

Научная статья

УДК 151.8

DOI: 10.18384/2949-5105-2024-4-19-37

МЕТОДОЛОГИЧЕСКАЯ ОСНОВА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ

Валеева Г. В., Тюмасева З. И.

Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический

университет, 454080, Челябинская область, г. Челябинск, пр. Ленина, д. 69, Российская

Федерация; e-mail: valeevagv@cspu.ru

Поступила в редакцию 26.08.2024

После доработки 08.10.2024

Принята к публикации 09.10.2024

Аннотация

Цель. Выявить и обосновать методологию изучения психологической безопасности личности как психологического феномена.

Процедура и методы. На основе теоретического анализа философских и психологических работ определён комплекс методологических подходов: диалектический (общефилософский), системный (общенаучный) и субъектный (специально научный). Эмпирическое исследование, выстроенное на основе комплекса методологических подходов, опирается на систему диагностики, включающую проективную моторно-экспрессивную методику и стандартизованные методы изучения, которые позволяют дать качественные и количественные характеристики психологической безопасности личности.

Результаты. Обоснован комплекс методологических подходов (диалектический, системный и субъектный) как основы для изучения природы психологической безопасности личности, в соответствии с которым психологическая безопасность личности понимается как *система*, состоящая из однородных, разнонаправленных структурных элементов, не существующих друг без друга, закономерно зависящих от факторов, которые управляют их развитием; проходящая процесс преобразований, управляемый субъектом. Понятие «безопасность» характеризуется субъективными и объективными показателями здоровья в пределах нормы; «субъективная опасность» – субъективные показатели здоровья в переходной или дезадаптивной зоне, а объективные показатели здоровья в пределах нормы. Если субъективные и объективные показатели в зоне дезадаптации, то речь идёт об объективной опасности, если субъективные показатели в норме, а объективные показатели в зоне дезадаптации – «иллюзия безопасности».

Теоретическая и/или практическая значимость. Определён и обоснован комплекс методологических подходов, раскрывающий природу психологической безопасности личности как составляющей безопасной жизнедеятельности человека.

Ключевые слова: диалектический, системный, субъектный, подход, принципы, декомпозиция, детерминизм, развитие, системность и субъектность, психологическая безопасность личности, методология

Для цитирования: Валеева Г. В., Тюмасева З. И. Методологическая основа психологической безопасности личности // Вестник Государственного университета просвещения. Серия: Психологические науки. 2024. №4. С. 19–37. DOI: 10.18384/2949-5105-2024-4-19-37

Original Research Article

METHODOLOGICAL BASIS OF PSYCHOLOGICAL PERSONAL SECURITY

G. Valeeva, Z. Tyumaseva

South Ural State Humanitarian Pedagogical University,

pr. Lenina, 69, Chelyabinsk region, Chelyabinsk, 454080, Russian Federation;

e-mail: valeevagv@cspu.ru

Received by the editorial office 26.08.2024

Revised by the author 08.10.2024

Accepted for publication 09.10.2024

Abstract

Aim. To identify and substantiate the methodology of studying the psychological security of a person as a psychological phenomenon.

Methodology. Based on the theoretical analysis of philosophical and psychological works, a set of methodological approaches is defined: dialectical, systemic and subjective. Empirical research includes a projective motor-expressive technique and standardized methods. The analysis of empirical data on the study of psychological security of the individual based on the principles of methodological approaches is carried out.

Results. A set of methodological approaches is substantiated: dialectical, systemic and subjective as the basis for studying the nature of psychological security of the individual.

Research implications. A set of methodological approaches has been defined and substantiated, revealing the nature of psychological security of a person as constituting a safe human life activity.

Keywords: dialectical, systemic, subjective, approach, principles, decomposition, determinism, development, consistency and subjectivity, psychological security of personality, methodology

For citation: Valeeva G. V., Tyumaseva Z. I. Methodological basis of psychological personal security. In: Bulletin of State University of Education. Series: Psychological Sciences, 2024, no. 4, pp. 19–37. DOI: 10.18384/2949-5105-2024-4-19-37

Введение

Развитие протекает как коадаптация личности и среды, результатом которой является опасная или безопасная жизнедеятельность. Во многих исследовательских работах (И. А. Баева, Н. Н. Баев, О. Ю. Зотова, Л. В. Карапетян, П. И. Костенок,

Г. П. Коняхина, Е. А. Сергиенко, К. Седикидес) рассматривается способность личности сохранять устойчивость в процессе своего развития, связывая её с безопасностью жизнедеятельности. Развивая данную парадигму, мы понимаем безопасную жизнедеятельность как осознанные отношения

человека с Миром, которые обеспечивают стабильное и полное проявление таких характеристик жизни, как организация, метаболизм, рост, адаптация, реакция на раздражители и воспроизводство [3]. Психологический уровень взаимодействия человека с Миром, интегрируя личность в целое, как раз и обеспечивает эти устойчивые отношения. Поэтому, выстраивая иерархию внутрисистемных связей, психологическую безопасность личности рассматриваем как составляющую безопасной жизнедеятельности человека и, соответственно, как результат коадаптации личности и природно-социальной среды. Однако безопасность личности противоречит процессу её развития, поскольку происходящие изменения неизбежно повлияют на отношения личности с Миром, на её устойчивость и приведут к нарушению психологической безопасности личности. С целью разрешения этого противоречия считаем необходимым выявить и обосновать методологию изучения психологической безопасности личности.

В основе нашего исследования лежит гипотеза: определение комплекса методологических подходов: диалектического (общефилософского), системного (общенаучного) и субъектного (специально научного) как основы изучения психологической безопасности личности позволит исследовать и описать природу этого психологического феномена.

Задачи исследования:

1) проанализировать основные положения диалектического, системного и субъектного подходов и их принципы;

2) уточнить основные понятия темы исследования;

3) эмпирически обосновать использование комплекса методологических подходов как основы для изучения психологической безопасности личности.

Психологическая безопасность личности как составляющая безопасной жизнедеятельности, являясь результатом процесса коадаптации личности и природно-социальной среды, постоянно изменяется, поэтому имеет смысл рассматривать её через призму диалектического подхода как способа научного познания, основанного на представлении об закономерно меняющихся объектах и предметах окружающего мира, позволяющего познать общие закономерности её становления и развития.

Диалектический подход позволяет понимать и разрешать противоречия, возникающие в науке; понимать эволюционные явления в различных областях знания [16]. В современных работах учёные применяют диалектику для изучения таких проблем безопасности жизнедеятельности, как патриотизм, экономическое неравенство и неравноценный обмен в рамках международных отношений [11]. Расширение применения диалектического подхода связано с тем, что он позволяет обосновать причинно-следственные связи, процессы дифференциации и интеграции, разрешать противоречие между сущностью и явлением, содержанием и формой, объективностью и субъективностью в оценке действительности [9].

Реализация принципов диалектики в исследовании психологической безопасности личности предполагает постановку и решение следующих задач:

1) выявление и анализ внутренних ис-

точников и механизмов развития, связанных со структурно-функциональными особенностями психологической безопасности личности и определением внутренних оппозиций; 2) оценку количественных и качественных изменений и диагностику переходных состояний (скачков), приводящих к появлению нового качества психологической безопасности личности; 3) изучение преимущества, связи нового со старым, повторяемости на новых стадиях развития некоторых свойств предшествующих состояний [9].

Принцип декомпозиции [1; 13] предполагает существование двух однородных, но разнонаправленных частей психологической безопасности личности, не существующих друг без друга («опасность: отношения человека с Миром, обеспечивающие нарушение проявлений характеристик жизни; безопасность: отношения человека с Миром, которые обеспечивают стабильное и полное проявление характеристик жизни»). В этом контексте полярность «опасность – безопасность» раскрывается через полярность «здоровье – болезнь», проявляющихся в иерархическом, по принципу соответствия («Я-концепция» – субъектность – психологическая безопасность личности) и синергетическом взаимодействии по принципу дополнения: субъективная и объективная составляющие здоровья личности. Синергетическое взаимодействие субъективной и объективной составляющих здоровья личности определяет стратегию её жизнедеятельности.

Целевой установкой и критериями развития безопасной жизнедеятельности как метасистемы психологической безопасности личности являются

осознанные отношения человека с Миром, которые обеспечивают проявление характеристик жизни и определяют взаимодействие описанных выше полярностей.

Исходя из принципа декомпозиции, психологическую безопасность личности характеризуют:

1. *Целеустремлённость*, которая проявляется в стремлении минимизировать разницу между субъективным отражением самоосознанным и целостным индивидом объективной реальности самого себя; выстраивать иерархию приоритетов своего развития на основе своих ресурсов; формировании осознанных отношений, обеспечивающих стабильное и полное проявление характеристик жизни.

2. *Управленческое воздействие*, исходящее от субъекта управления системы безопасности жизнедеятельности, направленное на объект управления психологическую безопасность личности. Управленческое воздействие заключается в развитии психологической безопасности личности как состояния, необходимого для формирования осознанных отношений, обеспечивающих максимально стабильное и полное проявление характеристик жизни.

3. *Избирательность (стохастичность)*, заключающаяся в том, что психологическая безопасность личности в своём развитии проходит точки бифуркации, в которых определяется выбор пути её развития: прогресс – субъективно безопасная стратегия жизнедеятельности (свой жизненный путь воспринимается субъектом целостно и сознательно моделируется) или разрушение – субъективно опасная стратегия жизнедеятельности (только конкретная тактика реагиро-

вания в отдельных жизненных ситуациях).

4. *Иерархичность целевой ориентации системы* психологической безопасности личности делает её открытой системой, поддерживающей своё существование, функционирование и развитие благодаря обмену энергией и информацией с жизнедеятельностью в целом и субъектностью личности в конкретных условиях природно-социальной среды.

5. *Мультифакторность* – развитие системы психологической безопасности личности – объясняется воздействием комплекса внутренних факторов субъектности «Я-концепция», «Смысл жизни», «Иерархия приоритетов развития», «Технология построения отношений с Миром» и объективных показателей здоровья как условий жизнедеятельности, каждый из которых может рассматриваться как управляющее воздействие, способное изменять направленность развития психологической безопасности личности.

6. *Взаимосвязанность компонентов.* В результате взаимосвязи факторов субъектности и объективных показателей здоровья как условий жизнедеятельности возникает пространственно-временная структура – «Стратегии жизнедеятельности» как вариативность коадаптации личности и среды.

Принцип детерминизма предполагает закономерную зависимость явлений от порождающих причин как совокупности факторов, управляющих развитием системы, которые доступны системно-логическому объяснению и опытной проверке [5; 13]. Под причиной понимается совокупность факторов, которыми формируется управ-

ляющее воздействие на систему, а следствие представляет пространство, которое реагирует на это управляющее воздействие. Переходный процесс – это многоуровневое структурированное пространство, обеспечивающее взаимодействие между причиной и следствием.

«Причина» психологической безопасности личности в самой жизнедеятельности человека как неизбежном процессе, а «следствие» в субъективном отражении самоосознанным и целостным индивидом объективной реальности самого себя – «Я-концепции». «Переходный процесс», возникающий при взаимодействии «причины» и «следствия» выражен как субъектность – состояние, возникающее в результате субъективного отражения самоосознанным и целостным индивидом объективной реальности самого себя («Я-концепция»), позволяющее ему выстраивать иерархию приоритетов своего развития на основе своих ресурсов [3].

Принцип развития позволяет рассматривать систему психологической безопасности личности, последовательно проходящей полиморфный процесс прогрессивных преобразований, трансформаций или разрушения неэффективных форм психической организации личности [3]. Интегрирующие и дифференцирующие процессы могут быть дестабилизированы противоречиями во внутренней системе факторов субъектности («Я-концепция», «Смысл жизни», «Технология построения отношений с Миром»), что приводит к неустойчивости системы.

Стимулом развития психологической безопасности личности является

единство противоположно направлен- ных тенденций «безопасность (целост- ность) – опасность (конфликтность)», создающих необходимое напряжение. Индивидуализация развития психо- логической безопасности личности обуславливается субъективными при- чинно-следственными связями между факторами субъектности; субъектив- ной и объективной составляющей здо- ровья личности, а преемственность – постепенным переходом количествен- ных изменений в качественно новое состояние субъектности и объектив- ного здоровья личности, при этом но- вый опыт формируется только на ос- нове осознания и принятия прошлого опыта достижения состояния психо- логической безопасности.

Принцип развития дополняется и расширяется *принципами неопреде- лённости, субъектности и альтерна- тивности* [14], что означает осново- полагающую роль субъекта, базовыми свойствами которого являются це- лостность, единство, интегральность в выборе опасной-безопасной жизнеде- ятельности, принципиальную откры- тость, способность к диалогу с самим собой и возможность саморазвития.

Психологическая безопасность личности является динамической си- стемой, существующей в рамках про- странства и времени. Поэтому пси- хологическая безопасность личности исследуется с позиций прошлого (воз- никновение: родительские установки, сценарии, объективные показатели здо- ровья), настоящего («Я-концепции», «отношения с Миром», «Стратегия жизнедеятельности») и будущего («Смысл жизни», «Иерархия приори- тетов развития»), а её показатели всег- да рассматриваются в динамике.

Всеобъемлющий характер понятия жизнедеятельности, как общего, и пси- хологической безопасности личности, как части этого общего, требует при- менения системного подхода как спо- соба научного познания, согласно ко- торому мы можем исследовать явление как множество структурных элемен- тов, объединённых определёнными со- отношениями и связями между ними.

Системный подход решает задачу синтеза различных знаний об объекте, разработки новых принципов подхода к объекту изучения, создания целост- ной картины выделяемого объекта. Системный подход позволяет рассма- тривать различные психологические явления не изолированно, а в их со- вокупности и совместно с порожда- ющими причинами, в соответствии с которым любой продукт психической деятельности всегда является след- ствием многих явлений объективного и субъективного характера, а также устанавливать законы развития слож- ных систем физической, биологиче- ской и социальной природы, на ос- нове объединения в единое различных научных направлений, концепций и школ. Поэтому, по утверждению А. Г. Асмолова, в иерархии уровней ме- тодологии системный подход выступа- ет как связующее звено между фило- софской методологией и методологией специальных наук [4].

Таким образом, сочетание диалекти- ческого и системного подходов позво- ляет при моделировании системы пси- хологической безопасности личности выявить её состав, внутрисистемные и межсистемные связи, соотношения частей и целого (иерархичность), ди- намических характеристик, эволюции системы (целесоориентированность),

а также факторы, детерминирующие возникновение и формирование объекта.

Принцип системности как основной принцип системного подхода определяет психологическую безопасность личности, как систему, обладающую внутренней целостностью и динамикой.

Её характеризуют:

1. *Целостность*. Система обладает «надсуммарными» свойствами и качествами, которые не присущи «Я-концепции», «Иерархии приоритетов развития и ресурсов», «Отношения с миром», но возникают в результате их взаимодействия. Целостность системы психологической безопасности личности проявляется в субъектности, развивающейся на основе внутренней системы факторов («Я-концепция», «Смысл жизни», «Иерархия приоритетов развития», «Технология построения отношений с Миром»), определяющей характеристики динамического равновесия между адаптационными возможностями субъекта и изменяющейся объективной составляющей жизнедеятельности. Эти характеристики существуют как стратегии жизнедеятельности: субъективно безопасная стратегия жизнедеятельности (свой жизненный путь воспринимается субъектом целостно и сознательно моделируется) и субъективно опасная стратегия жизнедеятельности (выстраивается конкретная тактика реагирования в отдельных жизненных ситуациях).

2. *Структурность*, которая подчёркивает значение формы организации системы психологической безопасности личности, местоположение её частей.

3. *Многоуровневость*. Каждый компонент системы психологической безопасности личности может рассматриваться как система меньшего уровня, в которую входит другая система. Многоуровневость создаёт универсальную архитектуру систем и, как следствие, «универсальный принцип функционирования».

«Субъектность», формируется на основе взаимодействия в системе внутренних факторов «Я-концепция», «Смысл жизни», «Иерархия приоритетов развития», «Технология построения отношений с Миром». Взаимодействие показателей субъектности и объективных показателей состояния здоровья личности определяет четыре стратегии жизнедеятельности: «истинная безопасность» – субъективно и объективно безопасная жизнедеятельность; «истинная опасность» – субъективно и объективно опасная жизнедеятельность; «иллюзия безопасности» – субъективно безопасная, но объективно опасная жизнедеятельность; «иллюзия опасности» – субъективно опасная, но объективно безопасная жизнедеятельность, характеризующих психологическую безопасность личности, которая, в свою очередь, определяет характер жизнедеятельности в целом как безопасный (здоровый), фрагментарно опасный (фрагментарное здоровье) и опасный, определяющий качество процесса коадаптации личности и среды.

Психологическая безопасность личности является нелинейной системой. Для такой системы характерна непропорциональность причин и следствий. Процессы, протекающие в ней, неодинаковы при разных внешних воздействиях или взаимодействиях между

элементами, что может привести к качественным изменениям. Именно нелинейность приводит к необходимости применения *субъектного подхода* при изучении психологической безопасности личности как способа научного познания, исследующего способность личности взаимодействовать с собой, находясь в диалоге двух суверенных субъектов, что приводит к тому, что она познаёт и меняет свою жизнедеятельность. Согласно этому подходу, психическое объективно существует как субъективное, а личность имеет значение как субъект собственной активности.

Е. А. Сергиенко и С. Л. Рубинштейн рассматривают субъекта не только как носителя активности, но и как источника причинности бытия [14]. Сознание, обеспечивая познание мира субъектом, определяет не только его отражение, но и выражение отношения к нему субъекта – созерцательности. Деятельность преобразует объект в целях субъекта, а созерцание сохраняет и раскрывает для субъекта его ценность.

Таким образом, человек, выступая в своей сущности как субъект психической активности, непосредственно оказывает регулятивное воздействие на свою психику и опосредствованно воздействует на окружающий мир [2]. Человек как субъект способен превращать собственную жизнедеятельность в предмет своего познания практического преобразования, относиться к самому себе, оценивать способы деятельности, контролировать её ход и результаты, изменять её приёмы. Чтобы стать субъектом, человек должен постоянно превращать свою биопсихосоциальную природу в субъектность, реализующую субъектное отношение

к миру, превращать предпосылки и условия своей природно-социальной среды в свой жизненный путь. С позиций субъектного подхода ни биологические (физиологические, соматические), ни социокультурные факторы сами по себе не определяют хода и результатов развития, становления человека как личности и индивидуальности. Однако и социальные факторы не переходят прямо в содержание субъектности, в способности субъекта. Человек как субъект есть биопсихосоциальная уникальность. Реализация понятия субъекта в принципе субъектности позволяет перейти от анализа отдельных характеристик, его индивидуальных способностей, особенностей его деятельности, к изучению целостного субъекта собственной жизнедеятельности [14].

В настоящее время в психологической науке под субъектностью понимают уровень активности влияния субъекта на внешние и внутренние процессы развития и рассматривают «субъектность» как способность субъекта ставить цели и актуализировать, развивать, направлять свои ресурсы для их достижения [3].

Разделяя вышеизложенные интерпретации понятия «субъектность» и рассматривая его в аспекте субъективных факторов развития, считаем, что, субъектность – это понимание самоосознанным, целостным индивидом самого себя (Я-концепция), позволяющее ему выстраивать иерархию приоритетов своего развития на основе своих ресурсов. Субъектность определяется внутренней системой факторов («Я-концепция», «Смысл жизни», «Технология построения отношений с Миром»), обеспечивающих динами-

ческое равновесие между адаптационными возможностями субъекта и изменяющимися условиями природно-социальной среды. «Я-концепция» – это системообразующий фактор субъектности. А анализ взаимодействия между элементами «Я-концепции» позволяет выявить «смысл жизни», а анализ взаимодействие «Я-концепции» со «смыслом жизни» позволяет выстроить «иерархию приоритетов и ресурсов развития», которые характеризуют развитость субъектности, регулирующей «отношения с Миром» [3].

Рассматривая комплекс методологических подходов – диалектический, системный и субъектный, мы понимаем психологическую безопасность личности как *систему*, включающую множество объединённых однородных, но разнонаправленных структурных элементов, не существующих друг без друга, закономерно зависящих от совокупности факторов, управляющих их развитием, и последовательно проходящих полиморфный процесс прогрессивных и регрессивных преобразований, управляемый субъектом.

Психологическая безопасность личности реализуется в процессе жизнедеятельности и осознаётся субъектом как *состояние*, возникающее в результате субъективного отражения самосознанным и целостным индивидом объективной реальности самого себя, позволяющее ему выстраивать иерархию приоритетов своего развития на основе своих ресурсов, которая приводит к формированию осознанных отношений, обеспечивающих стабильное и полное проявление следующих характеристик жизни: организация, метаболизм, рост, адаптация, реакция на раздражители и воспроизводство.

Методы эмпирического обоснования комплекса методологических подходов как основы исследования

Методологической основой диагностического исследования, направленного на обоснование использования методологических подходов, выступили идиографический подход, который позволяет исследовать систему факторов субъектности, и номотетический подход, который позволил исследовать психологическую готовность к оздоровительной деятельности и стрессонапряжённость (стрессоустойчивость) как показатели развития субъектности.

Для изучения внутренней системы факторов субъектности в рамках идиографического подхода использовались «Технология личностного развития «Психология образа», направленная на исследование «Я-концепции», «Технологии построения отношений с Миром» и выявления «Смысла жизни». Изучение факторов субъектности базируется на взаимосвязи между моторикой человека и его психическими и психофизиологическими состояниями. Для получения диагностического рисунка используется «техника фрактального рисунка». Авторское название рисунка является метафорическим выражением его «Я-концепции», а существенные признаки понятий, отражённых в названии рисунка, переносятся на психологическую сферу. От первого лица главного героя (авторское название) автором составляется сказка по плану: мечта, страх, сила главного героя. Анализ авторской сказки и рисунка позволяет определить проблемные зоны «Я-концепции» и «Смысла жизни», определить варианты отношений человека с Миром [3; 5].

В рамках номотетического подхода применялась программа комплексной диагностики субъективной составляющей здоровья «Гармония» (свидетельство № 2014661107, 2014 г.) [4], включающая: «Методику определения стрессоустойчивости и социальной адаптации Холмса и Раге» [7]; «Методику оценки удовлетворённости физическим состоянием» (модификация опросника Гиссенского, адаптированного в психоневрологическом институте им. В. М. Бехтерева), исследующую уровень выраженности жалоб на костно-мышечную и сердечно-сосудистую системы (психофизический компонент психологической готовности к оздоровительной деятельности) и уровень выраженности истощаемости, входящей в психоэмоциональный компонент психологической готовности к оздоровительной деятельности; «Методику самооценки психического состояния (по Айзенку)», исследующую уровень выраженности тревожности, фрустрации ригидности, которые входят в состав психоэмоционального компонента и агрессии, входящей в состав ценностно-мотивационного компонента; «Методику «Ценностные ориентации» (М. Роккич), изучающую иерархию ценностей, образующих ценностно-мотивационный компонент; анкету «Потребностное напряжение в отношении оздоровления» (З. И. Тюмасева, А. А. Цыганков, И. Л. Орехова, 2003 г.), использующую регулярно для исследования состояния потребностного напряжения студентов в отношении оздоровления, входящего в психофизический и когнитивный компоненты психологической готовности к оздоровительной деятельности; анкету

«Уровень развития представления об оздоровительной деятельности» (Г. В. Валева, В. С. Мишарина, 2006 г.), применяющуюся регулярно для изучения уровня сформированности представления об оздоровлении, как расширении адаптационных возможностей субъекта (когнитивный компонент) [4].

Уровни сформированности психологической готовности к оздоровительной деятельности определяются на основе тестовых норм по каждому показателю [4]. Расчётное время диагностического этапа с использованием программы «Гармония» составляет 30 мин.

Экспресс-оценка уровня физического здоровья [3] использовалась для изучения объективного состояния здоровья как объективной характеристики среды, в которой развивается субъект.

Определение стратегии жизнедеятельности личности основывается на соотнесении объективных (Экспресс-оценка уровня физического здоровья (по Г. Л. Апанасенко)) и субъективных («Методика оценки удовлетворённости физическим состоянием (модификация опросника Гиссенского, адаптированного в психоневрологическом институте им. В. М. Бехтерева)») показателей физического состояния; уровня развития психологической готовности к оздоровительной деятельности (программа комплексной диагностики субъективной составляющей здоровья «Гармония»); объективных (динамика общего количества пропусков занятий и динамика качественной успеваемости) и субъективных («Методика определения стрессоустойчивости и социальной адаптации Холмса и

Page») показателей социальной адаптации [3].

Безопасную зону составляют только сформированная психологическая готовность к оздоровительной деятельности и показатели социальной адаптации и физического состояния, находящиеся в норме. Если психологическая готовность к оздоровительной деятельности не выражена или не сформирована, и субъективные показатели повышены или являются высокими, то констатируется субъективная опасность, если субъективные и объективные показатели в зоне дезадаптации – «объективная опасность»; если субъективные показатели в норме, а объективные показатели в зоне дезадаптации – «иллюзия безопасности» [3].

Наше исследование, направленное на эмпирическое обоснование комплекса методологических подходов и их принципов изучения психологической безопасности личности, проводилось на базе Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета в 2019–2023 гг. В нём приняли участие 65 студентов в возрасте от 18 до 19 лет и 2 респондента 19 и 26 лет участвовали в исследовании особенностей развития психологической безопасности личности в естественных условиях и в процессе консультативного воздействия.

Эмпирическое обоснование методологических подходов и принципов к изучению психологической безопасности личности

В ходе исследования мы определяли возможность применения принципов методологических подходов к анализу эмпирических данных. Разделение

эмпирических данных по выделенным принципам носит условный характер, так как все рассматриваемые принципы работают как единая система на каждом этапе анализа эмпирических данных.

Принцип декомпозиции.

В соответствии с данным принципом мы рассматривали все факторы и характеристики психологической безопасности личности как однородные, но разнонаправленные, не существующие друг без друга, смещающиеся в сторону опасности: отношения человека с Миром, обеспечивающие нарушение проявления характеристик жизни или безопасности: отношения человека с Миром, обеспечивающие стабильное и полное проявление характеристик жизни, раскрывающиеся через полярность «здоровье – болезнь» в субъективной и объективной составляющих здоровья личности, и в соответствии с этим определяющие стратегии жизнедеятельности личности.

Принцип детерминизма.

«Следствием» конфликтности между составляющими «Я-концепции» у 70–75% респондентов является неразвитая субъектность, приводящая к нарушению психологической безопасности личности – дезадаптивному состоянию, возникающему в результате неадекватного субъективного отражения самоосознанным и целостным индивидом объективной реальности самого себя (нарушения «Я-концепции»), не позволяющего ему выстраивать иерархию приоритетов своего развития на основе своих ресурсов (неразвитая субъектность), которая приводит к формированию отношений не обеспечивающих стабильное и полное проявление характеристик жизни: организация, метаболизм, рост, адаптация,

реакция на раздражители и воспроизводство [3].

Принцип системности.

Анализ пилотажных исследований психологической готовности студентов к оздоровлению (2014–2023 гг.) показывает, что *всегда* преобладает переходная зона развития психологической готовности к оздоровлению, однако её качественные и количественные характеристики зависят от особенностей контингента.

Ежегодные пилотажные исследования стрессоустойчивости (стрессонапряжённости) говорят о том, что в различных студенческих группах *всегда* преобладает стрессонапряжённость в высокой и крайне высокой зоне, кроме того, отмечается постоянное повышение уровня стрессонапряжённости в период обучения в вузе.

Анализ субъектности респондентов в этом исследовании выявил, что её показатели: психологическая готовность к оздоровлению и стрессонапряжённость находятся в разных зонах.

Сформированность психологической готовности к оздоровлению¹ [4] соответствует переходной зоне: выраженность состояний «агрессия», «ригидность» составляет 9,8 балла (переходная зона: склонностью к «тихому» сопротивлению, средняя гибкость в изменениях); неудовлетворённость состоянием костно-мышечной системы (степень выраженности показателя 8 баллов – нижняя граница переходной зоны) говорит о постоянном мышечном напряжении. Иерархия ценно-

стей не сформирована (выраженность показателя составляет 12 баллов – граница между зонами); не сформировано представление об оздоровлении (0%) и потребность в нём как в метадеятельности (7,5% от максимально сформированного).

Стрессоустойчивость (стрессонапряжённость) респондентов находится в дезадаптивной зоне. У всех студентов крайне высокая стрессонапряжённость (выраженность показателя 503,7 балла).

79% респондентов хотят «быть понятым», что говорит о пассивной позиции в процессе взаимодействия со средой и осознаваемой субъективной опасности.

Анализ первичного запроса на консультирование отражает сферы жизнедеятельности, в которых осознаётся нарушение безопасности личности респондентов: межличностные отношения – 69%; психосоматические проявления – 45%; трудности самореализации – 16%.

Объективную составляющую здоровья можно характеризовать следующим образом: все респонденты имеют хронические проблемы с физической составляющей здоровья (2 группа). В качестве референтной группы не указывают профессиональную группу, что говорит о трудностях адаптации в профессиональной среде.

Рассматривая выявленные показатели через призму принципов детерминизма и системности, мы выявляем конфликтное взаимодействие между элементами «Я-концепции» у 70–75% респондентов, приводящее к неразвитой субъектности, проявляющейся в описанных выше показателях субъектности.

¹ Состояния психологических характеристик субъекта, обеспечивающие расширение адаптационных возможностей на основе субъект-субъектных отношений и оздоровительных технологий.

Анализируя нарушения в субъективной и объективной составляющей здоровья как системный комплекс, мы выявляем формирование стратегии жизнедеятельности «истинная опасность» у 70–75% респондентов, а у 25–30% – формирование стратегии «иллюзия безопасности», для которой характерен высокий уровень развития субъектности в сочетании с нарушением объективной составляющей здоровья [3].

Принцип развития.

Решая задачу изучения и описания природы психологической безопасности личности, мы изучили естественное развитие психологической безопасности личности и в процессе консультирования по вопросам субъективной составляющей здоровья¹.

В результате проведённого исследования естественного развития психологической безопасности личности в течение четырёх лет (2019–2023 гг.) были получены следующие результаты.

Начальный этап: 2019 г., девушка 19 лет.

«Я-концепция» «Иные размеры»: несформированная «Я-концепция» блокирует реализацию смысла жизни: респондент ощущает себя иным, но

не понимает каким, поэтому не может определить своё место в жизни, хотя и осознаёт свой ресурс как уникальность, но неясно, в чём конкретно. Смысл жизни: «поиск своего места в жизни на основе своей уникальности». Незрелая субъектность (показатели субъективной составляющей здоровья – агрессия, ригидность и стрессонапряжённость в зоне дезадаптации (14 б.; 300 б.). Несформированная иерархия приоритетов личного развития и личных ресурсов. Показатели объективной составляющей здоровья: 2 группа здоровья, нет референтных групп. Стратегия жизнедеятельности: «истинная опасность» – субъективно и объективно опасная жизнедеятельность.

Контрольный этап: 2023 г., девушка 23 года.

«Я-концепции» – «Грация (структура)», несформированная «Я-концепция» блокирует реализацию смысла жизни: респондент ощущает себя основой всего, ощущает и отстаивает свою индивидуальность, но не понимает, что именно ему нужно, проблема с осознанием ресурса усиливается: агрессию считает ресурсом, но из-за социального запрета заменяет на контроль, что говорит о внутреннем конфликте потребностей и установок. Смысл жизни: «на основе внутреннего контроля сохранить свою индивидуальность и быть востребованным». Незрелая субъектность – переход состояния «агрессия» в зону крайней дезадаптации (16 б.). Несформированная иерархия приоритетов личного развития и личных ресурсов. Показатели объективной составляющей здоровья не изменились. Стратегия жизнедеятельности: «истинная опасность». Таким образом, на-

¹ Консультирование по вопросам субъективной составляющей здоровья, представляющее собой организацию и сопровождение процесса осознания и разрешения субъектом страданий, вызванных нарушением динамического равновесия между пониманием самого себя, позволяющего выстраивать иерархию приоритетов своего развития на основе своих ресурсов и формировать осознанные отношения, обеспечивающие стабильное и полное проявление жизни (организация, метаболизм, рост, адаптация, реакция на раздражители и воспроизводство) и постоянно трансформирующейся социальной средой.

блюдается усиление психологической опасности личности.

В результате проведённого исследования развития психологической безопасности личности в процессе консультирования по вопросам субъективной составляющей здоровья в течение двух лет (2020–2022 гг.) были получены следующие результаты.

Начало консультирования: 2020 г., респондент – девушка 24 года.

«Я-концепция» – «Путь к любви».

«Я путь к любви, и у каждого я свой, сейчас я буду говорить о себе у конкретного человека. Как и любой путь в жизни, я тернист и не лишён приключений, положительных и отрицательных эмоций, а также спонтанных действий и решений.

Я мечтаю, чтобы я стал проще и легче, хочу, чтобы меня понимали и шли этой дорогой через всю свою жизнь. Ведь я знаю, как много хорошего и тёплого я могу подарить людям. Я боюсь того, что могу в любой момент жизни прекратиться и развести дороги двух влюблённых сердец. Ведь я так искренно прокладываю этот путь. А цветы мне в этом помогают, они являются моими друзьями, благодаря им я могу выразить свои чувства и просто сделать приятно, доставив положительный заряд эмоций человеку. Моя сила в том, что, я искренен, и мои намерения чисты, всё, что я хочу, это чтобы меня понимали, слушали и слышали, ну и, конечно, взаимности. Я верю, что такой путь любви есть у каждого человека, и даже если сейчас я полон препятствий и на грани разрушения, через определённое количество лет я снова буду проложен через самые красивые пейзажи, ведущие к любви – неважно, к человеку или к себе».

Смысл жизни – «постоянная борьба за обретение признания, на основе искренности и чистоты намерений, что позволит избежать саморазрушения».

Высокая степень неопределённости и зависимости от «внешнего» говорит о неразвитой субъектности (показатели субъективной составляющей здоровья в зоне дезадаптации (11–17 б.). Несформированная иерархия приоритетов личного развития и личных ресурсов, 2 группа здоровья. Стратегия жизнедеятельности: «истинная опасность» – субъективно и объективно опасная жизнедеятельность.

Завершение консультирования: 2022 г., респондент – девушка 26 лет.

«Я-концепция» – «Жизнерадостный мишка».

«Я, жизнерадостный мишка, я не всегда был таким ярким, чаще я был тусклым и серым, но в мою жизнь пришла осознанность многих моментов жизни, и я понял, что для меня лучше быть таким. Каждый мой цвет означает особое событие в жизни, которое принесло мне положительные эмоции; за последние полгода в моей жизни многое поменялось по отношению к людям и ситуациям. Я мечтаю, чтобы я как можно больше мог(ла) делиться своей жизнерадостностью, чтобы рядом были люди, которые действительно это ценят. Я мечтаю наладить контакт с миром, и чувствовать, что я нужен(а). Я боюсь того, что могу не выдержать натиска того негатива, что имеется рядом со мной. Боюсь быть грубым(ой), и мне не нравится то, что я не умею искренне дарить миру те эмоции, что во мне находятся. Моя сила в том, что (я ответственная), я стараюсь изо всех сил и не опускаю руки, сильный(ая) духом; несмотря на

всю тьму вокруг меня, я выношу уроки и делаю выводы из всего, что происходит, я принимаю всё, что сейчас даётся мне, с благодарностью. Моя сила в том, что я сама отвечаю за свою жизнь.

Смысл жизни – в том, чтобы получить признания благодаря тому, что сама отвечаю за жизнь».

Иерархия приоритетов личного развития респондента:

«Я хочу через 28 лет, когда мне будет 54. Хочу быть абсолютно счастливым человеком, жить в собственном доме с личной парковкой, баней, садом и террасой. Помогать маме. Делать своих близких счастливыми. Иметь хорошее здоровье и крепкое тело. Я хочу иметь любимое дело (в идеале бизнес, возможно, семейный).

– Я хочу через 7 лет, когда мне будет 33. Я хочу иметь своё прибыльное дело. Посетить 4 страны (Белоруссию, Германию, Чехию, Америку). Заниматься инвестициями. Быть известной личностью в своих кругах.

– Я хочу через 4 года, когда мне будет 30. Я хочу иметь достойную зарплату и высокую ценность себя как сотрудника. Я хочу иметь личный автомобиль. Ездить отдыхать за границу, а также путешествовать, знакомиться и открывать для себя красивые места в России. Помогать какому-либо фонду (склоняюсь к домам престарелых либо животным).

– Я хочу через 2 года и 6 месяцев, когда мне будет 28. Жить в собственной квартире с ремонтом моей мечты. Растить и развиваться в рабочей сфере. Иметь рядом верных и преданных друзей. Перевезти маму в Россию, поближе к себе. Уделять время семье и позволять себе находить для себя уединение.

– Я хочу каждый год. Я хочу видеться с близкими и родными, живущими в другой стране. Я открывать для себя что-то новое. Заводить новые знакомства. Не изменять стилю жизни (в плане питания и физической активности). Хочу становиться лучше.

– Я хочу каждые 6 месяцев проходить обследование состояния здоровья. Ездить в Казахстан. Обновлять предметы гардероба.

– Я хочу каждый месяц иметь налаженный режим сна. Выделять время на посещение кинотеатров, кафе, концертов, выставок. Финансовой стабильности.

– Я хочу каждый день чётко распределять задачи на день. Уделять время на занятия физической активностью. Успевать работать и пробовать различные хобби, которые могут перерасти в собственное дело».

Уровень сформированности субъектности повысился (показатели субъективной составляющей здоровья в норме (5–7 б.); ригидность и тревожность в переходной зоне (11 и 8 б.). Показатели объективной составляющей здоровья: 2 группа здоровья, но появилась референтная группа. Стратегия жизнедеятельности: «иллюзия безопасности» – субъективно безопасная, но объективно опасная жизнедеятельность.

Таким образом, наблюдается усиление психологической безопасности личности. Поскольку проблемы физической составляющей здоровья носят хронический характер, то «иллюзия безопасности» является высшим возможным результатом в этом случае.

Принцип субъектности отражает основополагающую роль субъекта, базовыми свойствами которого являются

ся: целостность, единство, интегральность.

Психологическая безопасность личности является нелинейной системой. Несмотря на то, что 70–75% респондентов имеет «неодушевлённую» «Я-концепцию» («Полёт фантазий», «Мир», «Домик»), а 25–30% имеют «одушевлённые» «Я-концепции» («Лебедь», «Мудрец», «Улитка»), конкретные качественные характеристики психологической безопасности личности как состояния, определяющие их коадаптацию, будут зависеть от уровня развития субъектности (содержания «Я-концепции» и уровня её принятия, как будет сформулирован «смысл жизни», какой «тип отношений с Миром»), и, соответственно, к каким показателям стрессонапряжённости и психологической готовности к оздоровлению приведут эти характеристики субъектности, а также как сформированы объективные показатели здоровья как условия развития субъектности.

Необходимо отметить, что при сформировавшейся 2 группе здоровья, даже при проведении специальной психологической работы, результатом которой стало снижение стрессонапряжённости до нормы и повышение уровня развития психологической готовности к оздоровлению, стратегия жизнедеятельности: «иллюзия безопасности» – субъективно безопасная, но объективно опасная жизнедеятельность будет максимально возможным результатом.

Заключение

Психологическую безопасность личности через комплекс методологических подходов, включающий диалектический, системный, субъектный

подходы, а также их принципы, необходимо рассматривать как *систему* объединённых, но разнонаправленных однородных структурных элементов, не существующих друг без друга, закономерно зависящих от факторов, управляющих их развитием, последовательно проходящую полиморфный процесс прогрессивных и регрессивных преобразований, управляемый субъектом. Субъект управляет развитием психологической безопасности личности как состоянием, возникающим в результате субъективного отражения объективной реальности самого себя, минимизируя разницу между субъективным и объективным, что позволяет ему выстраивать иерархию приоритетов и ресурсов своего развития, на основе которой формируются субъект-субъектные отношения с Миром, выраженные как стратегия жизнедеятельности – «истинная безопасность», т. е. стабильное и полное проявление характеристик жизни.

Практическая значимость использования комплекса методологических подходов (диалектического, системного, субъектного,) для понимания феномена психологической безопасности личности заключается в выявлении субъектности как мишени воздействия с целью повышения уровня безопасной жизнедеятельности. Следовательно, наиболее эффективны будут такие технологии развития психологической безопасности личности, как консультирование и психотерапевтическое научение, т. к. они позволяют устранить противоречия в системе внутренних факторов субъектности.

Синергетическое взаимодействие субъективной и объективной составляющих здоровья личности по

принципу дополнения, определяя стратегию её жизнедеятельности, ограничивает возможность изменений даже при проведении специальной психологической работы. В этом случае «иллюзия безопасности» – субъективно безопасная, но объективно опасная жизнедеятельность в этом случае будет максимально возможным результатом.

ЛИТЕРАТУРА

1. Анцыферова Л. И., Завалишина Д. Н., Рыбалко Е. Ф. Категория развития в психологии // Категории материалистической диалектики в психологии. М.: Наука, 1988. С. 22–55.
2. Брушлинский А. В. Психология субъекта. М.: Институт психологии РАН; СПб.: Алетейя, 2003. 272 с.
3. Валеева Г. В., Тюмасева З. И. Взаимодействие субъективных и объективных характеристик жизнедеятельности как детерминанты психологической безопасности личности // Вестник Государственного университета просвещения. Серия: Психологические науки. 2023. №3. С. 6–23. DOI: doi.org/10.18384/2949-5105-2023-3-6-22.
4. Валеева Г. В., Тюмасева З. И. Психологическая готовность к оздоровительной деятельности: монография. Челябинск: Цицеро, 2014. 140 с.
5. Валеева Г. В., Тюмасева З. И. Технология консультирования в области субъективного здоровья. Челябинск: Южно-Уральский научный центр РАО, 2022. 238 с.
6. Гегель Г. Наука логики / пер. с нем. М.: Эксмо, 2020. Т. 1. 816 с.
7. Диагностика здоровья. Психологический практикум / под ред. проф. Г. С. Никифорова. СПб.: Речь. 2011. 950 с.
8. Зинченко Ю. П. Методологические проблемы психологии безопасности: личность, общество, государство: научная монография. М.: МГУ, 2011. 952 с.
9. Корнфорт М. Диалектический материализм / пер. с англ. М.: Советские учебники, 2021. 488 с.
10. Леонтьев Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. М.: Смысл, 2003. 487 с.
11. Михайлов Ф. Т. Новая философская энциклопедия. М.: Мысль, 2010. Т. 2. 634 с.
12. Поппер К. Что такое диалектика? // Вопросы философии. 1995. №1. С. 118–138.
13. Принцип развития в современной психологии / под. ред. А. Л. Журавлева, Е. А. Сергиенко. М.: Институт психологии РАН, 2015. 479 с.
14. Сергиенко Е. А. Психическое развитие с позиций системно-субъектного подхода: монография. М.: Институт психологии РАН, 2021. 278 с.
15. Франкл В. Человек в поисках смысла / пер. с англ. М.: Прогресс, 1990. 370 с.
16. Чеснокова М. Г. Диалектический метод и принцип восхождения от абстрактного к конкретному в теориях отечественной психологии // Журнал Высшей школы экономики. Психология. 2021. №3. С. 549–561.

REFERENCES

1. Ancyferova L. I., Zavalishina D. N., Rybalko E. F. [The category of development in psychology]. In: *Kategorii materialisticheskoy dialektiki v psihologii* [Categories of materialistic dialectics in psychology]. Moscow, Nauka Publ., 1988, pp. 22–55.
2. Brushlinskij A. V. *Psihologiya subekta* [Psychology of the subject]. Moscow, Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences Publ., 2003. 272 p.
3. Valeeva G. V., Tyumaseva Z. I. [Interaction of subjective and objective characteristics of life activity as determinants of psychological security of the individual]. In: *Vestnik*

- Gosudarstvennogo universiteta prosve-shcheniya. Seriya: Psihologicheskie nauki* [Bulletin of the State University of Education. Series: Psychological Sciences], 2023, no. 3, pp. 6–23. DOI: doi.org/10.18384/2949-5105-2023-3-6-22.
4. Valeeva G. V., Tyumaseva Z. I. *Psihologicheskaya gotovnost' k ozdorovitel'-noj deyatel'nosti: monografiya* [Psychological readiness for health-improving activities: monograph]. Chelyabinsk, Cicero Publ., 2014. 140 p.
 5. Valeeva G. V., Tyumaseva Z. I. *Tekhnologiya konsul'tirovaniya v oblasti sub"ektivnogo zdorov'ya* [Technology of consulting in the field of subjective health]. Chelyabinsk, outh Ural Scientific Center of the Russian Academy of Education Publ., 2022. 238 p.
 6. Hegel G. *Wissenschaft der Logik* (Rus. ed., transl. Nauka logiki. Moscow, Eksmo Publ., 2020. Vol. 1. 816 p.).
 7. *Diagnostika zdorov'ya. Psihologicheskij praktikum* [Psychological practices]. Nikiforov G. S., ed. St. Petersburg, Rech Publ., 2011. 950 p.
 8. Zinchenko Yu. P. *Metodologicheskie problemy psihologii bezopasnosti: lichnost', obshchestvo, gosudarstvo: nauchnaya monografiya* [Methodological problems of the psychology of security: personality, state, state: scientific social monograph]. Moscow, Moscow State University Publ., 2011. 952 p.
 9. Cornforth M. *Materialism and dialectical method* (Rus. ed., transl. Dialekticheskij materializm. Moscow, Sovetskie uchebniki Publ., 2021. 488 p.).
 10. Leontev D. A. *Psihologiya smysla: priroda, stroenie i dinamika smyslo-voj real'nosti* [Psychology of meaning: the nature, structure and dynamics of semantic reality]. Moscow, Smysl Publ., 2003. 487 p.
 11. Mihajlov F. T. *Novaya filosofskaya enciklopediya* [New philosophical encyclopedia]. Moscow, Mysl Publ., 2010. Vol. 2. 634 p.
 12. Popper K. [What is dialectics?]. In: *Voprosy filosofii* [Questions of Philosophy], 1995, no. 1, pp. 118–138.
 13. *Princip razvitiya v sovremennoj psihologii* [The principle of development in modern psychology]. In: Zhuravlev A. L., Sergienko E. A., ed. Moscow Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences Publ., 2015. 479 p.
 14. Sergienko E. A. *Psihicheskoe razvitie s pozicij sistemno-sub"ektivnogo podhoda: monografiya* [Mental development from the positions of the system-subjective cabinet: monograph]. Moscow, Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences, 2021. 278 p.
 15. Frankl V. *Man's search for meaning* (Rus. ed., transl. Chelovek v poiskah smysla. Moscow, Progress Publ., 1990. 370 p.
 16. Chesnokova M. G. [The dialectical method and the principle of ascent from the abstract to the concrete in the theory of domestic psychology]. In: *Zhurnal Vysshej shkoly ekonomiki. Psihologiya* [Journal of the Higher School of Economics. Psychology], 2021, no. 3, pp. 549–561.

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ

Валеева Галина Валерьевна (Челябинск) – кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности и медико-биологических дисциплин Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета; e-mail: valeevagv@cspu.ru; ORCID: 0000-0003-3140-1627

Тюмасаева Зоя Ивановна (Челябинск) – доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой безопасности жизнедеятельности и медико-биологических дисциплин Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета; e-mail: zit@cspu.ru; ORCID: 0000-0001-5895-0605

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

Galina V. Valeeva (Chelyabinsk) – Cand. Sci. (Psychology), Assoc. Prof., Department of life safety and biomedical disciplines of South Ural state University of Humanities and education; e-mail: valeevagv@cspu.ru; ORCID: 0000-0003-3140-1627

Zoya I. Tyumaseva (Chelyabinsk) – Dr. Sci. (Education), Prof., Manager of Department of Health and Safety and Medicobiological Disciplines of South Ural State Humanitarian Pedagogical University; e-mail: zit@cspu.ru; ORCID: 0000-0001-5895-0605