



# THE PSYCHOLOGICAL SAFETY OF PERSONALITY



*The International collective monograph  
of edition general the professor's  
G.V. Volzhentseva*

# **ПСИХОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА ОСОБИСТОСТІ**

**Міжнародна колективна монографія**

# **ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ ЛИЧНОСТИ**

**Международная коллективная монография**

# **ПСІХАЛАГІЧНА БЯСПЕКА АСОБЫ**

**Міжнародная калектыўная манаграфія**

# **THE PSYCHOLOGICAL SAFETY OF PERSONALITY**

**International collective monograph**

**Міністерство освіти і науки України  
Міністерство освіти республіки Білорусь**

**ДЕРЖАВНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД  
«ПЕРЕЯСЛАВ-ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ  
УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ГРИГОРІЯ СКОВОРОДИ»  
(Україна)**

**УСТАНОВА ОСВІТИ  
«БРЕСТСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ О.С. ПУШКІНА»  
(Білорусь)**

## **ПСИХОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА ОСОБИСТОСТІ**

Міжнародна колективна монографія  
за загальною редакцією професора І. В. Волженцевої

Брест,  
Переяслав - 2020

**Министерство образования и науки Украины  
Министерство образования республики Беларусь**

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ ВЫСШЕЕ УЧЕБНОЕ ЗАВЕДЕНИЕ  
«ПЕРЕЯСЛАВ-ХМЕЛЬНИЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ ГРИГОРИЯ СКОВОРОДЫ»  
(Украина)**

**УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
«БРЕСТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ А.С. ПУШКИНА»  
(Беларусь)**

# **ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ ЛИЧНОСТИ**

Международная коллективная монография  
за общей редакцией профессора И. В. Волженцевой

Брест,  
Переяслав – 2020

**Ministry of Education and Science of Ukraine  
Ministry of Education of the Republic Belarus**

STATE HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION  
«PEREIASLAV-KHMELNYTSKYI STATE PEDAGOGICAL UNIVERSITY  
NAMED AFTER HRYHORIY SKOVORODA»  
**(Ukraine)**

INSTITUTION OF EDUCATION  
«BREST STATE UNIVERSITY  
NAMED AFTER A.S. PUSHKIN»  
**(Belarus)**

# **THE PSYCHOLOGICAL SAFETY OF PERSONALITY**

International collective monograph  
under the general editorship of the Professor I. V. Volzhentseva

Brest,  
Pereiaslav – 2020

Рекомендовано до випуску:

Вченою радою ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди» (протокол № 8 від 26.05.2020);  
Засіданням ради факультету УО «Брестський державний університет імені О.С. Пушкіна» (протокол № 9 від 29.04.2020).

Редакційна колегія: **Ірина Волженцева**, доктор психологічних наук, професор, академік Української технологічної академії (УТА), професор кафедри психології ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди» (головний редактор); **Тетяна Кириченко**, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди» (заступник головного редактора); **Галина Хомич**, кандидат психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»; **Наталія Білінська**, кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри психології УО «Брестський державний університет імені О.С. Пушкіна»; **Діана Чижма**, кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»; **Олена Медведська**, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології УО «Брестський державний університет імені О.С. Пушкіна»; **Светлана Яцук**, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології УО «Брестський державний університет імені О.С. Пушкіна»; **Алла Даниленко**, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології УО «Брестський державний університет імені О.С. Пушкіна»; **Магдалина Ліла**, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри іноземної філології, перекладу та методики навчання ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди».

Рецензенти:

**Г. В. Лосик**, доктор психологічних наук, головний науковий співробітник ГНУ «Об'єднаний інститут інформатики Національної академії наук Білорусі» (м. Мінськ).

**Г. М. Бевз**, доктор психологічних наук, професор, провідний науковий співробітник Університету політичної та соціальної психології НАПН України (м. Київ).

**А. В. Северін**, кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології, заступник декана з наукової роботи психолого-педагогічного факультету УО «Брестський державний університет імені О.С. Пушкіна» (м. Брест)

**Психологічна безпека особистості:** міжнародна колективна монографія / за заг. ред. І.В. Волженцевої. Переяслав (Київ. обл.), 2020. 550 с.

У міжнародній колективній монографії розглянуто психологічні аспекти безпеки особистості в нестримно змінному світі. Висвітлено результати пошуку шляхів вирішення науково-методичних, практичних проблем, що стоять перед особистістю у контексті забезпечення її безпеки у сучасному світі.

Монографію адресовано психологам, викладачам вищих навчальних закладів, молодим ученим, учителям, магістрантам, аспірантам, студентам, вихователям, соціологам і широкому колу науковців, які вивчають актуальні питання психологічної безпеки особистості в умовах системних змін на переломі тисячоліть.

**УДК 159.923.2**

**П 86**

*Рекомендовано к выпуску:*

*Ученым советом ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет имени Григория Сковороды» (протокол № 8 от 26.05.2020);  
Заседанием совета факультета УО «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина» (протокол № 9 от 29.04.2020)*

*Редакционная коллегия: **Ирина Волженцева**, доктор психологических наук, профессор, академик Украинской технологической академии (УТА), профессор кафедры психологии ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет имени Григория Сковороды» (*главный редактор*); **Татьяна Кириченко**, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет имени Григория Сковороды» (*заместитель главного редактора*); **Галина Хомич**, кандидат психологических наук, профессор, заведующая кафедрой психологии ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет имени Григория Сковороды»; **Наталья Былинская**, кандидат психологических наук, доцент, заведующая кафедрой психологии УО «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина»; **Диана Чижма**, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет имени Григория Сковороды»; **Елена Медведская**, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии УО «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина»; **Светлана Ящук**, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии УО «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина»; **Алла Даниленко**, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии УО «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина»; **Магдалина Лиля**, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры иностранной филологии, перевода и методики обучения ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет имени Григория Сковороды».*

*Рецензенты:*

**Г. В. Лосик**, доктор психологических наук, главный научный сотрудник ГНУ «Объединенный институт информатики Национальной академии наук Беларуси» (г. Минск).

**Г. М. Бевз**, доктор психологических наук, профессор, ведущий научный сотрудник Университета политической и социальной психологии НАПН Украины (г. Киев).

**А.В Северин**, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии, заместитель декана по научной работе психолого-педагогического факультета УО «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина» (г. Брест).

**Психологическая безопасность личности:** международная коллективная монография / за общ. ред. И.В. Волженцевой. Переяслав (Киев. обл), 2020. 550 с.

В международной коллективной монографии рассмотрены психологические аспекты безопасности личности в стремительно изменяющемся мире. Отражены результаты поиска путей решения научно-методических, практических проблем, которые стоят перед личностью в контексте обеспечения ее безопасности в современном мире.

Монография адресована психологам, преподавателям высших учебных заведений, молодым ученым, учителям, магистрантам, аспирантам, студентам, воспитателям, социологам и широкому кругу ученых, которые изучают актуальные вопросы психологической безопасности личности в условиях системных изменений на границе тысячелений.

**ISBN**

**УДК 159.923.2**

© Авторы статей, 2020

*the Academic Council of the State Higher Educational Institution «Pereiaslav-Khmelnytskyi State Pedagogical University named after Hryhoriy Skovoroda» (Minutes № 8 dated May 26, 2020);  
the Faculty Council Meeting of the State University «Brest State University named after O.S. Pushkin» (Minutes № 9 dated April 29, 2020).*

*Editorial Board:* **Iryna Volzhentseva**, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Academician of the Ukrainian Technological Academy (UTA), Professor of the Department of Psychology, the SHEI «Pereiaslav-Khmelnytskyi State Pedagogical University named after Hryhoriy Skovoroda» (*editor-in-chief*); **Tetiana Kyrychenko**, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Psychology, the SHEI «Pereiaslav-Khmelnytskyi State Pedagogical University named after Hryhoriy Skovoroda» (*deputy editor-in-chief*); **Halyna Khomych**, Candidate of Psychological Sciences, Professor, the Head of the Department of Psychology, the SHEI «Pereiaslav-Khmelnytskyi State Pedagogical University named after Hryhoriy Skovoroda»; **Nataliia Bylinska**, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, the Head of the Department of Psychology, the State University «Brest State University named after O.S. Pushkin»; **Diana Chyzhma**, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Psychology, the SHEI «Pereiaslav-Khmelnytskyi State Pedagogical University named after Hryhoriy Skovoroda»; **Olena Medvedska**, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Psychology, the State University «Brest State University named after O.S. Pushkin»; **Svitlana Yashchuk**, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Psychology, the State University «Brest State University named after O.S. Pushkin»; **Alla Danylenko**, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Psychology, the State University «Brest State University named after O.S. Pushkin»; **Mahdalyna Lyla**, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Foreign Philology, Translato and Teaching Methods, the SHEI «Pereiaslav-Khmelnytskyi State Pedagogical University named after Hryhoriy Skovoroda».

*Reviewers:*

**H.V. Losyk**, Doctor of Psychological Sciences, Chief Scientist of the State University «United Institute of Informatics of the National Academy of Sciences of Belarus» (Minsk).

**H.M. Bevz**, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Senior Researcher at the University of Political and Social Psychology of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine (Kyiv).

**A. V. Severin**, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Psychology, Deputy Dean of the Scientific Work of the Psychological and Pedagogical Faculty of the State University «Brest State University named after O.S. Pushkin» (Brest).

**The psychological safety of personality:** an international collective monograph / under the general editorship of I.V. Volzhentseva, Pereiaslav (Kyiv Region), 2020. 550 p.

The international collective monograph examines the psychological aspects of personality's safety in the unceasingly changing world. The results of searching the ways of solving scientific-methodical, practical problems facing a person in the context of ensuring its security in the modern world are highlighted.

The monograph is devoted to psychologists, lecturers of higher educational institutions, young scientists, teachers, graduate students, postgraduates, students, educators, sociologists and a wide range of scientists who study actual issues of psychological safety of the individual in conditions of systemic changes at the turn of the millennium.



## ЗМІСТ

<b>ПЕРЕДМОВА</b> .....	14
Соціально-стресові розлади у контексті національної безпеки України ( <b>Дем'яненко Б. Л., Дем'яненко В. М.</b> ).....	23
Особливості уявлень про дитину з особливостями психофізичного розвитку у різних суб'єктів освітнього процесу ( <b>Билінська Н. В., Сінькова Є. Ю.</b> ).....	42
Самодостатність як умова психологічної безпеки особистості ( <b>Бігун Н. І.</b> ).....	62
Психологія упевненої поведінки людини і його професійного довголіття ( <b>Бохонкова Ю.О.</b> ).....	79
Економічна культура студентської молоді України: безпековий вимір ( <b>Василькевич Я. З., Говорун Т.В., Кікінежді О. М.</b> )...	97
Вплив комунікативних технік на формування самооцінки дітей молодшого шкільного віку в процесі навчання ( <b>Видолоб Н. О.</b> ).....	114
Соціалізація депривованої особистості: психологічний аналіз та супровід ( <b>Войтенко О. В.</b> ).....	132
Авторський підхід до діагностики емоційних станів студентів в навчальній діяльності в контексті їх психологічної безпеки ( <b>Волженцева І. В.</b> ).....	148
Вдячність як психоенергетичний ресурс безпеки людини ( <b>Герасіна С. В.</b> ).....	170
Особливості міжособистісної взаємодії у педагогічних колективах сучасної школи ( <b>Грейліх О. О.</b> ).....	186
Психологічна безпека дитини в інклюзивному просторі навчального середовища ( <b>Гуріна З.В.</b> ).....	202
Дослідження фундаментальних і прикладних аспектів психологічної безпеки молоді в Чернігівській соціально-психологічній школі ( <b>Дроздов О.Ю.</b> ).....	219
Мовленнєва діяльність як один із виявів багатовимірного мовленнєвого феномена ( <b>Калмикова Л. О.</b> ).....	237
Принципи формування професійно-мовленнєвої майстерності майбутніх психологів ( <b>Калмиков Г. В.</b> ).....	262
Тренди фізичної активності серед словацьких підлітків: покоління Z ( <b>Корчинська В.</b> ).....	273
Фізичне виховання та здоровий спосіб життя як сутнісні компоненти процесу формування соціально-активної особистості майбутнього педагога ( <b>Кириченко Т. Г.</b> ).....	290
Значення міжкультурної комунікації для професійної діяльності психолога ( <b>Кириченко Т. В.</b> ).....	307

Емоційна компетентність як ресурс подолання тривожності ( <b>Киричик О.С.</b> ).....	325
Постнекласична раціональність в теорії і практиці психології ( <b>Крупельницька Л.Ф.</b> ).....	342
Використання психодіагностичних методів для діагностики імпліцитних теорій особистості ( <b>Либко І.В.</b> ).....	364
До проблеми когнітивної безпеки дорослих web - користувачів ( <b>Медведська О. І.</b> ).....	371
Міждисциплінарні дослідження фразеології ( <b>Мисан І.В.</b> ).....	389
Професійна мотивація і задоволеність працею як чинники психологічної безпеки особистості ( <b>Москалюк В. Ю.</b> ).....	408
Методика визначення психологічної безпеки особистості у фахівців екстремальної діяльності ( <b>Приходько І.І.</b> ).....	426
Вплив емоційного інтелекту на стан віртуального здоров'я користувачів інтернету ( <b>Северин О. В.</b> ).....	446
Психологічний портрет дівчат з відмінностями в образі я- телесного ( <b>Синюк Д.Е.</b> ).....	463
Діагностика особливостей розуміння дітьми старшого дошкільного віку денотативного (референтного) значення слова ( <b>Харченко Н. В.</b> ).....	482
Проблема формування толерантності до фрустрації у студентів- психологів ( <b>Хомич Г.О., Стеценко А.А.</b> ).....	502
Рефлексія у особистісній саморегуляції підростаючої особистості ( <b>Чижма Д. М., Лиля М.В.</b> ).....	520
Прокрастинація як специфічна форма поведінки ( <b>Ящук С. Л.</b> ).....	533

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>ПРЕДИСЛОВИЕ</b> .....	17
Социально-стрессовые расстройства в контексте национальной безопасности Украины ( <b>Демьяненко Б. Л., Демьяненко В. Н.</b> ).....	23
Особенности представлений о ребенке с особенностями психофизического развития у разных субъектов образовательного процесса ( <b>Былинская Н.В., Синькова Е.Ю.</b> ).....	42
Самодостаточность как условие психологической безопасности личности ( <b>Бигун Н.И.</b> ).....	62
Психология уверенного поведения человека и его профессионального долголетия ( <b>Бохонкова Ю.А.</b> ).....	79
Экономическая культура студенческой молодежи Украины : безопасностное измерение ( <b>Василькевич Я. З., Говорун Т.В., Кикинежди О. М.</b> ).....	93
Влияние коммуникативных техник на формирование самооценки детей младшего школьного возраста в процессе обучения ( <b>Выдолоб Н. А.</b> ).....	97
Социализация депривованной личности: психологический анализ и сопровождение ( <b>Войтенко О. В.</b> ).....	114
Авторский подход к диагностике эмоциональных состояний студентов в учебной деятельности в контексте их психологической безопасности ( <b>Волженцева И. В.</b> ).....	132
Благодарность как психоэнергетический ресурс безопасности человека ( <b>Герасина С. В.</b> ).....	148
Особенности межличностного взаимодействия в педагогических коллективах современной школы ( <b>Грейлих О. А.</b> ).....	170
Психологическая безопасность ребенка в инклюзивном пространстве учебной среды ( <b>Гурина З.В.</b> ).....	186
Исследования фундаментальных и прикладных аспектов психологической безопасности молодежи в Черниговской социально-психологической школе ( <b>Дроздов А.Ю.</b> ).....	202
Речевая деятельность как одно из проявлений многомерного речевого феномена ( <b>Калмикова Л. А.</b> ).....	219
Принципы формирования профессионально-речевого мастерства будущих психологов ( <b>Калмыков Г. В.</b> ).....	237
<i>Тренды физической активности среди словацких подростков: поколение Z</i> ( <b>Корчинская В.</b> ).....	262
Физическое воспитание и здоровый образ жизни как сущностные компоненты процесса формирования социально-активной личности будущего педагога ( <b>Кириченко Т. Г.</b> ).....	273
Значение межкультурной коммуникации для профессиональной	290

деятельности психолога ( <b>Кириченко Т. В.</b> ).....	307
Эмоциональная компетентность как ресурс преодоления тревожности ( <b>Киричик О.С.</b> ).....	325
Постнеклассическая рациональность в теории и практике психологи ( <b>Крупельницкая Л.Ф.</b> ).....	342
Использование психодиагностических методов для диагностики имплицитных теорий личности ( <b>Лыбко И.В.</b> ).....	364
К проблеме когнитивной безопасности взрослых web- пользователей ( <b>Медведская Е. И.</b> ).....	371
Междисциплинарные исследования фразеологии ( <b>Мысан И.В.</b> )...	389
Профессиональная мотивация и удовлетворенность трудом как факторы психологической безопасности личности ( <b>Москалюк В. Ю.</b> ).....	408
Методика определения психологической безопасности личности у специалистов экстремальной деятельности ( <b>Приходько И.И.</b> ).....	426
Влияние эмоционального интеллекта на состояние виртуального здоровья пользователей интернета ( <b>Северин А. В.</b> ).....	446
Психологический портрет девушек с различиями в образе я-телесного ( <b>Синюк Д.Э.</b> ).....	463
Диагностика особенностей понимания детьми старшего дошкольного возраста денотативного (референтного) смысла слова ( <b>Харченко Н. В.</b> ).....	482
Проблема формирования толерантности к фрустрации у студентов-психологов ( <b>Хомич Г.А., Стеценко А.А.</b> ).....	502
Рефлексия в личностной саморегуляции подрастающей личности ( <b>Чижма Д. Н., Лиля М. В.</b> ).....	520
Прокрастинация как специфическая форма поведения ( <b>Ящук С. Л.</b> ).....	533

## CONTENTS

<b>PREFACE .....</b>	<b>20</b>
Socio-stress disorders in the context of the national security of Ukraine ( <b>Demianenko B., Demianenko V.</b> ).....	23
Speciales of representations about the child with special psychophysical development different subjects of the educational process ( <b>Bylinskaya N., Sinkova K.</b> ).....	42
Self-sufficiency as a condition of personal Psychological safety ( <b>Bigun N.</b> ).....	62
Psychology of confident human behavior and his career longevity ( <b>Bokhonkova Y.</b> ).....	79
Economic culture of the ukrainian student youth: safety dimension ( <b>Vasylkevych Y., Hovorun T., Kikinezhdі O.</b> ).....	97
Influence of communicative techniques on formation of younger school age children's self-assessment in the course of training ( <b>Vydolob N.</b> ).....	114
Socialization of the deprived person: psychological analysis and support ( <b>Voytenko O.</b> ).....	132
The author's approach to the diagnosis of students ' emotional states in educational activities in the context of their psychological safety ( <b>Volzhentseva I.</b> ).....	148
Gratitude as a psychoenergetic resource for human security ( <b>Herasina S.</b> ).....	170
Features of interpersonal interaction in pedagogical teams of the modern school ( <b>Hreylikh O.</b> ).....	186
Psychological safety of the child in the inclusive space of the educational environment ( <b>Hurina Z.</b> ).....	202
Researches of Fundamental and Applied Aspects of the Youth's Psychological Safety in the Chernihiv Socio-psychological School ( <b>Drozdov O.</b> ).....	219
Speech activity as one of the multidimensional speech phenomenon manifestations ( <b>Kalmykova L.</b> ).....	237
Principles of formation the vocational speaking proficiency in future psychologists ( <b>Kalmykov H.</b> ).....	262
Trends of physical activity among slovak adolescents: generation Z ( <b>Karchynskaya V.</b> ).....	273
Physical education and healthy lifestyle as essential components of the process of forming a socially active personality of a future teacher ( <b>Kyrychenko Taras</b> ).....	290
The importance of intercultural communication for the professional activity of the psychologist ( <b>Kyrychenko Tetiana</b> )..	307
Emotional competence as a resource of overcoming of anxiety	

<b>(Kirichek E.)</b> .....	325
Postnonclassical rationality in psychological theory and practice	
<b>(Krupelnytska L. )</b> .....	342
Use of psychodiagnostic methods for diagnostic of personality theory	
of personality <b>(Lybko I.)</b> .....	364
On the problem of security of adult web users <b>(Medvedskaya E.)</b> .....	371
Interdisciplinary Researches in Phraseology <b>(Mysan I.)</b> .....	389
Professional motivation and work satisfaction as psychological safety	
factors of personality <b>(Moskaliuk V.)</b> .....	408
Method of determining the psychological security of the individual in	
extreme specialists activity <b>(Prihodk I.)</b> .....	426
Influence of emotional intelligence on the virtual health of	
internet users <b>(Severin A.)</b> .....	446
Psychological profile of the girls with differences in self-body image	
<b>(Siniuk D.)</b> .....	463
Diagnostics of peculiarities of understanding of denotative (reference)	
meaning of the words in the children's of a preschool age	
<b>(Kharchenko N.)</b> .....	482
The problem of forming tolerance to frustration in students of	
psychology <b>(Khomych G., Stetsenko K.)</b> .....	502
Reflection in personal self-regulation of adolescent's personality	
<b>(Chyzhma D., Lyla M.)</b> .....	520
Procrastination as a specific behaviour form <b>(Yashchuk S.)</b> .....	533



**Бигун Неля Ивановна**

*кандидат психологических наук,  
доцент кафедры теоретической и  
консультативной психологии*

**Национального педагогического  
университета**

**имени М.П. Драгоманова**

**г. Киев, Украина**

e-mail: nelabigun@gmail.com

## **САМОДОСТАТОЧНОСТЬ КАК УСЛОВИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ**

*Статья посвящена актуальной проблеме психологической безопасности личности в реалиях современного бытия. Автор обосновывает идею о самодостаточности личности как условия ее психологической безопасности. Указано на то, что на фоне глобального роста политической и экономической нестабильности стремительно возрастает социально-психологическое напряжение населения. Психологическая травматизация разного уровня сложности охватывает все большие слои населения: начиная от эмоционально уязвимых людей, на которых угнетающе действуют тревожные новости, и заканчивая теми, кто страдает от военных конфликтов, природных / техногенных катастроф или других социальных кризисных процессов.*

*Отмечено, что активное применение агрессивных технологий манипуляции сознанием и поведением приводит к кризису индивидуального сознания, который проявляется высоким уровнем тревожности, пассивности, апатии, размыванием границ «Я», диффузными морально-духовными ориентирами и мировоззренческими позициями. Все это определяет запрос исследования условий психологической безопасности личности. В системе таких условий особое место занимает самодостаточность, которая балансирует потребность человека в автономии и социальной принадлежности, тем самым сохраняя целостность его личности.*

**Ключевые слова:** *самодостаточность, личность, самодостаточность личности, психологическая безопасность, аутопоэзис, развитие, личностная саморегуляция, кризис, социально-психологическое напряжение.*

## **Nelia Bigun Self-sufficiency as a condition of personal Psychological safety**

*The article is devoted to the current problem of psychological safety of a person in the realities of modern life. The author substantiates the idea of self-sufficiency of personality as a condition of its psychological safety. It is indicated that against the backdrop of a global increase in political and economic instability, the social and psychological stress of the population is growing rapidly. Psychological traumatization of different levels of complexity embraces all larger segments of the population: from psychologically vulnerable people who are depressed by disturbing news to those who suffer from military conflicts, natural / technological disasters, or other social crisis processes.*

*It is noted that the active application of aggressive technologies of manipulating consciousness and behavior leads to a crisis of individual consciousness, which is come out in a high level of anxiety, passivity, apathy, blurring the boundaries of the "I", diffuse moral and spiritual orientations and world view positions. All this determines the request to study the conditions of psychological safety of a person. In the system of such conditions self-sufficiency occupies a special place, which balances a person's need for autonomy and social affiliation, thereby preserving the integrity of his personality.*

**Key words:** *self-sufficiency, personality, self-sufficiency of the personality, psychological safety, autopoiesis, development, personal self-regulation, crisis, social and psychological stress.*

«Мир ловил меня, но не поймал» ... Афоризм Григория Сковороды, которому почти 300 лет, и по сей день не теряет своей актуальности. Современный мир, как никогда ранее, пытается поймать человека в плен различных социальных доктрин, политических идеологий, религиозных и псевдонаучных вероучений. С каждым годом применяются все более агрессивные технологии манипуляции сознанием и поведением, которые через массовую культуру, средства массовой информации, пиар и пропаганду культивируют сомнительные ценности, мировоззренческие установки, потребности общества массового потребления. Все это происходит на фоне глобального роста политической и экономической нестабильности, кризисных социальных явлений даже в ранее относительно благополучных в этом плане странах. Такая ситуация приводит к социально-психологическому напряжению и кризису индивидуального сознания. Последний проявляется высоким уровнем тревожности, пассивности, апатии, размыванием границ «Я», диффузными морально-духовными ориентирами и мировоззренческими позициями. Чем более неуютно чувствуют себя люди в бурной атмосфере настоящего, тем острее встает вопрос условий психологической безопасности личности. В системе таких условиях особое место занимает самодостаточность, которая балансирует



потребность человека в автономии и социальной принадлежности, тем самым сохраняя целостность его личности.

Проблема психологической безопасности личности относительно недавно появилась в фокусе научных исследований. Отдельные ее аспекты изложены в трудах зарубежных и отечественных ученых. Так, одним из первых концепцию психологической безопасности обосновал А. Edmondson (Edmondson, 1999), особенности связи психологической безопасности и психического здоровья личности изучал М. Seager (Seager, 2006), вопросы психологической безопасности в условиях военного конфликта раскрыто в научных публикациях М. Klaric (Klaric, 2007). Украинский исследователь И.И. Приходько сделал попытку систематизировать понятие психологической безопасности человека и определить концептуальные основы ее исследования (Приходько, 2010). Психологическую безопасность личности через призму информационно-психологического воздействия изучали В.И. Кулажський, В.А. Козачок (Кулажський, Козачок, 20006), А.А. Немцева (Немцева, 2015) и др.

Вопроса самодостаточности личности непосредственно или бегло касались К. Horney (Horney, 1945), А. Adler (Adler, 1964), А. Maslow (Maslow, 1969), К. Bartholomew, L. Horowitz (Bartholomew & Horowitz, 1991), В.Е. Гречаник (Гречаник, 2008), В.А. Татенко (Татенко, 2009), А.С. Бугайцова (Бугайцова, 2015) и другие. Методологические основы изучения самодостаточности находим в работах Ф. Перлза (о зрелости личности, как переход от опоры на окружающих к опоре на себя), К. Роджерса (теория «свободно, полноценно функционирующей личности»), С.Л. Рубинштейна, И.Д. Беха, И.С. Булах (о развитии самосознания личности), Л.С. Абульхановой-Славской (о субъектности личности) и др.. Однако, следует отметить, что феномен самодостаточности раскрыто несколько поверхностно, существует потребность в основательном его исследовании, в том числе и в контексте психологической безопасности человека.

Целью статьи является раскрытие роли самодостаточности личности в становлении и сохранении ее психологической безопасности. Задачи заключаются в обосновании актуальности исследования условий психологической безопасности личности; определении теоретических основ понимания самодостаточности как условия психологической безопасности человека; анализе функциональных особенностей самодостаточности.

На сегодняшний день специалисты в области психологии, психиатрии, медицины, педагогики активно поднимают вопрос о необходимости разработки и внедрения специальных методов укрепления психологической безопасности личности в условиях роста численности экстремальных событий и усиления негативного воздействия стрессогенных элементов среды (неконтролируемое применение агрессивных технологий информационно-психологического воздействия, религиозные и межэтнические противостояния, военные и

политические конфликты, природные и техногенные катастрофы, деструктивные культы и др.). Подобные негативные влияния приводят к психологической травматизации населения, распространению таких проявлений психологического неблагополучия личности как тревожные и депрессивные расстройства, эмоциональное выгорание, синдром хронической усталости, истощение психофизических ресурсов необходимых для полноценной самореализации и удовлетворения жизненно важных потребностей человека.

Ведущий украинский исследователь проблемы психологической безопасности личности И.И. Приходько (Приходько, 2009) определил следующие направления ее изучения:

- психологическая безопасность в условиях экстремальных ситуаций, аварий, катастроф, которые приводят к негативным материальным, социальным, экологическим последствиям (Т.Б. Мельницкая, Г. Г. Почепцов и др.);

- информационная, информационно-психологическая безопасность человека и общества (Я.В. Подоляк, Т.В. Эксакусто и др.);

- психологическая безопасность в условиях различных рисков: социальных, политических, психологических, технологических, экологических, финансовых и т.д. (И.Б. Бовина, И.Ф. Шатарська, С.И. Яковенко);

- защита психологической и культурной безопасности личности: идеалов, норм, ценностей, традиций семьи и общества (Т.С. Кабаченко, В.Е. Лепский, А.М. Столяренко);

- психологическая безопасность человека в различных сферах его жизнедеятельности (R. Abramovitz, A. Edmondson, H.-T. Chang, M. Seager и др.).

Авторы по-разному трактуют понятие психологической безопасности личности, что зависит от научного направления ее изучения и приоритетных для исследователя смысловых акцентов. Так, согласно определению Т.И. Колесниковой, психологическая безопасность представляет собой определенную защищенность сознания личности от внешних воздействий, которые изменяют психические состояния, психологические характеристики, поведение человека вопреки его воле и желанию, а также могут кардинально влиять на весь его жизненный путь (Колесникова, 2001).

Обосновывая свое видение сущности психологической безопасности,

Г.А. Антипов, А.А. Донских, акцентировали внимание на ее внутренних и внешних условиях, обеспечивающих способность и готовность к распознаванию, прогнозированию, уклонению от угроз. К таким условиям авторы отнесли владение необходимыми знаниями, умениями, навыками; определенный уровень развития перцептивных, мнемических,

интеллектуальных и других способностей; мотивацию к собственной безопасности жизнедеятельности (Антипов, Донских; 2001).

Нам импонирует научная позиция А.В. Молокоедова, И.М. Слободчикова, С.В. Франца, согласно которой психологическая безопасность заключается в специфическом состоянии динамического баланса отношений человека с миром, собой и окружающими, его социальной активности и удовлетворенности жизнью с разными (угрожающими) воздействиями внешней и внутренней среды. Подобный динамический баланс позволяет человеку сохранять личностную целостность, саморазвитие, реализовывать собственные цели, ценности в процессе жизнедеятельности (Молокоедов, Слободчиков, Франц; 2017).

Объединительной идеей, пронизывающей почти все научные работы по этой проблеме, есть мнение о том, что психологическая безопасность достигается благодаря установлению своеобразного гомеостаза между внешними воздействиями и внутренними позициями человека, социальными требованиями и его потребностями, разнообразными трудностями и индивидуальным уровнем жизнестойкости. То что среда, в которой живет и развивается человек, обеспечивает его необходимыми средствами развития и жизнедеятельности - является неоспоримой аксиомой. Поэтому восприятие ее только как угрожающей и опасной провоцирует разнообразные некорректные спекулятивные суждения, которые ограничивают возможности личности к адаптации и самореализации. В связи с этим, ключевая задача, предстоящая перед человеком, заключается в необходимости и способности к распознаванию, осмыслению, интерпретации конструктивных и деструктивных воздействий среды. Однако, люди часто проявляют неспособность к ресурсному взаимодействию с окружающим. Наше понимание такого взаимодействия базируется на идеях американского психолога, автора теории потока М. Csikszentmihalyi. В частности, о способности личности к усвоению положительных воздействий среды и преобразованию потенциальных ее угроз в задачи, решение которых укрепляет внутреннюю гармонию, приносит радость и удовольствие (Csikszentmihalyi, 2011).

Неспособность личности к ресурсному взаимодействию с окружающим имеет широкий спектр проявления: от зависимого расстройства личности на одном полюсе, до патологической враждебности и обособления на другом. У психически здоровых людей это сказывается манипулятивным поведением, фрустрированностью потребностей и неконструктивными средствами ее преодоления, эмоциональной несбалансированностью, непродуктивным использованием собственного потенциала и возможностей, которые дает среда. И в первом, и во втором случае речь идет об отсутствии или недостаточной сформированности способности человека к

установленію балансу між зовнішніми впливами і внутрішнім світом, як базової основи його психологічної безпеки. Умовою досягнення такого балансу, по нашому мненню, є самодостаточність особистості, котра забезпечує здатність до виживання здорового і якісного взаємодія з швидкозмінюючим середовищем, покладаючись на власні психологічні ресурси, такі як особиста компетентність, навички мобільного соціального поведіння, ефективні життєві стратегії, здатність взяти на себе відповідальність за власне життя, розвита система особистої саморегуляції.

По мненню А. Адлера, розвиток самодостаточності і незалежності особистості є необхідною умовою усунування різних форм психологічного неблагополуччя. Він вважав, що рушійною силою особистого розвитку людини з ранніх років її життя є почуття неповноцінності, яке викликається суб'єктивним відчуттям власної психологічної або соціальної неадекватності (здатностей, можливостей, потенціалу і т.д.). У прагненні подолати це почуття людина намагається досягти досконалості, завершеності, повноти в тій або іншій сфері життя. Це прагнення А. Адлера назвав «прагненням до домінування» (Adler, 1954).

Інтересно, що, згідно з автором, найбільш ймовірними напрямками реалізації «прагнення до домінування» будуть ті, в яких людина відчуває обмеженість вродженого потенціалу. Така обмеженість сприймається їм як неадекватність власних ресурсів, здатностей, можливостей, тобто всього того, що дозволяє бути ефективним і повноцінним. Напрямок і характер розвитку особистості залежить від того, яку форму компенсації почуття неповноцінності вибирає людина. Адекватні форми (успішна компенсація, гіперкомпенсація) сприяють зменшенню почуття неповноцінності, розвитку своїх здатностей і соціального інтересу. Неадекватні форми компенсації, наприклад занурення в хворобу, посилюють почуття неповноцінності, обмежують потенціал і можливості особистості.

Відштовхуючись від позиції А. Адлера, можна сказати, що людина в спробі компенсувати свою неповноцінність прагне до самодостаточності. Вже компенсаторні процеси запускаються в відповідь на суб'єктивне переживання часткового несовершенства, обумовленого відчуттям неадекватності власних можливостей і потенціалу для виживання і повноцінної самореалізації. Досягти самодостаточності людина може тільки в взаємодії з суспільством, оскільки, маючи цілісну особистість, він разом з тим є неотъемлемою частиною суспільства, індивідуальне і соціальне особистості існують в інтегральному єдності.

Таким образом, субъективное переживание частичного несовершенства, обусловленное ощущением недостаточности собственных возможностей и потенциала, запускает компенсаторные процессы. Успешная компенсация связана с развитием способностей и социального интереса. Последний заключается в специфическом чувстве солидарности с социумом, которое помогает находить баланс между собственными эгоистическими потребностями и нуждами других (Adler, 1954).

Автор социокультурной теории личности К. Horney указала «потребность в самодостаточности и независимости», как одну из десяти невротических потребностей человека (Horney, 1945). Эти потребности представляют собой специфические стратегии преодоления личностью чувства базальной тревоги и выполняют функцию психологической защиты. Базальная тревога возникает в результате неблагоприятных отношений между ребенком и родителями, и проявляется в ощущении одиночества, беспомощности, страха относительно возможных угроз окружающего мира. По мнению автора, влияние родителей играет ключевую роль в развитии личности ребенка, именно от них зависит реализация его базовых потребностей: физическое выживание напрямую связано с «необходимостью удовлетворения» (биологических нужд), психологическое благополучие и психическое здоровье – с «потребностью в безопасности».

Потребность в безопасности базируется на мотивах любви и принятия со стороны значимых взрослых (прежде всего родителей), защиты от враждебного опасного окружающего мира. Здоровая личность формируется, если ребенок в родительском отношении к себе чувствует безусловную любовь, одобрение, заботу, чувствует себя в безопасности рядом с ними. Вместе с тем, гиперопека ребенка или пренебрежение родителями его потребностей, унижение, обесценивание обуславливают риск патологического развития детской личности. Подобное родительское отношение формирует также установку базальной враждебности и вышеупомянутую базальную тревогу, которые являются источником внутренних конфликтов личности.

Внутренние личностные конфликты, согласно К. Horney, возникают на базе амбивалентных, противоречивых чувств, стремлений, желаний, интересов сначала маленького ребенка, а впоследствии - взрослого человека. С подобными конфликтами люди сталкиваются каждый день, часто даже не осознавая этого. Преимущественно, будучи пассивными, они не пытаются сознательно решать внутренние конфликты, и действуют наугад согласно обстоятельствам или иных стратегий психологической защиты, которые сформировались в детстве (Horney, 1945).

Группу невротических потребностей (невротических тенденций), к которым по мнению К. Horney, люди прибегают с целью преодоления чувств тревожности, враждебности, отверженности, беспомощности,

составляют следующие: потребность в любви и одобрении, потребность в партнере-руководителе, потребность в четких ограничениях, потребность во власти, потребность в эксплуатации других, потребность в общественном признании, потребность в восторге собой, потребность в честолюбии, потребность в безупречности и непреложности, потребность в самодостаточности и независимости (Horney, 1945). Обосновывая свою позицию, автор подчеркнула, что эти стратегии присущи всем людям и выполняют функцию оптимизации межличностных отношений, достижения чувства безопасности, психологической защиты от невротогенных установок, переживаний и т.п. Однако, если человек проявляет ригидность, стереотипность, фиксированность, избыточность, неадекватность в их применении это - провоцирует развертывание внутриличностного конфликта, невротического состояния.

К. Horney предложила типологию личности, основанную на анализе доминирующих невротических потребностей (старегий) и установок относительно отношений с другими людьми. Она охарактеризовала три типа личности: уступчивый (ориентация на людей), обособленный (ориентация от людей), враждебный (ориентация против людей) (Horney, 1945).

Чрезмерно выраженная потребность в самодостаточности характерна для обособленного типа личности и приводит к невротическому избеганию человеком любых социальных отношений, обязательств в этих отношениях, дистанцированию от близких отношений с окружающими. Вместе с тем, нерешительность, беспомощность, конформность, острая потребность в любви, принятии, близком партнере, характерные для покладистого типа личности, обуславливают ее неадекватно высокую зависимость от других людей, социального одобрения, поддержки.

Исходя из логики суждений К. Horney, можем говорить, что существует определенный оптимальный уровень потребности личности в самодостаточности, который позволяет ей эффективно выстраивать теплые, доверительные, ответственные отношения с окружающими и при этом сохранять необходимую автономию и самостоятельность, не прибегая к невротическим стратегиям преодоления базальной тревоги. Заметим, что самостоятельность является одной из составляющих самодостаточности личности, но не тождественна ей. Поскольку, человек с низким уровнем самодостаточности в определенной мере способен к самостоятельным решениям и действиям, однако это часто происходит на фоне невротической тревожности, обусловленной неуверенностью в их правильности. Он нуждается в поддержке от окружающих людей в виде одобрения его решений и действий, как социальном разрешении на их реализацию. Это, в свою очередь, провоцирует личностный конфликт, вызванный дихотомией «потребность в гиперпротекции - потребность в автономии».

К. Horney отмечала, что сознательное решение внутрениличностных конфликтов может быть очень болезненным для человека. Однако, оно имеет положительные последствия: чем чаще человек самостоятельно ищет пути решения своих конфликтов, тем большей силой и внутренней свободой обладает (Horney, 1945).

Таким образом, К. Horney рассматривала «потребность в самодостаточности и независимости» как сложившуюся в детстве стратегию личности обеспечения психологической защиты. Потребность в самодостаточности, наряду с другими невротическими потребностями (потребность в любви и одобрении, потребность в партнере-руководителе, потребность в четких ограничениях, потребность во власти, потребность в эксплуатации других, потребность в общественном признании, потребность в восторге собой, потребность в честности, потребность в безупречности и непреложности) выполняет функцию оптимизации взаимоотношений и психологической защиты от «опасного, враждебного» окружающего мира. Эти стратегии защиты являются результатом неблагоприятных отношений между ребенком и родителями: пренебрежительное отношение к ребенку, пренебрежение его потребностей, обесценивание, унижение и тому подобное.

Созвучность идеям К. Horney находим в работах польского психиатра К. Dabrowski (Dabrowski, 1972). Он обосновал понятие положительной дезинтеграции, которая проявляется в процессах внутреннего распада личности с последующей ее реорганизацией на новом, более сложном уровне развития и личностной саморегуляции. По мнению автора, эмоциональный дистресс может свидетельствовать не только о психологических проблемах, с которыми столкнулась человек, но и отражать его внутреннее стремление к личностному росту и самосовершенствованию. Такая тенденция свойственна только людям, которые обладают внутренним потенциалом к развитию автономности и компетентности. Благодаря этому потенциалу и специфической психологической осознанности, они способны пользоваться негативными эмоциями, как конструктивным ресурсом к саморазвитию. Согласно К. Dabrowski, именно эмоциональный дискомфорт мотивирует их к самоанализу, более совершенному познанию окружающего, поиску новых вариантов и средств преодоления проблемной ситуации (Dabrowski, 1972). Путем глубокой рефлексии и сложной работы над собой, они достигают высокого уровня развития, что позволяет им преодолеть тревогу, неуверенность в себе, депрессивную подавленность, стать более адаптивными а, следовательно, и сбалансировать взаимодействие с окружающим.

Мы считаем, описанные К. Dabrowski процессы положительной дезинтеграции личности, функциональным проявлением ее самодостаточности, которая, в свою очередь, выступает условием психологической безопасности человека. По нашему мнению, самодостаточность обеспечивает высокий уровень функциональной

интеграции личности, позволяет сохранять личностное равновесие и целостность в процессе взаимодействия с внешним миром во всех его проявлениях (социальных, экологических, политических, культурных и т.д.). Функциональная интеграция достигается за счет сочетания базовых функций личностной саморегуляции, которая нейтрализует дестабилизирующие воздействия внешней среды и создает внутренние условия для психологической безопасности человека (Бигун, 2017).

Глубиной познания феномена самодостаточности личности отличаются научные позиции психологов-гуманистов. В частности, А. Maslow рассматривал самодостаточность, как одну из ценностей Бытия (Б-ценности) (Maslow, 1969). В его понимании, направленность развития самоактуализированной личности определяется метаценностями - высшими ценностями, которые обуславливают самоопределение человеческой сущности и объективное понимание истинности Бытия. Метаценности автор противопоставляет, так называемым, дефицитарным ценностям (Д-ценности), благодаря которым человек субъективно воспринимает мир исключительно через призму удовлетворения собственных потребностей, «превращая мир ни во что другое, как в средство достижения ... цели» (Maslow, 1969).

По мнению А. Maslow, люди, руководствуясь дефицитарными ценностями, лишают себя объективного восприятия мира: «... мы на самом деле воспринимаем не мир, а себя в нем или его в нас» (Maslow, 1969). В свою очередь, способность человека выйти за пределы собственных дефицитарных ценностей и подняться до уровня ценностей Бытия, делает его богоподобным, то есть способным к целостному объективному познанию Бытия (Б-познание), его истинной сущности. Такой человек воспринимает Бытие как «хорошее, справедливое, необходимое»; зло – как «продукт ограниченного или эгоистического видения и понимания». Он писал: «Если бы мы были богоподобными в этом смысле, мы тоже обладали бы вселенским пониманием и никогда ничего не осуждали и не пренебрегали, ни от чего не ужасались и ни в чем бы не разочаровывались. Мы могли бы чувствовать только сострадание, любовь к ближнему, милосердие и, возможно, печальное или веселое удивление (в высоком смысле этого слова) от несовершенства других людей» (Maslow, 1969: 114).

Согласно А. Maslow, ценностями Бытия являются: целостность, совершенство, завершенность, справедливость, жизненность, полнота, простота, красота, праведность, уникальность, непринужденность, игра, истинность, честность, реальность, самодостаточность. Последнюю автор трактует, как автономность, независимость, умение быть самим собой без участия других, самоопределение, умение подняться над окружающей действительностью.

Самодостаточность, наряду с другими ценностями Бытия, по мнению автора, является естественным свойством человека, потенциальным стремлением к которой обладает каждое



новорожденное дитя. Однако, это зерно может прорасти только при наличии благоприятных социальных условий (свобода, возможности для полноценного развития и самореализации, освобождение от предрассудков и т.п.) (Maslow, 1969).

Благодаря ориентации на метаценности, самоактуализированная личность способна достичь переживания высших состояний Бытия и воспринимать мир безотносительно к себе, не проецируя на него собственных интересов. Такие состояния являются самодостаточными в своей глубинной сущности, поскольку они, с одной стороны, бесконечные, не требуют одобрения, не подчинены достижению совершенства или какой конечной цели, а с другой – лишены простых эгоцентрических желаний, дефицитарной обусловленности, открыты для неограниченного, целостного, истинного познания самого Бытия и мира такими, какие они есть.

Состояния Бытия доступны и несамоактуализированным людям в моменты их пиковых переживаний, которые А. Maslow называл «моментами наивысшего взлета». В такие моменты человек склонен смотреть на природу как таковую, что «существует сама по себе и ради самой себя, а не как игровую площадку, построенную исключительно для человека», то есть – самодостаточную (Maslow, 1969: 104).

Он акцентировал внимание на том, что и состояния Бытия, и самоактуализация является феноменами свободными от любых статических или типологических ограничений. Поскольку такие ограничения приводят к пониманию самоактуализации, как своеобразного пантеона, которого могут достичь лишь единичные люди старше шестидесяти лет. Самоактуализация - это только определенный эпизод, «прорыв», в котором все силы личности чрезвычайно эффективно сливаются воедино, даря интенсивное удовольствие; когда человек достигает единства, преодолевая разорванность; он становится более открытым к непосредственным впечатлениям, характеризуется неповторимостью, экспрессией и спонтанностью, более полно функционирует, обладает большими творческими способностями и большим чувством юмора, способен подняться над Эго, более независим от низших потребностей. Во время этих «прорывов», по мнению

А. Maslow, человек в большей степени становится самим собой, лучше реализует собственные потенциальные возможности, приближается к самому сердцу своего Бытия, становится более полноценной личностью (Maslow, 1969).

Такая трактовка А. Maslow самоактуализации открывает выход на понимание самодостаточности, не как определенного завершеного достижения психического развития человека, фиксированного той или иной возрастной стадией, а как непрерывного процесса становления качественно своеобразных свойств личности, обеспечивающих ее способность к полноценному удовлетворению возрастных потребностей

розвиття, максимально можливого высвобождения и применения внутреннего потенциала, оптимального его использования для успешной адаптации и продуктивной жизнедеятельности.

Особенно ценны для нас идеи А. Maslow о том, что каждый новорожденный младенец обладает потенциальным стремлением к самодостаточности, как способности сохранять автономность, независимость, самоопределение, умение подняться над окружающим и быть самим собой без участия других. Чтобы потенциальное стремление личности трансформировалось в ее естественное свойство, по мнению автора, необходимы благоприятные социальные условия, такие как свобода, возможности для полноценного развития и самореализации, освобождение от предрассудков и др. Психологическим условием развития самодостаточности личности является ее стремление к самоактуализации - состоянию достижения и раскрытия вершины своих потенциальных возможностей на определенном этапе жизненного пути.

Самодостаточность личности, по нашему мнению, проявляется и в ее способности к самоподдержанию, опоре на себя (свои ресурсы, способности, возможности, знания и т.д.). Основатель гештальттерапии F. Perls ключевую задачу психотерапевтического процесса видел в формировании способности клиента к самоподдержанию. В его понимании, психотерапия должна стимулировать клиента к опоре на себя, чтобы он не зависел от других и реализовывал максимум своих возможностей.

Позиции F. Perls могут показаться на первый взгляд слишком категоричными. В частности, он считал, что современная личность, как правило, невротическая. Поскольку она прежде всего ориентирована на приспособление к обществу. Однако, общество нестабильное, ненормальное, очень изменчивое, а потому человеку все сложнее к нему адаптироваться. Патологические процессы в обществе представляют опасность для психики отдельного человека. Поэтому современная личность встает перед выбором: присоединиться к коллективному психозу или «рискнуть выздороветь и быть распятым» (Перлз, 2000).

F. Perls считал, что показателем зрелости личности является ее центрация на себе, опора на собственные ресурсы, отсутствие выраженной зависимости от помощи других. Зрелая личность, сохраняя собственную автономность, осознанно воспринимает окружающую действительность, наблюдает, анализирует, ассимилирует полезный для себя внешний опыт или ресурс. Только такая личность способна к здоровому взаимодействию и общению. Он писал: «Невротик тот, кто нуждается в поддержке извне. Я называю невротиком любого, кто использует свои возможности для манипуляции другими вместо того, чтобы совершенствовать себя. Он контролирует и мобилизует родных и друзей там где не в состоянии воспользоваться своими ресурсами. Больше, больше самоподдержания, которое заменит поддержку извне, и рост продолжится» (Перлз, 1995: 23).

Как видим, зрелость личности и ее психическое здоровье – максимально приближенные явления в понимании автора. В свою очередь, фактором психического здоровья человека выступает психологическая безопасность. Отталкиваясь от идей F. Perls, можем говорить о том, что психологическая безопасность личности зависит прежде всего от нее самой. Ведь зрелая личность способна к опоре на себя, она саморегулируется и самоподдерживается, оберегая тем самым себя от деструктивного влияния среды. Личностно зрелый человек способен поддерживать равновесие, балансировать действие внешних и внутренних воздействий. Чтобы достичь такого состояния сбалансированности, личность должна преодолеть страх отказа от ориентации на внешнюю поддержку. Это требует от нее проявления мужества и ответственности. По нашему мнению, способность личности взять на себя осознанную ответственность за свою жизнь, найти точку опоры в себе – является функциональным проявлением ее самодостаточности. При таких условиях она приобретает внутреннее ощущение безопасности, стабильности, свободы выбора, открывает новые для себя возможности, становится более динамичной, стрессоустойчивой, продуктивной.

Часто представителей гуманистической психологии упрекают в недостаточности экспериментального обоснования их научных идей и теоретических позиций. Однако, на сегодняшний день имеем результаты ряда исследований, которые свидетельствуют о раннем проявлении самодостаточности личности.

Одной из наиболее ярких попыток научного обоснования самодостаточности человеческого организма можно считать теорию аутопоэзиса, сформулированную чилийскими нейробиологами H. Maturana и F. Varela (Maturana & Varela, 1980). Термин «аутопоэзис» греческого происхождения, в буквальном переводе означает самосозидание, самопроизводство. В 1972 году H. Maturana и F. Varela ввели его в научный оборот для обозначения самовоспроизводящихся, самовыстраивающихся и самообеспечивающихся биологических систем. К таким системам относится система человеческого организма, специфическая организация которого порождает самого себя без деления на производителя и продукт (субъект и объект). Согласно учению H. Maturana и Varela, даже познавательная деятельность человека представляет собой организующую деятельность самосохранения и самовоспроизводства живой системы на всех уровнях. Она обеспечивает когнитивное взаимодействие человеческого организма с окружающей средой. Ментальная деятельность является составной аутопойтичного жизненного процесса, которая пронизывает его насквозь: от эмоций и чувств к активности и поведению (Maturana & Varela, 1980).

Таким образом, аутопоэзис человека как живого организма охватывает всю систему его биологической жизнедеятельности, начиная

от аутопойтичной структуры клеток к аутопойтичности познания и взаимодействия с окружающим миром. Макромолекулы клетки в течение всего ее жизненного цикла примерно 10<sup>4</sup> раз возобновляются. За счет этого клетка воспроизводит саму себя, сохраняя при этом собственные специфические свойства, целостность, относительную независимость (Афанасьев, 2010). Следовательно, самодостаточность аутопойтичных систем, в частности человеческого организма, заключается в том, что они сохраняют единство и целостность на фоне непрерывного процесса распада и создания их компонентов.

Благодаря механизмам аутопоэзиса человеческий организм представляет собой автономную, операционно замкнутую систему. Вместе с тем, он постоянно взаимодействует с окружающей средой за счет термодинамической открытости живой системы, которая заключается в обмене энергией и питательными веществами. Важно, что влияние внешней среды, имеющее опосредованное воздействие на развитие организма, обуславливается прежде всего внутренними закономерностями (Эйген, 1982). То есть, среда может выступать в роли внешнего активатора, но характер развития, его регуляция - внутренне обусловлены.

Самодостаточность аутопойтичной системы человеческого организма состоит еще и в том, что она постоянно эволюционирует. По мнению американского физика, кибернетика С. Фритхофа, уникально реагируя на активирующие влияния факторов внешней среды, аутопойтичная система создает индивидуальную траекторию собственных эволюционных изменений. В самой системе постоянно происходят структурные изменения на фоне сохранения матричной организационной модели. Компоненты системы порождают и трансформируют друг друга. Структурные изменения обеспечиваются процессами самовосстановления и создания новых структур. Такие изменения имеют поступательный характер и оговариваются специфическим взаимодействием воздействия внешней среды с внутренней динамикой системы (Фритхоф, 2002).

Украинский ученый В.А. Татенко с одной стороны подчеркивал, что психика человека не может рассматриваться как нечто автономное и самодостаточное, поскольку является функцией мозга. С другой - обращал внимание на то, что современная психология возвращается к пониманию психического как особой формы жизни, которая в своих высших проявлениях достигает таких уровней личности и индивидуальности, которые обладают «потенциалом самопревосхождения, самотрансценденции в новые, более совершенные психологические формы человеческой бытийности» (Татенко 2009: 27).

Американский нейробиолог S. Porges доказал, что врожденные неврологические свойства обеспечивают способность новорожденных

детей в условиях стресса успокаивать самих себя за счет системы саморегуляции психических функций (S. Porges, 2011).

Современная исследовательница в области клинической психологии L. Gibson обнаружила, что отсутствие теплых отношений с родителями, принятие и поддержки с их стороны, провоцирует у детей состояние эмоциональной депривации, выход из которой они ищут в стремлении быстрого взросления и достижения самодостаточности. Внутренне переживая глубокое эмоциональное одиночество, внешне они могут казаться не по годам благоразумными (L. Gibson, 2015).

По мнению философа, социолога А. Бурганова, диалектические законы жизни и историческое развитие человечества определили самодостаточность как необходимое условие бытия человека. Это проявляется прежде всего в том, что человек по природе своей обречен содержать самого себя, «братьев своих меньших» и среду собственного существования. Уровень самодостаточности каждого конкретного человека зависит от качественных и количественных характеристик индивидуального потенциала его саморазвития (Бурганов, 2011). Автор отметил существование неразрывной связи между самодостаточностью человека и природными источниками его саморазвития (от биологических к личностным и социальным).

Таким образом, результаты современных исследований в области нейробиологии, кибернетики, психологии, общей теории систем позволяют говорить о самодостаточности как свойстве человека, обусловленном аутопойтичной природой его организма.

Вопрос психологической безопасности личности является одним из наиболее актуальных в кругу проблем современного человечества. Его решением занимаются специалисты различных отраслей, ведущая роль среди которых принадлежит психологии. Можно говорить о том, что в теоретических подходах к пониманию психологической безопасности наиболее активно сегодня развивается личностный подход. Основу данного подхода составляет научно-методическая интерпретация личностного развития как определяющего конструкта системы условий психологической безопасности человека. Ведь сферой, в которой представляются эти условия являются, прежде всего, личность, с ее индивидуально-психологическими особенностями, ресурсами, моделями поведения и реагирования, системой взглядов и убеждений, которые в интегративном взаимодействии реализуют функцию психологической безопасности.

По нашему мнению, ведущим условием психологической безопасности личности является уровень развития ее самодостаточности. Анализ особенностей презентации феномена самодостаточности в трудах ученых дает основания для вывода о том, что самодостаточность - это системное личностное образование, обеспечивающее высокий уровень функциональной интеграции личности, необходимой для успешной адаптации и управления своей

жизнедеятельностью. Функциональная интеграция заключается в сочетании базовых функций личностной саморегуляции, призванной нейтрализовать действие внешних дестабилизирующих факторов и воспользоваться ресурсами конструктивных воздействий. В таких условиях человек является способным к эффективному взаимодействию с окружающей действительностью. При этом, он опирается на собственные психологические ресурсы: навыки мобильного социального поведения, эффективные жизненные стратегии, способность взять на себя ответственность за собственную жизнь, автономность, знания, опыт, личностная компетентность. Так, например, личностная компетентность представляет собой осведомленность человека в отношении своих личностных качеств и свойств. Уровень личностной компетентности определяется его способностью адекватно воспринимать и оценивать черты своего характера, собственные жизненные ценности и приоритеты, желания, способности и потенциальные возможности. Личностная компетентность проявляется также в возможностях человека видеть свои слабые и сильные стороны, осознавать личностные проблемы а также те внешние и внутренние факторы, которые вызывают возникновение этих проблем.

Чем выше уровень самодостаточности тем эффективнее функционирует система личностной саморегуляции. А значит - возрастает способность сохранять личностное равновесие и целостность в ситуации воздействий (как конструктивных так и деструктивных). Это позволяет существенно расширить внутренний план безопасности личности. При таких условиях обогащаются возможности человека выстраивать динамичное ресурсное взаимодействие с окружающим, быть открытым к общению с внешним миром, оставаясь при этом личностно автономным и суверенным.

*Перспективы дальнейших исследований* заключаются в изучении механизмов самодостаточности личности как условия психологической безопасности человека; определении психологической сущности, структуры и функций самодостаточности как личностного образования; разработке инструментария для научного изучения самодостаточности и диагностики ее проявлений при осуществлении анализа индивидуальных особенностей личности в ходе решения конкретных прикладных задач, например, в психологическом консультировании, психокоррекции, психотерапии и тому подобное.

### **Список использованной литературы**

- Антипов Г.А., Донских О.А. Проблема периодизации историко-философского процесса с позиций представления о рефлексии. *Проблемы рефлексии. Современные комплексные исследования.* Новосибирск, 1987. С. 3–21.
- Бігун Н.І. Феномен самодостатності особистості у класичній психології. *Науковий часопис НПУ імені М.П.Драгоманова. Серія №12. № 6*

(51). *Психологічні науки: Зб. Наукових праць*. К.: НПУ імені М.П.Драгоманова, 2017. С. 17–25.

Бурганов А. Х. Человек свободный. Философия источников саморазвития (самодостаточности человека). Москва: Каллиграф, 2011. 360 с.

Колесникова Т.И. Психологический мир личности и его безопасность. Москва: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2001. 176 с.

Молокоедов А.В., Слободчиков И.М., Франц С.В. Психологическая безопасность личности. Основы комплексного анализа. Москва: Изд-во «Левъ», 2017. 82 с.

Перлз Ф. Эго, голод и агрессия / под ред. Д. Н. Хломова: пер. с англ. Н. Б. Кедровой, А. Н. Кострикова; 2-е стер. изд. Москва: Смысл, 2000. 385 с.

Перлз Ф. Внутри и вне помойного ведра. Санкт-Петербург: Издательство «Петербург-XXI век», 1995. 448 с.

Приходько И.И. Парадигма психологической безопасности персонала экстремальных видов деятельности. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2013. Вип. 14(3). С. 185-196.

Сковорода Григорій. Повна академічна збірка творів / за редакцією проф. Леоніда Ушкалова. Харків-Едмонтон-Торонто: Майдан; Видавництво Канадського Інституту Українських Студій, 2011. 1400 с.

Татенко В.О. Сучасна психологія: теоретично-методологічні проблеми: навч. посіб. Київ: Вид-во Нац. авіац. ун-ту «НАУ-друк», 2009. 288 с.

Чиксентмихайи М. В поисках потока. Психология включенности в повседневность. Москва: Альпина нон-фикшн, 2015. 194 с.

Эйген М., Шустер П. Гиперцикл: принципы самоорганизации макромолекул. Москва: Мир, 1982. 270 с.

Fritjof C. The Hidden Connections: Integrating the Biological, Cognitive, and Social Dimensions of Life Into a Science of Sustainability. Hardcover, 2002. 300 p.

Gibson L. Adult Children of Emotionally Immature Parents: How to Heal from Distant, Rejecting, or Self-Involved Parents. New Harbinger Publications, 2015. 209 p.

Horney K. Our inner conflicts. New York: Norton, 1945. Pp. 250.

Maturana H.R., Varela F.J. Autopoiesis and Cognition. The Realization of the Living. Dordrecht, Holland, Boston, 1980.

Maslow A. H. A theory of metamotivation: The biological rooting of the value-life // Sutich A. J., Vich M. A. (eds). Readings in humanistic psychology. N.Y.: Free Press, 1969. P. 153-199.

**Наукове зарубіжне видання**

**Загальний редактор: професор І.В. Волженцева**

**ПСИХОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА ОСОБИСТОСТІ**

**Міжнародна колективна монографія**

**Брест, Переяслав – 2020**

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ ЛИЧНОСТИ**

**Международная коллективная монография**

**Брест, Переяслав – 2020**

**ПСИХАЛАГІЧНАЯ БЕЗПЕКА АСОБЫ**

**Міжнародная калектыўная манаграфія**

**Брэст, Пераяслаў – 2020**

**THE PSYCHOLOGICAL SAFETY OF PERSONALITY**

**International collective monograph**

**Brest, Pereiaslav – 2020**

*Матеріали подано мовою оригіналу.*

*Друкується в авторській редакції з оригінал-макетів авторів.*

*Редколегія не завжди поділяє погляди авторів статей.*

*Автори опублікованих матеріалів несуть повну відповідальність за підбір, точність наведених фактів, цитат, статистичних даних, власних імен та інших відомостей.*

Формат 60X84 1/16. Папір офсетний. Гарнітура Lucida Sans Unicode, Arial.

Наклад 100. Зам. № 196. Ум. друк. арк. 35.

Виготівник: ФОП Домбровська Я. М.,

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до державного реєстру  
видавців, виготівників і розповсюджувачів видавничої продукції

ДК № 6366 від 22.08.2018 р.

08055, Київська обл., Макарівський р-он, с. Вільне, вул. Чапаєва, 16а,

e-mail: devis519@ukr.net



# *The International collective monograph of edition general the professor's I.V.Volzhenstseva*



*Ukraine-Belarus, 2020*