ПСИХОЛОГІЯ БЕЗПЕКИ

УДК 316.6-057.87

Надія Куравська

ПРОЯВИ ЗАХИЩЕНОСТІ ЯК ЧИННИКА ПСИХОЛОГІЧНОЇ БЕЗПЕКИ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ВНЗ

Стаття присвячена проблемі збереження психологічної безпеки студентів в освітньому середовищі вищого навчального закладу. Зокрема аналізується один із трьох важливих чинників психологічної безпеки особистості, а саме чинник захищеності. На основі емпіричного дослідження розглядаються типові для вищої школи стрес-чинники та психологічні засоби захисту від них, якими користуються студенти для збереження відчуття власної психологічної безпеки.

Ключові слова: *психологічна безпека, освітнє середовище вищої школи, психологічні засоби захищеності студентів.*

The article deals with the problem of preservation of students' security in the educational environment of a higher educational institution. In particular one of the three important factors of psychological security of personality, i.e. the factor of protectability, is analyzed. On the basis of empirical investigation stress-factors that are typical for higher school and psychological means of protection used by students in order to preserve the sense of their own psychological security are examined.

Key words: *psychological security, educational environment of a higher school, psychological means of students' protectability.*

Актуальність дослідження. Потреба в безпеці вважається однією з базових потреб індивіда, від ступеня задоволеності якої залежить його психологічне благополуччя та психічне здоров'я. Ця потреба особливо активізується в кризові періоди, які час від часу виникають і на рівні суспільства, і на рівні окремо взятого індивіда. Сучасне українське суспільство саме переживає таку чергову кризу, а це закономірно позначається на самовідчутті його громадян: зростає напруження, незадоволення, нарікання, відчуття безпомічності й безпорадності, тобто все те, що свідчить про вихід індивіда за межі психологічної безпеки. Будь-яка криза породжує нестабільність соціальної системи, а це, своєю чергою, позначається на всіх її представниках. Історично підтвердженим фактом є те, що саме молодь найбільш гостро реагує на неї. Здобуваючи освіту, складаючи плани щодо майбутньої професійної та особистісної самореалізації студентська молодь потребує впевненості в завтрашньому дні. Якщо такої впевненості нема, з'являється певна дезорієнтація, знижується мотивація на досягнення успіху та долання перешкод тощо. Однак не лише нестабільність макросоціуму впливає на відчуття безпеки студентів. Існує багато чинників мікросоціального та особистісного характеру, які можуть різною мірою блокувати це відчуття. Йдеться про особливості міжособистісної взаємодії (у ВНЗ, сім'ї, сфері дозвілля), про соціально-психологічний клімат малих груп, у які включена молода людина, а також і про її індивідуально-психологічні та соціально-

психологічні особливості тощо. Таким чином, можна дійти висновку, що збереження психологічної безпеки залежить від цілого комплексу макро- і мікросоціальних чинників. Серед останніх найважливішого значення набуває вищий навчальний заклад як провідний інститут соціалізації студентської молоді. Освітня та особистісно розвиваюча функції вищого навчального закладу мають на меті не лише підготувати майбутнього спеціаліста в тій чи іншій сфері трудової діяльності, а й сприяти формуванню його особистості. Разом із цим навчання у ВНЗ пов'язане з певними труднощами, які можуть знижувати рівень психологічної безпеки студентів: це й адаптаційний період першокурсників, упродовж якого треба переорієнтуватися від шкільного навчання до навчання у ВНЗ, і регулярні навчальні та екзаменаційні стреси, і можливі конфлікти з викладачами й однокурсниками тощо. Уміння долати ці труднощі є головною умовою збереження психологічної безпеки студентів.

Виходячи із зазначеного вище, вважаємо тему нашого дослідження актуальною. Крім цього, актуальність досліджень проблематики психологічної безпеки в умовах освітніх установ зумовлена також недостатньою її розробленістю у вітчизняній психології, тобто якщо проблема безпеки в освітньому середовищі школи вже досить глибоко вивчена науковцями, то в освітньому середовищі вищого навчального закладу вона лише починає досліджуватись.

Аналіз останніх досліджень. Про психологічну безпеку вперше заговорили у 90-х рр. XX ст. (С. Рощін і В. Соснін). У сучасних психологічних дослідженнях проблематики безпеки висвітлено такі аспекти, як рівні безпеки людини, умови її виникнення й критерії її оцінки, показники або складові безпеки, шляхи й способи самозабезпечування безпеки тощо. Однак доводиться констатувати, що й сьогодні серед науковців немає єдиного підходу до визначення сутності та складових цього конструкту, навіть у психологічних словниках та енциклопедіях не завжди його можна знайти. Проте його теоретико-емпіричне вивчення проводиться, про що свідчать праці таких учених, як І. Баєва, М. Бітянова, Г. Грачов, Н. Єфимова, А. Застело, Ю. Зінченко, О. Зотова, Т. Колесникова, М. Котик, В. Лепський, Т. Малікова, І. Мельник, Л. Михайлов, В. Панов, І. Приходько, С. Решетіна, С. Рощин, Г. Смолян, В. Соломін, В. Соснін, А. Сухов, Н. Шликова та ін. Актуальні проблеми психологічної безпеки, детерміновані умовами освітніх установ, представлені в роботах І. Баєвої, Н. Вітюк, І. Волкової, Є. Лактіонової, В. Дмитрієвського, Г. Кожухар, Н. Оганесян, О. Самойлова та ін. Багато фахівців вказує на головну роль психологічної безпеки в розвитку творчого потенціалу студентства (Н. Лизь, К. Холуєва, О. Мухарлямова та ін.). Результати багатьох досліджень науковців свідчать про те, що ефективність освітнього процесу залежить від показника психологічної безпеки освітнього середовища. Автори виділяють цілий ряд чинників, що визначають специфіку психологічної безпеки особистості в системі освіти. У своїх роботах вони розглядають психологічну безпеку під кутом зору її залежності не тільки від особистості, а й від її оточення, групи.

Отже, психологічна безпека – це складна, багаторівнева динамічна система, яка визначає рівень суб'єктивної захищеності людини, її здатність підтримувати оптимальний рівень свого функціонування, спроможність усвідомлення чинників і механізмів усунення зовнішніх і внутрішніх загроз, а також можливість збереження оптимального стану функціонування взаємодії у різних площинах соціально-психологічного простору життєдіяльності [1, с. 124].

Узагальнено можна виділити три групи чинників, які визначають або впливають на психологічну безпеку (В. Соломін): людський чинник, як різноманітні реакції людини на небезпеку; чинники середовища, які включають в себе особливості фізичного й соціального середовища життєдіяльності людини; чинник захищеності, який об'єднує фізичні, соціальні та психологічні засоби захисту від тривожних і небезпечних ситуацій [2]. Чинник захищеності в проявах психологічних засобів захисту від небезпек і виступає предметом нашого дослідження. Варто зазначити, що проблема психологічного захисту широко представлена в працях вітчизняних і зарубіжних учених (А. Андрушко, Е. Берн, Х. Бренер, У. Варнава, Д. Вейллант, Р. Грановська, Л. Дьоміна, Б. Зейгарник, Н. Каліна, Н. Мак-Вільямс, Ю. Михайльська, В. Москалець, І. Нікольська, Р. Плутчик, І. Ральнікова, Т. Рисинець, Г. Салліван, К. Соколова, В. Столін, А. Фройд, Е. Фромм, К. Хорні, Г. Чуйко, М. Ярошевський, Т. Яценко та ін.). У процесі дослідження нас найбільше цікавило питання, які механізми его-захисту найчастіше використовують студенти для збереження відчуття власної безпеки. Виходячи із цього, **мета** нашого дослідження полягала у виявленні властивих студентам ВНЗ психологічних засобів захисту від різноманітних стрес-чинників. Досягнення мети дослідження реалізувалося за допомогою розв'язання таких **завдань**, як аналіз загального рівня психологічного благополуччя студентів в умовах ВНЗ («Методика диагностики степени удовлетворенности потребностей (тест А. Маслоу)»; методика «Шкала субъективного благополучия» (Н.П. Фетискин)); виявлення труднощів і проблем, з якими найчастіше стикаються студенти, навчаючись у ВНЗ, і які призводять до втрати ними відчуття захищеності (письмове опитування на основі авторської анкети; бесіда; спостереження); виявлення домінуючих серед студентів механізмів психологічного захисту («Діагностика типологій психологічного захисту» (Р. Плутчик в адаптації Л. Вассермана)).

Вибірка проведеного нами емпіричного дослідження налічувала 53 студенти I – V курсів філософського факультету ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» спеціальності «Психологія».

Виклад основних положень. Психологічна безпека особистості нерозривно пов'язана з відчуттям нею психологічного благополуччя. Між цими поняттями існує прямий і зворотний зв'язок, тобто індивід, який суб'єктивно переживає психологічне благополуччя, знаходиться у стані психологічної безпеки, і навпаки – психологічна безпека утверджує стан психологічного благополуччя. Насправді, дуже важко визначити, яке із цих понять є основним,

а яке похідним. Беззаперечним залишається той факт, що психологічна безпека й психологічне благополуччя – це два стани, які тісно переплітаються, адже неможливо почувати себе благополучно, перебуваючи в небезпеці, так само, як неможливо бути в безпеці, будучи незадоволеним своїм життям.

Оскільки серед діагностичного інструментарію психології дуже мало методик, які безпосередньо визначають наявність чи відсутність в індивіда на момент опитування стану психологічної безпеки, ми вважали доцільним використовувати дотичні до цієї категорії методики, які хоча й опосередковано характеризують предмет нашого дослідження, однак заперечувати їхню інформаційну цінність важко через тісне переплетення з категорією безпеки. Однією з таких методик є «Шкала суб'єктивного благополуччя» (М. П. Фетіскін). Ця методика оцінює якість емоційних переживань суб'єкта в діапазоні від оптимізму, бадьорості й упевненості в собі до пригніченості, дратівливості й відчуття самотності. Як відомо, емоційна сфера є індикатором психологічного благополуччя людини. Тому, на нашу думку, буде доречним припустити, що високий життєвий тонус у вигляді домінуючих позитивних емоцій, внутрішнього спокою та впевненості в собі свідчать про переживання людиною психологічного благополуччя, а отже, і психологічної безпеки.

Як свідчать результати методики «Шкала суб'єктивного благополуччя», переважаюча частина студентів нашої вибірки (а саме 64%) характеризується помірним рівнем суб'єктивного благополуччя, а це означає, що серйозні проблеми у них відсутні, але про повний емоційний комфорт не йдеться. У 29% респондентів виявлено високий показник суб'єктивного благополуччя, що свідчить про повний емоційний комфорт і відсутність серйозних проблем. І лише 7% студентів характеризуються суб'єктивним неблагополуччям. Їм притаманні такі якості, як схильність до депресії і тривог, замкнутість, залежність, песимістичність, нестійкість до стресових ситуацій.

Таким чином, переважаюча більшість респондентів нашої вибірки все ж знаходиться в зоні психологічного благополуччя, що дозволяє нам стверджувати про відсутність суттєвих загроз і небезпек у їхньому житті, принаймні на момент опитування. А це, своєю чергою, свідчить про притаманний їм стан психологічної безпеки, хоч і помірного рівня.

В емпіричному дослідженні ми використали також методику «Діагностика міри задоволеності потреб» (тест А. Маслоу). Як відомо, потреби є джерелом активності індивіда, тобто суттєвим спонукальним й мотивуючим чинником у його житті. При цьому задоволена потреба знижує рівень активності, а незадоволена – активізує його.

Методика «Діагностика міри задоволеності потреб» базується на розробленій А. Маслоу концепції про ієрархію потреб. Головною метою цієї методики є визначення міри задоволеності таких потреб, як безпека й надійність; належність до суспільства й затребуваність; почуття власної гідності; самореалізація. Найважливішою для нашого дослідження є шкала задоволеності потреби в безпеці. Отож за результатами цієї методики серед респондентів нашої вибірки домінує потреба в самореалізації (43%), менш

вираженою, але актуальною є потреба в почутті власної гідності (27%), наступною є потреба в безпеці та надійності (18%), і останньою за значущістю – потреба у належності до суспільства й затребуваності (12%). Таким чином, потреба в безпеці серед студентів нашої вибірки посідає лише третє місце із чотирьох можливих, що свідчить про те, що лише п'ята частина студентів оцінює її як важливу та актуальну для себе.

Як зазначалося вище, психологічна безпека студентів визначається не лише їх особистісними рисами та якостями, а й здебільшого залежить від умов освітнього середовища. Студентське життя – це серйозне випробування для більшості студентів: їм необхідно прийняти нову соціальну роль студента, звикнути до нового колективу, нових вимог і повсякденних обов'язків, прилучитися до майбутньої професії. Усе це породжує стан психологічного напруження, а в окремих випадках – депресивні стани і стани виснаження й втоми, які, своєю чергою, знижують відчуття психологічної безпеки студентів. Для виявлення кола цих та інших труднощів, з якими стикаються студенти під час навчання у ВНЗ, ми застосували авторську анкету. Її результати дозволяють зробити такі узагальнюючі висновки: протягом навчання студенти стикаються з певними труднощами (73,6% опитуваних), проте не часто (73%). Лише 15% вибірки зазначають, що зустрічаються із труднощами часто, а 11% не зустрічаються взагалі. Найчастіше ці труднощі виникають: у процесі підготовки до занять (62,3%), під час екзаменаційної сесії (56,6%), у стосунках з іншими студентами (13,2%), у стосунках з викладачами (11,3%), на самих заняттях (11,3%) і під час проходження практики (5,7%). При цьому труднощі підготовки до занять залишаються актуальними протягом усього навчання в університеті, але найбільш гостро ця проблема фігурує на I курсі (100% опитуваних). Труднощі, пов'язані зі здачею екзаменаційної сесії, також супроводжують студентів протягом п'яти років навчання, але для студентів IV курсу ця проблема є найбільш вираженою (80% опитуваних).

Найбільш типовими труднощами, які виникають на заняттях, для студентів є нерозуміння матеріалу (64,2%), виступ перед аудиторією (41,5%), швидкий темп читання лекцій (30,2%), несправедливе оцінювання (24,5%), упереджене ставлення викладачів (17%) тощо. Під час екзаменаційної сесії – брак часу для відповідей на питання (54,7%), неможливість списати (35,8%), несправедливе оцінювання (15,1%) тощо.

В оцінюванні взаємин між одногрупниками половина респондентів перших курсів (50%) відповідають, що до них усі в групі ставляться добре. І тільки приблизно десять відсотків респондентів п'ятого курсу вважають аналогічно. Такі дані засвідчують, що протягом навчання у ВНЗ наростає рівень конфліктності студентів.

Якщо стосунками між викладачами й студентами першокурсники повністю задоволені (100% опитаних), то серед студентів п'ятого курсу таких студентів є лише трохи більше 70%. І якщо серед студентів молодших курсів частково незадоволених і повністю незадоволених відносинами з викладачами

немає, то серед старшокурсників показник незадоволеності коливається на рівні 10 – 20%.

Отже, ці та інші чинники можуть стати основою конфліктних ситуацій і стресів, що ведуть до виникнення стану емоційної напруженості і втрати відчуття психологічної безпеки. За таких умов постає логічне запитання – якими засобами користуються студенти для відновлення стану своєї захищеності й психологічного благополуччя? Як свідчать результати проведених нами бесід, частіше за все таке відновлення відбувається із застосуванням механізмів его-захисту, тобто збереження власної психологічної безпеки для переважаючої більшості респондентів нашої вибірки перетворюється на неусвідомлюваний процес захисту психіки від «неприємних подразників». При цьому лише незначна кількість студентів зазначила, що, потрапляючи в зону психологічної небезпеки, вони намагаються застосовувати рефлексію, самоаналіз і самоконтроль і в такий спосіб повертати собі відчуття благополуччя та виходити на особистісний розвиток.

Щоб з'ясувати, якими механізмами психологічного захисту найчастіше послуговуються студенти, ми провели методику «Діагностика типологій психологічного захисту» (Р. Плутчик в адаптації Л. Вассермана). Згідно з її результатами, студенти всіх курсів застосовують однотипні механізми для захисту своєї психіки, а саме заперечення і проекцію. Винятком є лише III курс, на якому замість заперечення додаються реактивні утворення та інтелектуалізація, яка за рівнем вираженості нижча від реактивних утворень тільки на 1%. Показник загальної напруженості захисних механізмів, що перевищує 50% і свідчить про реально існуючі, але не вирішені зовнішні й внутрішні конфлікти, найбільше проявлений на II курсі (40% студентів володіють таким показником), а найменше – на III (8,3%); у студентів I, IV і V курсів приблизно по 30% вибірки з таким показником.

Отже, найбільш вираженим механізмом психологічного захисту у всіх студентів є проекція. Друге місце посідає заперечення. Ці механізми, на думку Р. Плутчика, ґрунтуються на почутті неповноцінності, страху й самонеприйняття. Учені стверджують, що такі захисні механізми є деструктивними, оскільки перешкоджають людині реально подивитися на свої недоліки.

Наступне місце посідає інтелектуалізація, яку часто ототожнюють з раціоналізацією. Проте автори методики об'єднали ці два поняття, хоча їх сутнісне значення дещо відрізняється. Так, дія інтелектуалізації проявляється в основному на фактах надмірно «розумного» способу подолання конфліктної чи фруструючої ситуації без переживань. Іншими словами, особистість присікає переживання, які викликані неприємною або суб'єктивно неприйнятною ситуацією за допомогою логічних установок і маніпуляцій, навіть за наявності переконливих доказів на користь протилежного. Відмінність інтелектуалізації від раціоналізації, на думку Ф. Є. Василюка, полягає в тому, що вона, по суті, являє собою «вихід зі світу імпульсів й афектів у світ слів і абстракцій». При раціоналізації особистість створює логічні (псевдорозумні), проте слушні

обґрунтування своєї або чужої поведінки, дій чи переживань, викликані причинами, які вона (особистість) не може визнати через загрозу втрати самоповаги. До шкали інтелектуалізації – раціоналізації було включено і сублімацію як механізм психологічного захисту, за якого витіснення бажань і почуттів гіпертрофовано компенсується іншими, відповідними соціальними цінностями, які визнаються особистістю.

Наступним в ієрархії механізмів захисту в студентів проявляється компенсація. Цей механізм психологічного захисту часто об'єднують з ідентифікацією. Він проявляється в спробах знайти відповідну заміну реального чи уявного недоліку, дефекту частіше за все за допомогою фантазування або присвоєння собі якостей, достоїнств, цінностей, поведінкових характеристик іншої людини.

Ряд авторів обґрунтовано вважає, що компенсацію можна розглядати як одну з форм захисту від комплексу неповноцінності. Іншим проявом компенсаторних захисних механізмів може бути ситуація подолання фруструючих обставин.

Ще одним важливим механізмом для студентів-психологів нашої вибірки виявився механізм реактивне утворення, який найбільше проявився у третьокурсників. Цей механізм формується останнім у процесі онтогенезу (від 11 до 13 років) і часто ототожнюється науковцями з гіперкомпенсацією. Він ґрунтується на почутті страху й сорому і полягає в тому, що особистість випереджає вираження неприємних або неприйнятних для неї думок, почуттів чи вчинків шляхом перебільшеного розвитку протилежних тенденцій.

Практично на одному рівні з ним ми виявили регресію. У класичних уявленнях вона розглядалась як механізм психологічного захисту, за допомогою якого особистість у своїх поведінкових реакціях прагне уникнути тривоги шляхом переходу на більш ранні стадії розвитку лібідо. До цього механізму належить і згаданий у літературі захист за типом «реалізації в дії», за якого неусвідомлювані бажання чи конфлікти безпосередньо виражаються в діях, які перешкоджають їхньому усвідомленню.

Два останні місця в ієрархії захисних механізмів студентів займають механізми витіснення та заміщення. З. Фройд механізм витіснення вважав основним способом захисту інфантильного «Я», яке не в змозі чинити опір спокусам. На думку більшості дослідників, цей механізм знаходиться в основі дії й інших захисних механізмів особистості. В опитувальнику Р. Плутчика в шкалу витіснення автори віднесли й питання, які відносяться до менш відомого механізму психологічного захисту – ізоляції. При ізоляції психотравмуючий і емоційно підкріплений досвід індивіда може бути усвідомленим, але на когнітивному рівні ізольованим від афекту тривоги.

Заміщення автори розглядають як поширену форму психологічного захисту, який у літературі часто позначається поняттям «зсув». Дія цього механізму проявляється в розрядці подавлених емоцій, спрямованих на об'єкти, що є менш небезпечними або більш доступними, ніж ті, що викликали негативні емоції й почуття [3, с. 447–450].

Отже, ми констатували, що труднощі в студентів усе-таки виникають (таку думку підтверджує показник загальної напруженості захисних механізмів, який перевищує 50% і свідчить про реально існуючі, але не вирішені зовнішні і внутрішні конфлікти у студентів усіх курсів) і вони долають їх за допомогою всієї сукупності механізмів, проте найбільш вираженими механізмами є проекція та заперечення.

Висновки. Таким чином, на основі теоретичного осмислення та емпіричного вивчення проблеми психологічної безпеки студентів в умовах вищого навчального закладу можемо стверджувати, що їм притаманний помірний рівень суб'єктивного благополуччя, причому потреба в безпеці не є основною для них, поступившись першістю потребі в самореалізації. Студенти визнають наявність труднощів і проблем під час навчання у вищій школі, які найчастіше виникають у процесі підготовки до занять, під час екзаменаційної сесії, у стосунках з іншими студентами та викладачами, на самих заняттях та під час проходження практики.

Захищеність як чинник психологічної безпеки студентів формується в основному з механізмів его-захисту, причому в нашій вибірці домінують такі з них, як проекція й заперечення. Доводиться констатувати, що, захищаючи свою психіку, більшість студентів використовує неусвідомлювані механізми психологічного захисту, внаслідок чого втрачають можливість реально й конструктивно вирішувати свої проблеми. А це, своєю чергою, актуалізує проблему особистісного розвитку студентів. Цілком зрозуміло, що навчальний процес у вищій школі орієнтований здебільшого на розвиток професійних умінь і навичок студентів, тоді як їх особистісний розвиток залишається декларованим. У перспективі для успішного завершення реформування системи вищої освіти цей недолік, на нашу думку, має бути подоланий.

1. Застело А. О. До проблеми психологічної безпеки особистості / А. О. Застело // Науковий вісник Миколаївського державного університету ім. В. О. Сухомлинського : зб. наук. пр. Серія «Психологічні науки». Т. 2, вип. 8. – Миколаїв : МДУ ім. В. О. Сухомлинського, 2012. – С. 124–128.
2. Психологическая безопасность : [учеб. пособ.] / В. П. Соломин, Л. А. Михайлов, Т. В. Маликова, О. В. Шатровой. – М. : Наука, 2005. – 372 с.
3. Фетискин Н. П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов. – М. : Изд-во Ин-та психотерапии, 2005. – 490 с.