

Мотовилова Наталия Владимировна

слушатель

Научный руководитель

Шалагинова Ксения Сергеевна

канд. психол. наук, доцент, доцент

ФГБОУ ВО «Тульский государственный

педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

DOI 10.31483/r-108236

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ В УСЛОВИЯХ НОВЫХ ВЫЗОВОВ И УГРОЗ

Аннотация: в условиях быстрого развития современного общества и постоянно меняющихся социально-экономических условий важным аспектом жизни людей становится психологическая безопасность. В статье рассмотрено понятие психологической безопасности и ее значение для личности, семьи, образования и других сфер жизни. Представлены новые вызовы и угрозы, с которыми сталкивается человечество, и то, как они влияют на психологическую безопасность. Предложены стратегии для адаптации и поиска решения с целью обеспечения психологической безопасности и устойчивости.

Ключевые слова: психологическая безопасность, устойчивость, благополучие, психологическое равновесие, психологическая гибкость, эмоционально-волевая сфера, духовно-нравственное развитие, адаптация, вызовы, угрозы, климатический кризис, климатическая грамотность, образование, общественное участие, правительственные меры.

На сегодняшний день в условиях стремительного ускорения экстремальных климатических и геодинамических явлений по всему миру, а также глобальных социально-экономических и политических кризисов важным вопросом становится психологическая безопасность. Это значительный аспект человеческого благополучия и общественной стабильности, охватывает защиту от угроз

внешних факторов, а также обеспечивает психологическое равновесие, здоровье человека и общества в целом.

Существует большое количество определений психологической безопасности. Так Б.Х. Варданян определяет психологическую безопасность как особое взаимодействие всех компонентов психической деятельности, в том числе эмоциональных [1, с. 542–543]. П.Б. Зильберман психологической безопасностью называл «...интегративное свойство личности, характеризующееся таким взаимодействием эмоциональных, волевых, интеллектуальных и мотивационных компонентов психической деятельности индивидуума, которое обеспечивает оптимальное успешное достижение цели в сложной эмотивной обстановке» [2, с. 20]. О.В. Лозгачева считает психологическую безопасность как комплексное свойство человека, которое характеризуется необходимой степенью адаптации человека к воздействию экстремальных и/или кумулятивных внешних и внутренних факторов [3, с. 96–102]. Психологическая безопасность – это специфическая мера стабильности психического состояния человека, во многом определяющая особенности реагирования людей на различные травматические ситуации, с которыми неизбежно сталкивается каждый человек в течение жизни [4, с. 18].

Можно сделать вывод о том, что психологическая безопасность определяется как состояние психического и эмоционального благополучия, при котором личность ощущает устойчивость, способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и эффективно реагировать на них. Это также включает в себя чувство защищенности, стабильности и уверенности в своей безопасности, как физической, так и эмоциональной. Психологическая безопасность человека во многом зависит от его индивидуально-психологических особенностей и мотивационной ориентации, напрямую связано с наличием у человека адекватной самооценки, низкого уровня тревожности, умения контролировать свои мысли и эмоции, системы ценностей и четкой жизненной позиции, которые в свою очередь способствуют формированию нужных навыков.

Значение психологической безопасности охватывает различные аспекты человеческой жизни.

1. Здоровье и благополучие. Психологическая безопасность содействует душевному, физическому здоровью и общему благополучию человека. Люди, уверенные в своей психологической безопасности, чаще ощущают счастье и меньше подвержены психическим расстройствам.

2. Семейные отношения. Обеспечение психологической безопасности в семье способствует укреплению доверительных отношений и снижению семейных конфликтов.

3. Профессиональная производительность. В рабочей и учебной средах, психологическая безопасность способствует повышению производительности и снижению болезненных асоциальных реакций, таких как конфликты и стресс. Люди более открыто обсуждают идеи, задают вопросы, делятся опытом и учатся друг у друга. Это способствует инновациям, развитию росту как индивидуумов и организаций, так и общества в целом.

4. Социальная стабильность. На общественном уровне, психологическая безопасность играет роль в обеспечении стабильности, благополучия общества и снижении насилия и агрессии.

На сегодняшний день самым главным вызовом для человечества является климатический кризис, который вызывает угрозы мирового масштаба. Увеличение числа сейсмических, вулканических, гидрологических, атмосферных, гравитационных и термических аномалий на нашей планете [5, с. 4–14] способствуют утрате навыков социального поведения людей, маргинализации и стигматизации. В таких условиях происходит влияние на мозговую активность, эмоциональное состояние и здоровье человека, повышается уровень стресса и тревожности, депрессии, потеря чувства безопасности и беспомощности, увеличивается риск развития агрессивного поведения и суицидальных наклонностей.

Для установления психологической безопасности необходимы ресурсы и стратегии адаптации в условиях глобального климатического кризиса.

1. Публичная осведомленность о климатических рисках и мерах адаптации, позволяющее снизить тревожность, развитие резилиентности, климатической грамотности, психологической гибкости и осознанности населения, принятие личной ответственности и действий в сфере климатической безопасности.

2. Поддержка психологического благополучия во всех сферах жизнедеятельности человека, особенно в образовательных учреждениях, поднимать актуальные темы управления эмоционально-волевой сферой и духовно-нравственного развития личности.

3. Международная интеграция, изменения экономической модели государств, с целью перехода на созидательное сотрудничество между странами, объединения мирового научного потенциала для поиска решения климатического кризиса мирового масштаба.

Отдельно требуют внимания необходимость реализации на государственном уровне актуальности тем управления эмоционально-волевой сферы и духовно-нравственного развития человека, в том числе в образовательных учреждениях. Поскольку они формируют понимание двойственной природы человека, в чём истинный смысл его существования, основы социальной и эмоциональной компетентности человека, развивают эмоциональную грамотность, управление собой, своими мыслями и эмоциями, помогает лучше понимать себя и других. Духовно-нравственное развитие личности способствуют развитию нравственных чувств, таких как любовь, эмпатия, справедливость, уважение, честность и ответственность, а также умению межличностного общения и созидательного сотрудничества. Ведь то, что нравственно и духовно является человеческим – богочеловечным, безопасным, надежным, эффективным и вызывает доверие. Доверительные отношения в условиях новых вызовов и угроз способствует установлению психологической безопасности личности, в семье, в образовании, созидательного сотрудничества на региональном уровне и между странами.

Психологическая безопасность – это ключевой элемент человеческого благополучия и социальной стабильности. Обеспечение психологической безопасности требует совместных усилий образования, общества и государства. Понимание значимости психологической безопасности и применение соответствующих стратегий могут улучшить качество жизни и обеспечить психологическое благополучие людей.

Список литературы

1. Варданян Б.Х. Механизмы регуляции эмоциональной устойчивости / Б.Х. Варданян // Категории, принципы и методы психологии. Психические процессы. – М.: Наука, 1983. – С. 542–543.

2. Зильберман П.Б. Эмоциональная устойчивость оператора // Очерки психологии труда оператора / П.Б. Зильберман; под ред. Е.А. Милеряна. – М., 1974. – С. 172.

3. Лозгачева О.В. Формирование стрессоустойчивости на этапе профессионализации: дис. канд. психол. наук / О.В. Лозгачева. – Казань, 2004. – 189 с. – EDN NMWHAP

4. Психологическая безопасность личности: учебник и практикум для вузов / А.И. Донцов, Ю.П. Зинченко, О.Ю. Зотова [и др.]. – М.: Юрайт, 2023. – 222 с. – ISBN 978-5-534-09996-6 // Образовательная платформа Юрайт [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/517468>

5. Arushanov M.L. Causes of earth climate change, as a result of space impact, dispelling the myth about anthropogenic global warming // German International Journal of Modern Science. – 2023. – №53. – С. 4–14. DOI 10.5281/zenodo.7795979. EDN RYOEWH