсутністю економічних умов реалізації виголошених в Конституції України і окремих законах економічних гарантій громадян;
2. Відсутністю ефективних юридичних засад захисту економічних прав людини (наприклад, борги по заробітній платні в країні мають дуже стислу кореляцію з незаконним експортом капіталу і зростанням тіньової економіки);

3. Бездіяльністю законодавчої і виконавчої влади по запобіганню економічній небезпеці людині;

4. Рішеннями законодавчої і виконавчої влади, наслідком яких є зростання економічної загрози людині.

З боку фірми (підприємства) організації окремій особі може загрожувати економічна небезпека:

1. Звільнення працівника, розірвання трудового договору;
2. Зменшення мінімальної заробітної плати;
3. Порушення безпеки праці;
4. Використання праці в тіньових умовах, коли людина позбавляється соціальних гарантій або використання поденної праці;
5. Несвоєчасна сплата заробітної плати;
6. Шахрайство з боку адміністрації щодо власних працівників (наприклад, перекладання матеріальної відповідальності за крадіжки на осіб, які не мають відношення до матеріальної відповідальності);
7. Виготовлення і продаж споживачам неякісної продукції та послуг.

З боку окремої людини кожна особа може відчувати наступну економічну небезпеку:

1. Крадіжки, грабїж, розбій матеріальних цінностей;
2. Шахрайство;
3. Вимагання.

По групах економічних загроз людині з боку держави і окремих юридичних осіб є узагальнюючі і специфічні показники безпеки з власними пороговими значеннями.

Загальним, абсолютним показником економічної загрози людині є рівень доходів, порогове значення якого визначається міжнародним або національним законодавством. Також абсолютною економічною загрозою для пересічної людини є безробіття, позбавлення майна, яке визначає умови його фізичного існування.

Інші, окремі показники економічних загроз мають частковий характер. Наприклад, показники харчування: рівень калорійності, збалансованості по протеїну і вітамінам. Порогові значення цих показників визначаються медичними нормами.

Захист кожного з цих об'єктів від небезпеки його руйнації і складає головний зміст забезпечення особистої економічної безпеки людини.

Система особистої економічної безпеки людини в кожній державі, якщо взяти до уваги розвиток цивілізації, повинна спиратись на світові, загальнолюдські норми, що розвиваються і доповнюються національними нормами з урахуванням рівня політичного, соціально-економічного і духовного розвитку країни.

3. Практичні заняття

Основні завдання циклу практичних занять: розширення та поглиблення знань, що були отримані аспірантами на лекційних заняттях; уміння працювати з психологічною літературою, формулювати та відстоювати свою позицію, приймати активну участь у дискусії; розвиток умінь аналізувати психологічні загрози різного походження; засвоєння психологічних методів діагностування практичних станів; використовувати елементарні методи діагностики психологічних загроз на рівні індивіда, соціальної групи; використовувати психологічні знання при реалізації професійних функцій. На практичних заняттях використовуються мультимедійні презентації, психометричний інструментарій на паперових та електронних носіях.

Практичне заняття 1.

Тема 2. Природні та соціальні загрози безпеки особистості.

(Діагностика характерологічних особливостей особистості. Тест Леонгарда-Шмішека)

Мета: закріпити уявлення аспірантів про прогнозування змін і динаміку рівня розвитку та функціонування характеру, особистісних рис і акцентуацій в нормі і при психічних відхиленнях.

План роботи

1. Структура та основні риси характеру.
2. Тісний зв'язок характеру з психологічними властивостями особистості, що у купі складають предмет психології індивідуальних відмінностей.
3. Можливості діагностики характерологічних особливостей особистості.
4. Діагностика характерологічних особливостей особистості у процесі роботи над тестом Леонгарда-Шмішека.

Опитувальник К. Леонгарда - С. Шмішека «Методика вивчення акцентуацій особистості» призначений для діагностики типу акцентуацій особистості. Теоретичною основою опитувальника є концепція «акцентуованих особистостей» К. Леонгарда, який вважає, що властиві особистості риси можуть бути розділені на основні та додаткові. Основні риси складають стрижень, ядро особистості. У разі яскравої виразності (акценту) основні риси стають акцентуацією характеру. Відповідно особистості, у яких основні риси яскраво виражені, названі Леонгардом «акцентуованими».

Термін «акцентуовані особистості» зайняв місце між психопатією і нормою. Акцентуованих особистостей не слід розглядати як патологічних, але в разі впливу несприятливих факторів акцентуації можуть набувати патологічного характеру, руйнуючи структуру особистості.

Опитувальник містить 10 шкал, відповідно з десятьма виділеними Леонгардом типами акцентуованих особистостей.

Л і т е р а т у р а

Основна: 1, 4.
Додаткова: 6, 8.

Завдання на самостійну роботу аспірантів:

1. Скласти власну психологічну характеристику на основі отриманих даних.
2. Проаналізувати, яким чином акцентуації впливають на особистий процес соціально-психологічної адаптації

Практичне заняття 2.

Тема 4. Психологічна безпека особистості як стан захищеності і цілісності суб'єкта діяльності.

(Особливості механізмів психологічного захисту і копінг - стратегій та актуалізація особистісних ресурсів забезпечення психологічної безпеки. Опитувальник Плутчика – Келлермана – Конте)

Мета: з'ясування особливостей механізмів психологічного захисту та копінг - стратегій для актуалізації особистісних ресурсів забезпечення психологічної безпеки.

План роботи

1. Механізми психологічного захисту як фактор стримування однієї з базисних

- емоцій.
2. Дослідити та охарактеризувати різноманітні механізми психологічного захисту.
 3. Робота над опитувальником Плутчика – Келлермана – Конте.

Опитувальник Плутчика Келлермана Конте - Методика Індексу життєвого стилю (Life Style Index, LSI) був розроблений Р.Плутчиком в співавторстві з Г.Келлерманом і Х.Р.Контом в 1979 році. Тест використовується для діагностики різних механізмів психологічного захисту. Механізми психологічного захисту розвиваються в дитинстві для стримування, регулювання певної емоції; всі захисти в своїй основі мають механізм придушення, який спочатку виник для того, щоб перемогти почуття страху. Передбачається, що існує вісім базисних захистів, які тісно пов'язані з вісьмома базисними емоціями психоеволюційної теорії. Існування захистів дозволяє опосередковано виміряти рівні внутрішньоособистісних конфліктів, тобто дезадаптовані люди повинні використовувати захисти більшою мірою, ніж адаптовані особистості.

Захисні механізми намагаються звести до мінімуму негативні, що травмують особистість переживання. Ці переживання в основному пов'язані з внутрішніми або зовнішніми конфліктами, станами тривоги чи дискомфорту. Механізми захисту допомагають нам зберегти стабільність своєї самооцінки, уявлень про себе і про світ. Так само вони можуть виступати в ролі буферів, що намагаються не допустити близько до нашої свідомості надто сильні розчарування і загрози, які приносять нам життя. У тих випадках, коли ми не можемо впоратися з тривогою або страхом, захисні механізми спотворюють реальну дійсність з метою збереження нашого психологічного здоров'я і нас самих як особистостей.

Л і т е р а т у р а

Основна: 2, 4.

Додаткова: 6, 7, 8.

Завдання на самостійну роботу аспірантів:

1. Навести приклади щодо механізмів захисту: раціоналізація, витіснення, забування, проєкція, регресія, заміщення, ідентифікація, ізоляція, реактивні утворення, сублімація.

Практичне заняття 3.

Тема 6. Зовнішні та внутрішні детермінанти психологічної безпеки особистості. (Індивідуальні стратегії розв'язання конфліктів та моделювання можливих варіантів вирішення конфліктних ситуацій. Тест Томаса Кілмана)

Мета: співставити особистісні якості з двома важливими поведінковими параметрами – наполегливість та кооперація, визначити особистісний стиль поведінки у конфліктній ситуації.

План роботи

1. Основні причини виникнення та структура конфлікту.
2. Способи та можливості управління конфліктною ситуацією.
3. Основні стратегії розв'язання конфліктів та вирішення конфліктних ситуацій.
4. Визначити індивідуальні стратегії розв'язання конфліктів та можливості моделювання різноманітних варіантів вирішення конфліктних ситуацій за допомогою виконання тесту Томаса Кілмана.

Тест Томаса давно набув статусу практичного посібника в конфліктології, оскільки з його допомогою можна досить точно діагностувати реакцію випробуваної людини в тій чи іншій конфліктній ситуації. Знання і розуміння власного характеру допоможуть вам уникнути або ж вирішити проблемні конфліктні ситуації.

Автором тесту є американський психолог Томас Кілман.

Тест ґрунтується на зіставленні особистих якостей людини, що тестується, з двома важливими поведінковими параметрами - напористість і кооперація. На думку Кілмана саме ці людські характеристики допомагають людині в конфліктних ситуаціях.

Л і т е р а т у р а

Основна: 1, 3, 4, 6, 7.

Додаткова: 2, 6, 7, 14.

Завдання на самостійну роботу аспірантів:

1. Проаналізувати особливості творчого перетворювального характеру науково-технічної діяльності.
2. Викласти свої роздуми щодо проблеми соціальної відповідальності за результати майбутньої професійної діяльності в контексті суспільної безпеки.

Практичне заняття 4.

Тема 12. Соціально-психологічна безпека особистості.

(Психологія нестійкої поведінки в невизначених ситуаціях. Анкета «Прогноз». Тест «Самооцінка оптимізму та активності»)

Мета: систематизувати знання про особливості поведінки людини у невизначених ситуаціях.

План роботи

1. Конструктивна активність, позитивне світосприйняття та життєрадісність у складних життєвих ситуаціях як компоненти у структурі складного конструкта стресостійкості особистості.
2. Особливості та ознаки нервово-психічної неврівноваженості.
3. Дослідження рівня власної нервово-психічної стійкості за допомогою анкети «Прогноз».
4. Аналіз стійкості власної поведінки у невизначених ситуаціях у процесі роботи над тестом «Самооцінка оптимізму та активності».

Анкета «Прогноз» - опитувальник, розроблений в Ленінградській Військово-медичній Академії в 1985 році В. Ю. Рибниковим та призначений для початкового орієнтовного виявлення осіб з ознаками нервово-психічної нестійкості.

Основна мета методики - визначення рівня нервово-психічної стійкості, ризику дезадаптації в стресі. Опитувальник дозволяє виявити окремі ознаки особистісних порушень, а також оцінити ймовірність їх розвитку і проявів в поведінці та діяльності людини, особливо при ускладненні зовнішньої ситуації. Методика особливо інформативна при підборі осіб, придатних для роботи або служби у важких, непередбачуваних умовах, де до людини пред'являються підвищені вимоги.

Л і т е р а т у р а

Основна: 1.

Додаткова: 6, 7, 8.

Завдання на самостійну роботу аспірантів:

1. Навести та проаналізувати приклади застосування методів (прийомів) психічної саморегуляції.

4. Самостійна робота

До основних форм самостійної роботи аспірантів з вивчення курсу «Психологічна безпека особистості» слід віднести: опрацювання лекційного матеріалу та додаткове самостійне вивчення теоретичного матеріалу за підручниками та навчальними посібниками; підготовка до практичних занять і виконання позааудиторних завдань; добір основних методик психологічного дослідження психічних явищ та ознайомлення з технологією їх використання; підготовка та складання тестів.

Тема 3. Індивідуально-психологічні якості особистості та безпека

Метою самостійної роботи аспіранта є отримання знань про вплив індивідуальних якостей людини на безпеку її діяльності. Дослідження С. Геллерштейна, Г. Мюнстерберга, М. Грінвуда, Х. Вудса, К. Платонова, М.Котика, К. Марбе, В. Безродного, С. Сироти, В. Труща та інших. Спрямованість особистості. Самооцінка, вразливість, імпульсивність, емоційна лабільність.

Перелік основних питань:

1. Особливості впливу індивідуальних якостей людини на безпеку її діяльності у контексті психології безпеки особистості.
2. Сучасний етап розвитку галузі знань психологічна безпека особистості.
3. Аналіз спрямованості особистості.
4. Розглянути такі риси як самооцінка, вразливість, імпульсивність, емоційна лабільність у ракурсі психології безпеки особистості.

Л і т е р а т у р а

Основна: 1, 2, 3, 4.

Додаткова: 1, 4.

Тема 7. Діяльність та її безпека

Метою самостійної роботи аспіранта є отримання знань про організацію робочого простору; безпеку інтерфейсної взаємодії; вплив стресу і пережитої загрози; прийняття рішення в умовах загрози та невизначеності; інформаційне перенавантаження та дефіцит часу як загроза небезпеки; діагностичну роль професійних помилок у забезпеченні безпеки діяльності, деструктивну поведінку у професійній діяльності.

Перелік основних питань:

1. Можливості та особливості організації робочого простору у контексті психології безпеки особистості.
2. Можливі небезпеки інформаційного перенавантаження та дефіциту часу.
3. Значущість діагностики можливих професійних помилок та деструктивної діяльності у забезпеченні безпеки особистості.

Л і т е р а т у р а

Основна: 1, 2, 3, 4.

Додаткова: 5, 6, 8.

Тема 9. Інформаційно-психологічна безпека особистості

Метою самостійної роботи аспіранта є отримання знань про об'єкт і суб'єкт інформаційно-психологічної безпеки. Джерела, засоби впливу на особистість. Фактори маніпуляції свідомістю: політичні, соціально-економічні, соціально-психологічні. Способи негативного впливу на особистість: Інтернет, реклама, дискурс, кіно, експресивна мова, соціальне оточення. Зміна образної картини світу: порушення ідентичності, неадекватність самооцінки, втрата самоконтролю, зміна рольової поведінки, викривлення структури цілей. Інтернет-залежність як різновид адиктивної поведінки. Соціальні мережі и особистісна небезпека. Збереження ідентичності в соціальних мережах. Психотерапевтична допомога особистості в критичних ситуаціях.

Перелік основних питань:

1. Методологічні основи інформаційно-психологічної безпеки особистості.
2. Можливості нейтралізації факторів маніпуляції свідомістю та засобів негативного впливу на особистість.
3. Психотерапевтична допомога в критичних ситуаціях з метою забезпечення безпеки особистості.

Л і т е р а т у р а

Основна: 1, 2, 3, 4.

Додаткова: 6, 7, 8.

Тема 10. Психологічна безпека освітнього середовища

Метою самостійної роботи аспіранта є отримання знань про поняття «освітнє середовище». Специфіка психологічної безпеки в освітньому середовищі. Класифікація загроз психологічній безпеці в освітньому середовищі. Поняття конфлікту. Класифікація конфліктів. Стратегії розв'язання конфліктів в освітньому середовищі. Особливості маніпулятивної поведінки в процесі психолого-педагогічної взаємодії викладачів і студентів. Соціальна відповідальність щодо результатів науково-технічної творчої діяльності в контексті суспільної безпеки.

Перелік основних питань:

1. Особливості та специфіка освітнього середовища як фактору психологічної безпеки особистості.
2. Сучасна класифікація конфліктів та особливості їх протікання.
3. Стратегії розв'язання конфліктів в освітньому середовищі у контексті безпеки особистості.
4. Психолого-педагогічна взаємодія викладача і студентів: маніпулятивні аспекти.
5. Соціальна відповідальність сучасних науковців в контексті суспільної безпеки.

Л і т е р а т у р а

Основна: 1, 2, 3, 4.

Додаткова: 5, 6, 8.

Індивідуальні завдання

З метою поглиблення знань аспірантів з дисципліни, розвитку умінь самостійної роботи з психологічною літературою робоча програма передбачає написання рефератів з проблем психологічної безпеки особистості. Кожну тему може обирати тільки один аспірант. Термін закріплення тем рефератів та погодження ініціативних тем – третій тиждень семестру. Термін подання рефератів – дев'ятий тиждень.

Вимоги до реферату

Реферат обсягом 12-15 сторінок формату А4 тексту у редакторі Word, кегль 12, інтервал 1,5 повинен містити: зміст, вступ, основну частину (3-4 питання), висновки та список літератури. У вступі потрібно обґрунтувати теоретичну та практичну актуальність теми. В основній частині реферату необхідно глибоко та стисло розкрити поставлені питання; зазначати порядковими номерами посилання на використані літературні джерела (сайти). У висновках (2-3 сторінки), крім узагальнень, бажано викласти власний погляд на проблему.

Теми щодо реферативного огляду монографії мають містити: обґрунтування мети та потенційних користувачів монографії, опис структури монографії, розкриття декількох, найбільш важливіших і цікавих питань монографії. Висновки щодо змісту, доступності та стилю викладення матеріалу, можливості практичного застосування, особисті враження тощо.

Титульний аркуш реферату має такі реквізити:

Розташовуються зверху в центрі –

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ УКРАЇНИ
“КИЇВСЬКИЙ ПОЛІТЕХНІЧНИЙ ІНСТИТУТ”
Кафедра психології і педагогіки

Далі посередині аркуша –

Реферат з дисципліни «Психологічна безпека особистості»
на тему «_____» (№ визначити за
переліком)

Нижче праворуч – прізвище та ім'я аспіранта,
назва факультету.

Знизу по центру – Київ 201_

Критерії оцінювання

Оцінювання рефератів проводиться за системою критеріїв, що систематизовані у таблиці у виді зазначення полярних оцінок за певними характеристиками:

Позитивне оцінювання		Негативне оцінювання
ЗМІСТ		
Реферат відповідає темі	↔	Реферат не відповідає темі
Розкрити всі проблеми	↔	Важливі проблеми не розкриті
Адекватне використання джерел	↔	Компіляція
АРГУМЕНТАЦІЯ		
Аргументи логічно структуровані	↔	Аргументація відсутня
Розглянуто різні точки зору	↔	Надано один погляд на проблему
Строгий критичний аналіз, обґрунтування ключових концепцій	↔	Аналіз, обґрунтування основних концепцій відсутні
Глибокі, аргументовані висновки	↔	Висновки відсутні

НОВІЗНА		
Оригінально та творчо	↔	Тривіально
Власний погляд	↔	Власний погляд відсутній
СТРУКТУРА, СТИЛЬ, ГРАМОТНІСТЬ		
Чітко структурований зміст	↔	Хаотичність
Ефективне використання схем, таблиць тощо	↔	Не використовується необхідна візуалізація
Ефектний стиль викладання	↔	Поганий стиль
Немає орфографічних, синтаксичних помилок	↔	Є багато помилок
ОФОРМЛЕННЯ		
Відповідає вимогам	↔	Не відповідає вимогам
Поміркований обсяг	↔	Обсяг надмірний або короткий
Добре оформлено	↔	Неохайно оформлена робота

V. Контрольні роботи

Виконання контрольних робіт не передбачено.

VI. Методичні вказівки.

Вивчення курсу «Психологічна безпека особистості» передбачає засвоєння аспірантами системи психологічних знань, основних понять за темами, ознайомлення з навчально-методичними матеріалами.

За кожною темою наводяться посилання на список основної та додаткової літератури, що не виключає можливість аспірантів самостійно, по узгодженню з викладачем, розширити цей список.

Лекції проводяться із використанням мультимедійних презентацій (за наявності умов в аудиторії).

Практичні заняття дають можливість показувати, з одного боку, рівень підготовки до нього (участь в дискусії, висловлення власної думки), з другого боку – глибше засвоїти матеріал за допомогою його практичного застосування на основі підготовлених методичних розробок. Критеріями оцінювання виконання завдань практичного заняття є повнота розуміння кожного питання; активна та продуктивна робота над запропонованими завданнями; обґрунтованість особистих висновків після їх виконання.

Методичне забезпечення:

1. Підручники та їх електронні форми.
2. Навчальні посібники та конспекти лекцій, презентації.
3. Мультимедійний проектор.

VII. Рекомендована література

Основна

1. Волянюк Н.Ю. Безпека і надійність суб'єкта праці / Н.Ю. Волянюк, Г.В. Ложкін / Психологія праці. - Хмельницький: ХНУ, 2013. – С. 87-116
2. Котик М.А. Психология и безопасность. Таллин «Валтус» / М.А. Котик 1987. – 440с.
3. Лазарев С.В. Психология безопасности профессиональной деятельности.- М., 2007. [електронний ресурс]: http://eknigi.org/nauka_i_ucheba/64323-psixologiya-bezopasnosti-professionalnoj.html
4. Соломин В.П., Михайлов Л.А., Маликова Т.В., Шатровой О.В. Психологическая безопасность. Учебн. пособие - М.: Дрофа, 2008. – 288 с. [електронний ресурс]:http://bookap.info/psywar/solomin_psihologicheskaya_bezopasnost

Додаткова

5. Волянюк Н.Ю. Економічна психологія. / Н.Ю.Волянюк, Г.В. Ложкін, В.Л. Комаровська. - К.: Професіонал, 2008. – С. 63-89.
6. Каландаров К.Х. Управление общественным сознанием. Роль коммуникативных процессов. - М.: Гуманитарный центр «Монолит», 1998. - 80 с. [електронний ресурс]: <http://razom.znaimo.com.ua/docs/191/index-68335-1.html>
7. Кара-Мурза С.Г. Манипуляция сознанием. Учебное пособие. М.: Алгоритм, 528 с., [електронний ресурс]: <http://www.kara-murza.ru/manipul.htm>
8. Психологія : навч. посіб. / О. В. Винославська, О. А. Бреусенко-Кузнецов, В. Л. Зливков, А.Ш. Апішева та ін. ; за наук. ред. О. В. Винославської. - 2-е вид., переробл. і доповн. - К. : Фірма ІНКОС, 2009. - 390 с.

Інформаційні ресурси

1. Кампус НТУУ «КПІ імені Ігоря Сікорського» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://login.kpi.ua/>
2. <http://www.ifp.uran.ru/files/publ/eshegodnik/2004/12.pdf>
3. http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Psihol/Allahv/intro_2.php

Рейтингова система оцінювання результатів навчання

Для оцінювання успішності аспірантів застосовується рейтингова система (PCO). PCO враховує:

- результати роботи аспірантів на лекціях;
- результати роботи аспірантів на практичних заняттях;
- якість написання реферату;
- результати написання екзаменаційної контрольної роботи.

Система рейтингових (вагових) балів та критерії оцінювання

1. Робота аспірантів на лекційних заняттях

Ваговий бал – 4.

Максимальна кількість балів за роботу на лекційних заняттях дорівнює

4 бали × 5 л. з. = 20 балів.

Оцінювання роботи кожного аспіранта здійснюється на кожному лекційному занятті за двома показниками – присутністю і активністю:

а) присутність 1 бал × 5 л. з. = 5 балів.

Критерії оцінювання:

1 – присутність на лекційному занятті;

0 – відсутність на лекційному занятті.

б) активність 3 бали × 5 л. з. = 15 балів.

Критерії оцінювання:

2,5-3 – висока активність, яка свідчить про спрямованість на ґрунтовне засвоєння матеріалу;

1,5-2 – середня активність, що свідчить про спрямованість на формальне засвоєння матеріалу;

1 бал – низька активність, яка свідчить про ухиляння від засвоєння матеріалу.

0,5 – дуже низька активність, яка свідчить про ухиляння від засвоєння матеріалу або відсутність активності.

0 – відсутність активності.

2. Робота аспірантів на практичних заняттях

Ваговий бал – 5,5.

Максимальна кількість балів на всіх практичних заняттях дорівнює

5,5 балів × 4 пр. з. = 22 бали.

Оцінювання роботи кожного аспіранта здійснюється на кожному практичному занятті за трьома показниками – підготовленістю, активністю та присутністю:

а) продуктивність 3,5 балів × 4 пр. з. = 14 балів.

Критерії оцінювання:

3,5 – продуктивна та активна участь у роботі, якісна підготовка до заняття, виражена у вільному володінні матеріалом, що свідчить про глибоке розуміння суті питання, ознайомлення аспіранта не лише з матеріалом лекцій, але й з підручником та додатковою літературою; висловлення аспірантом власної позиції щодо дискусійних проблем, якщо такі порушуються під час заняття;

2,5-3 – присутність та повне виконання завдань з деякими неточностями, що свідчить про активну роботу та якісну підготовку до заняття; правильне розуміння матеріалу, що опрацьовується у процесі роботи, ознайомлення аспіранта з матеріалом лекцій та підручника;

1,5-2 – присутність та неповне виконання завдань, не достатньо продуктивна та активна робота на протязі усього заняття, що свідчить про поверхове володіння матеріалом, що досліджується; не достатнє ознайомлення аспіранта з навчальним матеріалом;

0,5-1 – лише часткове виконання завдань у процесі роботи; не вірне розуміння матеріалу, що свідчить про недостатню підготовку, але намагання аспіранта включитися у роботу та надолужити;

0 – відсутність продуктивної участі у роботі.

б) активність 1,5 бали × 4 пр. з. = 6 бали.

Критерії оцінювання:

1,5 – висока активність, що свідчить про ґрунтовну обізнаність з матеріалу та спрямованість на його опрацювання;

0,5-1 – активність, що свідчить про обізнаність з матеріалу та спрямованість на його опрацювання;

0 – низька активність, що свідчить про не володіння матеріалом та ухилення від участі у практичному занятті.

в) присутність 0,5 бал × 4 пр. з. = 2 балів.

Критерії оцінювання:

0,5 – присутність на практичному занятті;

0 – відсутність на практичному занятті.

За особливі досягнення в роботі на практичному занятті двом кращим аспірантам може бути нараховано заохочувальні бали (+ 1 бал).

3. Реферат

Ваговий бал – 18.

Критерії оцінювання:

16-18 балів – творчий підхід до розкриття проблеми;

12-15 балів – глибоке розкриття проблеми, відображена власна позиція;

8-11 балів – обґрунтоване розкриття проблеми з певними недоліками;

4-7 балів – реферат компілятивного рівня, або тему розкрито неповно;

1-3 балів – тему розкрито неповно;

0 балів – незадовільно, тему не розкрито, реферат не зарахований.

За кожний тиждень із запізненням поданням реферату нараховуються штрафні бали (– 2 бали, але загалом не більш ніж – 6 балів). Наявність позитивних оцінок, отриманих аспірантом за реферат, є необхідною умовою його допуску до екзамену.

Отже, сума вагових балів контрольних заходів протягом семестру складає:

$$R_C = 4 \times 5 + 5,5 \times 4 + 18 = 60 \text{ балів.}$$

4. Екзаменаційна контрольна робота

Екзаменаційна складова шкали дорівнює 40% від **R**, а саме, 40 балів.

RE = 40 балів.

Необхідною умовою допуску до екзамену є рейтинг (**Rc**) не менше 50% від **RC**, тобто 30 балів.

Екзамен проводиться в письмовій формі. Час екзаменаційної контрольної роботи – 120 хвилин. Контрольне завдання містить 3 запитання за тематичними розділами навчальної дисципліни.

Приклад:

Екзаменаційне завдання № 1

1. Психологія безпеки у системі психологічного знання.

- Охарактеризуйте етапи предметної дії у сфері інформаційних процесів.

Екзаменаційне завдання № 2

- Об'єкт і предмет психології безпеки.
- Охарактеризуйте психологічні закономірності формування натовпу.

Екзаменаційне завдання № 3

- Дайте характеристику інформаційно-психологічних загроз особистості.
- Наведіть приклади віртуально-мережевих практик, які порушують безпеку людини.

Критерії оцінювання:

35-40 балів – повна, чітка, викладена в логічній послідовності відповідь на всі поставлені питання, що свідчить про глибоке розуміння суті питання, ознайомлення аспіранта не лише з матеріалом лекцій, але й з підручником та додатковою літературою; висловлення аспірантом власної позиції щодо дискусійних проблем, якщо такі порушуються у питанні;

25-34 балів – відповідь на всі поставлені питання, але не зовсім повна або не достатньо чітка, що свідчить про правильне розуміння суті питання, ознайомлення аспіранта з матеріалом лекцій та підручника; певні неточності у відповіді;

15-24 балів – достатньо поверхова відповідь на всі поставлені питання; суттєві помилки у відповіді; відсутність відповіді на одне питання при правильній, в цілому, відповіді на інші;

5-14 балів – правильна відповідь лише на одне питання при відсутності відповідей на інші або при неправильних відповідях на них;

0-4 балів – неправильна відповідь на поставлені питання, що свідчить про незнання відповідного навчального матеріалу, але намагання висловити власне розуміння суті поставленого питання; відсутність відповіді.

Розрахунок шкали (R) рейтингу

Сума вагових балів контрольних заходів протягом семестру складає:

$$RC = 3 \times 6 + 6 \times 4 + 18 = 60 \text{ балів.}$$

Рейтингова шкала з дисципліни складає

$$RD = RC + RE = 60 + 40 = 100 \text{ балів.}$$

Для отримання аспірантом відповідних оцінок (ECTS та традиційних) його рейтингова оцінка (RD) переводиться згідно з таблицею 1.

Таблиця 1.

$RD = Rc + Re$	Оцінка ECTS	Оцінка традиційна
95 – 100	A – відмінно	Відмінно
85 – 94	B – дуже добре	Добре
75 – 84	C – добре	
65 – 74	D – задовільно	Задовільно
60 – 64	E – достатньо (задовольняє мінімальні критерії)	
$RD < 60$	FX – незадовільно	Незадовільно
$Rc < 30$	F – незадовільно (потрібна додаткова робота)	Не допущений

Орієнтовна тематика рефератів з дисципліни «Психологічна безпека особистості»

1.	Актуальні проблеми сучасних знань про людину
2.	Психологія та її роль в системі наук про людину
3.	Джерела психологічних знань
4.	Методологія психології безпеки особистості
5.	Психологічні джерела безпеки особистості
6.	Взаємодія людини та інформаційного середовища: проблема інформаційно-психологічної безпеки особистості
7.	Психологія маніпуляцій як основна загроза інформаційно-психологічної безпеки особистості
8.	Індивідуально-психологічна безпека особистості у процесі діяльності
9.	Індивідуально-психологічна безпека особистості: передумови безпечної поведінки людини
10.	Психологічні механізми захисту та психологічна безпека особистості
11.	Індивідуальні стратегії досягнення стану безпеки як передумова безпечної поведінки особистості
12.	Психічна саморегуляція: стратегії і методи
13.	Діяльність як психологічна система
14.	Небезпеки інформаційного перевантаження для особистості
15.	Забезпечення психологічної безпеки особистості, суспільства та держави як новітній виклик міжнародного співіснування
16.	Безпечна трудова діяльність: теоретико-методологічні підходи та дискусії
17.	Забезпечення безпеки трудової діяльності
18.	Складники та механізм функціонування психологічної безпеки освітнього середовища
19.	Психолого-педагогічна взаємодія викладачів та аспірантів, маніпулятивні аспекти
20.	Соціальна відповідальність сучасного науковця в контексті суспільної безпеки
21.	Оцінювання економічної безпеки особистості
22.	Стратегії досягнення соціально-економічної безпеки особистості
23.	Класифікація та характеристика масових психічних явищ
24.	Професійна зрілість особистості
25.	Інтерпретація результатів оцінювання соціально-психологічної безпеки
26.	Психологічні аспекти тероризму та сектантства.
27.	Психофізіологічні аспекти маніпулювання свідомістю (інформаційні небезпеки особистості)
28.	Вплив деяких фізичних факторів інформаційного середовища (звукові феномени, світлові феномени, вплив кольору)
29.	Наслідки впливу економічної небезпеки на особистість
30.	Джерела та засоби негативних економічних впливів на безпеку особистості

Перелік питань з дисципліни «Психологічна безпека особистості» до іспиту.

1. Психологія безпеки у системі психологічного знання.
2. Об'єкт і предмет психології безпеки.
3. Дайте характеристику інформаційно-психологічних загроз особистості.
4. Дайте характеристику економічних загроз особистості.
5. Дайте характеристику поняттям: аварія, ситуація, випадок.
6. Розкрийте значення наочної інформації щодо попередження загрози.
7. Розкрийте типи ризику.
8. Дайте характеристику ризикової поведінки людини.
9. Наведіть приклади інформаційного перенавантаження.
10. Дайте характеристику різноманітних видів інформаційного впливу.
11. Як змінюється образна картина світу при негативному впливі?
12. За якими ознаками можна розпізнати неправду та брехню при впливі на іншу людину?
13. У чому полягає нейтралізація психологічних факторів у трудовій діяльності?
14. Які механізми регуляції поведінки людини у випадку небезпеки?
15. Які існують загрози психологічній безпеці в освітньому середовищі?
16. Види залежної поведінки.
17. Маніпулятивні аспекти поведінки в процесі психолого-педагогічної взаємодії.
18. Охарактеризуйте засоби зміни свідомості.
19. У чому полягають стратегії досягнення безпеки особистості?
20. У чому полягають особистісні ресурси збереження ідентичності?
21. Суб'єкт та об'єкт економічної безпеки.
22. Які умови збереження економічної безпеки?
23. У чому полягає психологічний захист особистості у соціально-напруженій ситуації?
24. Дайте характеристику факторам стресостійкості.
25. Наведіть приклади зовнішніх ознак порушення впевненості людини у небезпечній ситуації.
26. Наведіть приклади ознак віктимної поведінки.
27. Наведіть приклади стимуляції безпечної діяльності.
28. Охарактеризуйте етапи предметної дії у сфері інформаційних процесів.
29. Які існують дискриптори небезпечної поведінки у натовпі?
30. Наведіть приклади віртуально-мережевих практик, які порушують безпеку людини.