

активно не розголошуються, через що комп'ютерні ігри мають досить погану репутацію у соціумі, а геймери сприймаються як асоціальні люди із залежністю, що, окрім того мають високу схильність до агресивних дій. Наявні на даний момент наукові дослідження спростовують більшість з цих тверджень

Література:

1. M. J. Koeppe, R. N. Gunn, A. D. Lawrence, V. J. Cunningham, A. Dagher, T. Jones, D. J. Brooks, C. J. Bench & P. M. Grasby – *Evidence for striatal dopamine release during a video game.* – 1998 – *Nature, the international journal of science*

2. Bradley C. Lega, Michael Kahana, PhD, Jurg Jaggi, PhD, Gordon H. Baltuch, MD, PhD and Kareem Zaghloul – *Neuronal and oscillatory activity during reward processing in the human ventral striatum* – *Neuroreport*. 2011 Nov 16; 22(16): 795–800

3. Christopher J. Ferguson, Mark Coulson, Jane Barnett – *A meta-analysis of pathological gaming prevalence and comorbidity with mental health, academic and social problems* – *Journal of Psychiatric research* 45 (2011) 1573-1578.

4. Christopher J. Ferguson, Cheryl K. Olson – *Video Game Violence Use Among “Vulnerable” Populations: 3 The Impact of Violent Games on Delinquency and Bullying 4 Among Children with Clinically Elevated Depression 5 or Attention Deficit Symptoms* – *Media New York* 2013

5. Richard T. A. Wood – *Problems with the Concept of Video Game “Addiction”:* *Some Case Study Examples* – *International Journal of Mental Health and Addiction* April 2008, Volume 6, Issue 2, pp 169–178

Галайко Наталія Володимирівна, Столяренко Олена Олексіївна,

ДЕСТАБІЛІЗУЮЧІ ЧИННИКИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ БЕЗПЕКИ ОСОБИСТОСТІ

На даний час є дуже багато чинників, які впливають на психологічну безпеку особистості, порушуючи її психологічний клімат і навіть можуть бути загрозою для здоров'я людини. Саме тому, визначення чинників, загроз психологічній безпеці та уникнення їх є досить вагомими на шляху до психологічного здоров'я.

Особистість, яка має достатній рівень психологічної безпеки, може реалізувати свій потенціал, досягати поставлених цілей, ефективно працювати в колективі. За даними ВООЗ, здоров'я людини на 70–80% визначається її

власним ставленням до здоров'я та відповідною поведінкою. Саме тому від способу життя, визначення власної місії та цілей, соціалізації з іншими і залежить стан психологічної безпеки особи.

Психологічна безпека особистості, на нашу думку, це стан захищеності людей від впливів, загроз та небезпек, які можуть погіршити внутрішній стан людини, зменшити її адаптацію в соціумі та розкриття власного потенціалу.

Науковці вважають, що безпечна особистість – це людина, «яка буде власне життя в контексті єдності з суспільством, природою, Всесвітом, реалізує власний потенціал, свої ідеали і прагнення за допомогою сформованої системи смислової регуляції життєдіяльності, а також має готовність до забезпечення безпеки і здатна підтримувати власне здоров'я за рахунок перетворення небезпек у фактор власного розвитку» [1, с. 25].

Р.В. Агузумцян, Е.Б. Мурадян виділяють такі фактори психологічної безпеки особистості: фактори об'єктивного порядку (забезпечують психологічну безпеку особистості на рівні індивідуума, які залежать від культурно-історичного розвитку суспільства); фактори об'єктивно-суб'єктивного порядку (визначають психологічну безпеку особистості як соціального типу: особистісний потенціал адаптивних можливостей людини в межах соціально прийнятних моральних норм, уміння розуміти і приймати інших, бути соціально значимим серед інших, прийнятим іншими; фактори суб'єктивного порядку (забезпечують психологічну безпеку особистості як індивідуальності: мотиваційно-смилові ставлення особистості) [2].

Саме фактори суб'єктивно-об'єктивного порядку та фактори суб'єктивного порядку передбачають досягнення особистістю своєї межі потреб, своїх цілей, соціалізації. Одним із загроз, які значно впливають на психологічну безпеку особистості є інформаційно-психологічні загрози.

Під інформаційно-психологічними загрозами безпеки розуміють вплив на стан захищеності групи громадян чи окремих індивідів негативних інформаційно-психологічних чинників та об'єктів впливу.

Г.В. Грачов основними джерелами інформаційно-психологічних загроз на людину вважає державу (органи влади та управління, різні державні структури та установи), у тому числі зарубіжні, суспільство (різні громадські, економічні, політичні організації, рухи та партії), різні соціальні групи, окремі особистості [1, с. 46].

Г. Л. Смолян і Г. М. Зараковський під інформаційно небезпечними факторами ризику розуміють такі характеристики інформації або інформаційні впливи, які потенційно небезпечні для нормальної життєдіяльності суспільства з причин, що зумовлені, з одного боку, психологічними закономірностями виникнення, передачі й сприйняття інформації, а з іншого боку, психологічними ефектами, що викликані цими впливами [3, с. 36].

Одним з яскравих прикладів інформаційно-психологічних загроз є сучасні соціальні мережі з неправдивою інформацією, рекламні кампанії, здатні зомбувати людину, телепередачі з новинами, кінострічки та телепередачі, які формують негативне психологічне самопочуття, депресію.

Ще однією загрозою психологічній безпеці особистості є професійна діяльність, яка не співпадає з вподобаннями, психологічне насильство в професійному середовищі, авторитарний стиль керівника, який не дає розкритись потенціалу працівника або професійне вигорання. Саме такі фактори можуть сприяти психоматичним захворюванням, поганому самопочуттю, конфліктам внутрішнім та зовнішнім, проявам агресії та соціальної не адаптації.

Однією із професій, яка підлягає професійному вигоранню є педагоги. Л.М. Молчанова отримала результати дослідження, які свідчать про специфічне проектування профілю професійної діяльності викладачів вишів у контексті професійної успішності на розвиток стану психічного вигорання, який виявляється в асинхронній динаміці всіх його фаз у старших викладачів і доцентів зі стажем професійної діяльності від 5 до 10 років, причому більш виражений у доцентів. Асинхронне напруження більше виявлене у доцентів, чия тривалість професійної діяльності не перевищила 10 років, ніж у старших викладачів, і також більше у доцентів з тривалістю професійної діяльності від 5 до 10 років і понад 10 років, ніж у професорів. Крім цього, у молодих викладачів порівняно зі старшими спостерігається значущо високе асинхронне виснаження психоемоційних ресурсів [4].

На нашу думку, для забезпечення психологічної безпеки особи необхідне: покращення рівня стану здоров'я та соціалізації; розкриття особистісного потенціалу; визначення власної місії і цілей; вибір професії залежно від вмінь та вподобань; попередження професійного вигорання; обмеження впливу інформаційних загроз на особу; забезпечення служби психологічного здоров'я на роботі, яка має складатись з досвідчених психологів для забезпечення психологічної безпеки особи.

Література:

1. Грачев Г.В. *Личность и общество. Информационно-психологическая безопасность и психологическая защита [Электронный ресурс] / Г. В. Грачев – Электрон. текстовые данные. – М.: Пер Сэ, 2003. – 301 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/7458.html>.*

2. Агузумян Р.В. *Психологические аспекты безопасности личности / Р. В. Агузумян, Е. Б. Мурадян // Вестник практической психологии образования. – № 2 (19), апрель – июнь. – 2009. – С. 40–44.*

3. Смолян Г.Л. *Политико-идеологическая составляющая информационно-психологической безопасности / Г. Л. Смолян, Г. М. Зараковский // Общественные науки и современность. – 1997. – № 5. – С. 35–43.*

4. Молчанова Л.Н. Состояние психического выгорания у педагогов высшей школы в контексте профессиональной успешности / Л. Н. Молчанова // Вестник Томского государственного университета. – 2011. – № 348 (июль). – С. 128–132.

Галян Ігор Михайлович

ОСОБИСТІСНІ ЧИННИКИ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ

Одна з вимог, яку сьогодні ставить перед людиною, це можливість самостійно здійснювати свій життєвий вибір і досягати поставлені цілі. Це має і суспільне значення, позаяк характерна для цього процесу спрямованість особистості сприяє розвитку суспільства загалом (О. Асмолов, О. Бодальов, А. Деркач, Н. Кузьміна, В. Слободчиков, Д. Фельдштейн, Л. Фрідман та ін.). Її виконання безпосередньо залежить від саморозвитку, самореалізації та самоактуалізації особистості. Ми вважаємо, що саме процес самоактуалізації та особистісного зростання (Е. Дінер, Р. Еммонс, Д. Канеман, Н. Бредбері, К. Ріфф і ін.), а також суб'єктивна емоційна оцінка людиною себе і свого життя є засадничими для психологічного благополуччя особистості.

У психологічній літературі поняттям «психологічне благополуччя особистості» часто позначається низка подібних, але не тотожних за своїм значенням понять: «психічне здоров'я», «психологічне здоров'я», «внутрішня картина здоров'я, хвороби», «суб'єктивне благополуччя, задоволеність життям», «позитивне функціонування», «якість життя» тощо. Проте, засадничою для дослідження психологічного благополуччя є шестикомпонентна теорія К. Ріфф [3], в якій виділено шість основних компонентів: самоприйняття, позитивні стосунки з іншими, автономія, управління довкіллям, мета в житті, особистісне зростання. Змістовий аналіз цих компонентів сприяє розумінню того, що йдеться про суб'єктивне самовідчуття цілісності й осмисленості суб'єктом свого буття.

Які ж риси особистості сприяють самоактуалізації, особистісному утворенню, що забезпечує психологічне благополуччя? Активність особистості, спрямована на власний розвиток пов'язана як зі змістовими (прояви індивідуальності, детерміновані чинниками середовища), так і з формально-динамічними її характеристиками. Проте не завжди зрозумілим є характер і напрям такого зв'язку, а також умови, за яких така залежність буде виявлятися позитивно або негативно. Важливо розуміти, що формальні властивості особистості (темперамент, стать, інтелект, когнітивно-стильові характеристики індивідуальності тощо) не існують