

УДК 159.923

**Зотова О.Ю.**

*Гуманитарный университет (г. Екатеринбург)*

## **ПУТИ ОПТИМИЗАЦИИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ**

**O. Zotova**

*Humanities University (Yekaterinburg)*

## **WAYS OF OPTIMIZING SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL SECURITY OF THE INDIVIDUAL**

*Аннотация:* В статье в качестве основного средства оптимизации социально-психологической безопасности рассматривается тренинг безопасности. Описываются алгоритм, базовые положения, направленность, особенности тренинга социально-психологической безопасности личности. Обосновываются долговременные эффекты, методологические основы, структура и ожидаемые результаты тренинга. На основе эмпирического исследования показана высокая эффективность проведенного тренинга, а также сделан вывод о его практической значимости, а именно, о возможности его использования для предотвращения негативных тенденций в обществе.

*Ключевые слова:* социально-психологическая безопасность личности, процессы самопознания, состояние опасности, перцептивная и коммуникативная компетентность

*Abstract.* The paper considers security training as a primary means of optimizing individual's social and psychological safety. The algorithm, basic provisions, direction and peculiarities of socio-psychological security training of the individual have been described. Empirical studies have proved high efficiency and practical value of the training which lies in its use for preventing negative social tendencies.

*Key words:* socio-psychological security of the individual, self-cognitive processes, risk state, perceptual and communicative competence.

Актуальность оптимизации социально-психологической безопасности личности объясняется тем, что от нее зависит принятие важных политических решений, что определяет развитие общества.

Для определения оптимального или неоптимального развития любой системы, в частности социально-психологической безопасности, важна интеграция разных подходов, определяющих смыслы и знания об оптимальности. Тем более, что специфика оптимального подхода к феномену социально-психологической безопасности охватывает направления деятельности активной активности, преобразования ситуации в континууме «опасность-безопасность», факторы создания образа безопасности личности, субъективного восприятия безопасности и т. д. В них важную роль играют и рациональные, и чувственно-эмоциональные аспекты, а также состояние окружающей социальной среды. К числу базовых понятий относятся: «оптимум», «оптимальность», «оптимизация».

Оптимальный (от лат. *optimus*) – наилучший, наиболее соответствующий определенным условиям и задачам. Оптимум – совокупность наиболее благоприятствующих условий. Оптимизация – это выбор наилучшего варианта из множества возможных. Если критерий выбора известен и вариантов немного, то решение может быть найдено путем перебора и сравнения всех вариантов. Однако часто бывает так, что число возможных вариантов настолько

велико, что полный перебор практически невозможен. В таких случаях приходится формулировать задачу и применять специальные методы поиска оптимального решения, т. е. методы оптимизации.

В психологических и акмеологических исследованиях принято расширенное толкование оптимизации, как процесса повышения общей эффективности при приемлемых психоэнергетических затратах.

В процессе оптимизации вырабатывается оптимальный тип (вариант, способ, механизм и т. д.) – наиболее эффективный в существующих условиях, дающий больше прибыли, выше результаты. При этом взгляды на процедуры оптимизации при их общей направленности различны.

А.С. Гусева целью оптимизации (применительно к задачам гуманитарно-технологического развития госслужащих) считает обеспечение наилучшего состояния субъекта и его деятельности, управление этим состоянием максимально эффективными средствами. Наилучшее состояние деятельности, в первую очередь, рассматривается ею с точки зрения высокой продуктивности и нормальных психоэнергетических затрат [3, 94-109].

А.А. Деркач термин «оптимальность» определяет как «наилучший, наиболее рациональный, наиболее разумный уровень управленческой деятельности руководителя, который определяет в соответствии с научно выбранными критериями оптимальности уровень психологической культуры». Автор отмечает, что по своей сущности это понятие означает сознательно регулирующую тенденцию к минимизации или максимизации основных характеристик психологической культуры, определяющих наибольшую продуктивность управленческой деятельности. Принцип оптимальности «относится не только к способу организации деятельности (к ее организованности, конструктивности), но и к прогрессивному способу развития самой личности» [4, 129].

В.Г. Михайловский процесс оптимизации связывал, в первую очередь, с созданием оптимальной системы всесторонней под-

готовки и профессионального становления специалистов, выполняющей следующие взаимосвязанные функции: преподавание и обучение; воспитание как личности; развитие творческих способностей; формирование опыта; непрерывность повышения профессионализма [9].

Л.Г. Лаптев большое внимание уделяет оптимизации управленческой деятельности. Оптимальное управление в этом случае рассматривается как деятельность руководителя по выполнению управленческих функций в соответствии с критериями оптимальности. Оптимальные управленческие функции включают в себя эффективные алгоритмы и технологии управленческой деятельности, соответствующие им умения, навыки и качества. Были выделены интегративные, частные и детальные критерии и показатели оптимальности, в основном характеризующие акмеологическую систему продуктивной деятельности [8].

Системотехнический взгляд на оптимизацию управленческой деятельности (В.А. Бокарев, А.П. Дмитриев, И.С. Куренков и др.) предполагает достижение наивысшей интегративной или полной эффективности, наилучшего достижения поставленной цели.

В.Г. Зыбкин в концепции акмеологических инвариантов профессионализма решает задачи оптимизации деятельности специалистов в особых условиях. Их деятельность, согласно данным представлениям, будет инвариантной, то есть независимой от экстремальных факторов, и эффективной, если в процессе развития профессионализма формируются основные акмеологические инварианты – высокий уровень антиципации и саморегуляции, умение принимать решения и устойчивость образной сферы [6].

В реальных условиях оптимальное решение – не обязательно наилучшее. Оно может включать в себя совокупность оптимального и неоптимального. Социально-психологическая безопасность представляет собой сложную систему, объединяющую большое число элементов, субъектов, объектов, отличающихся качественным многообразием

внутренних связей и сложностью системно-структурных отношений с другими системами и с социальной средой. Целостные социальные системы динамичны. Это означает, что в них непрерывно протекают социальные процессы, имеют место функциональные изменения элементов, частей системы и связей между ними, что постепенно переводит систему из одного качественного состояния в другое. Поэтому множество элементов самоорганизуется и начинает действовать как согласованное целое. «Важным свойством любой системы является эмерджентность – наличие таких особенностей, которые присущи лишь системе в целом, но не отдельным элементам <...> Появление оптимальности – воплощение целей таких систем» [13, 19-20].

Разрабатывая пути оптимизации социально-психологической безопасности личности, нельзя игнорировать социальные условия, которые влияют на то, какие именно способы социально-психологического воздействия окажутся наиболее эффективными. С точки зрения Д.М. Шустермана, особенностью последнего десятилетия оказывается высокая скорость изменения среды – законов, политики, – нестабильность существования. Постоянное изменение «правил игры», при неизменно сохраняющемся игнорировании государством интересов и целей людей, требует ответного поиска защиты от воздействия среды, новых способов выживания [14, 27]. Второй особенностью, которую нельзя не учитывать при обсуждении путей оптимизации социально-психологической безопасности личности, является то, что «личное здоровье и благополучие не является главной ценностью» [10, 11]. Таким образом, рассмотрение путей оптимизации социально-психологической безопасности личности невозможно без опоры на социально-психологическую реальность.

По мнению Г.А. Ковалева, несмотря на свою актуальность, проблема эффективности психологического воздействия ни в психолого-педагогической теории, ни в психолого-педагогической практике в нашей стране не получила пока должного освещения. Вместе

с тем проблема воздействия занимает особое место в психологической науке, поскольку именно в ней наиболее сконцентрированы принципиальные вопросы, связанные с управлением психическими явлениями. Именно в проблематике психологического воздействия, пожалуй, как нигде более рельефно выражена связь запросов и требований социального заказа сегодняшнего дня, общественной практики и потребности развития психологической науки в целом [7, 41].

Опираясь на позицию Г.М. Андреевой, следует отметить, что одной из важнейших задач социальной психологии является способствование оптимизации отношений [1]. Необходимо направлять свои усилия в сторону такого развития отношений между людьми, при котором личный выбор каждого будет оптимальным с точки зрения, как потребностей общества (группы), так и с точки зрения отдельной личности. По мнению Л.А. Петровской, складывающаяся в настоящее время область социально-психологического тренинга ориентирована как раз в этом направлении – воздействие на групповое развитие посредством оптимизации форм межличностного общения [12, 98].

Таким образом, чтобы оптимизировать социально-психологическую безопасность личности, надо изменить социальное поведение людей, а для этого надо работать с существующей системой субъективных интерпретаций феномена безопасности.

Для оптимизации социально-психологической безопасности важно опираться на критерии, по которым происходит оценка понятия «безопасность». Нами ранее было определено, что существуют следующие критерии безопасности личности: когнитивный критерий; мотивационно-оценочный критерий; мотивационно-потребностный критерий; ценностный критерий; коммуникативный критерий.

Для эффективного осуществления оптимизации необходим алгоритм – последовательность определенных шагов, приводящих к поставленной цели, причем содержание (наполнение) этих шагов может варьиро-

ваться в зависимости от конкретной ситуации, а их суть при этом остается одной и той же.

Продуктивный алгоритм – тот, который быстрее и качественнее других позволяет нам достичь желаемой цели, учитывает максимальное количество условий и факторов влияния на достижение цели.

В данном случае целью оптимизации является формирование перцептивной и коммуникативной компетентности, увеличение уровня удовлетворенности потребности в безопасности, повышение уровня доверия к себе и расширение диапазона ценностей как основы социально-психологической безопасности личности.

Следовательно, при оптимизации социально-психологической безопасности необходим продуктивный алгоритм, максимально учитывающий влияние критериев безопасности на трех выделенных уровнях – уровне личности, группы и социума. При этом воздействие должно осуществляться равномерно как целостный и непрерывный процесс, последовательно по всем трем уровням, должно иметь системный характер, должно быть технологичным. С учетом всех перечисленных детерминант в настоящем исследовании в качестве продуктивного алгоритма разработан авторский тренинг социально-психологической безопасности личности.

Весь спектр представлений каждого человека о том, как он познает других людей, носит гипотетический характер. Хотя опосредованно и частично они проверяются в практике повседневного общения и совместной деятельности. В тренинговой группе участник получает редкую возможность непосредственно соотнести, сопоставить свое видение других участников в данном групповом контексте с тем, как их видят остальные. «В социальной психологии, где отсутствует возможность проверить точность восприятия другого человека путем прямого сопоставления с данными объективных методик, данное сравнение – важный способ проверки точности познания, его специфики» [11,

447]. «Через других мы становимся самими собой... – писал Л.С. Выготский. – Личность становится для себя тем, что она есть в себе, через то, что она предъявляет для других». Увидеть собственные личностные проявления человек может, не столько заглядывая в себя, сколько всматриваясь в других, обнаруживая влияния, которые он на них производит. Это принципиальное положение выступает одной из методических основ социально-психологического тренинга.

Тренинг социально-психологической безопасности личности направлен на развитие индивидуальных навыков социально-психологической безопасности личности в повседневной жизни, в межличностных отношениях и профессиональной деятельности. «Тренинг позволяет психологии подойти к решению ряда значимых проблем, реально поставленных в различных областях общественной практики» [11, 447].

В основу тренинга положена модель социально-психологической безопасности личности, базирующаяся на рассмотрении социально-психологической безопасности как интегрального психологического показателя жизни личности, имеющего многоаспектный характер. Основными составляющими его психологического измерения выступают субъективные переживания человека, чувственно-эмоциональная и когнитивные компоненты, ценностные аспекты отношения к своей жизни, обусловленные объективными обстоятельствами жизнедеятельности и личностными свойствами. Социально-психологическая безопасность отражает целостное (субъективное) отношение личности к окружающему миру и является феноменом, производным от процессов восприятия себя с точки зрения опасности/безопасности.

В разрабатываемом подходе интегрируются достижения общей, социальной, гуманистической психологии, а также ситуационного подхода и анализа жизненного пути.

Базовое положение тренинга заключается в том, что социально-психологическая безопасность – результат переживания субъекта, имеющий свой индивидуальный личност-

ный смысл, при этом личностный смысл безопасности приобретает только тогда, когда включена в контекст собственных усилий, личных затрат на ее созидание, и этот смысл способен придавать данному феномену значение ведущего регулятора активности личности.

С этой точки зрения социально-психологическая безопасность личности рассматривается как способ взаимодействия человека с повседневными трудностями, который ведет к воплощению в жизнь актуальных потребностей и значимых целей и способствует формированию чувства безопасности. Социально-психологическая безопасность напрямую связана с субъективным ощущением и овладением личностью конструктивных и эффективных стратегий безопасного поведения способствует раскрытию уникального своеобразия человека и оказывает благоприятное влияние на взаимодействие с другими людьми и миром.

Основная направленность тренинга социально-психологической безопасности заключается в познании субъективной оценки собственной безопасности, диагностике непродуктивных навыков, установок и моделей поведения, и развитии реалистичных представлений о диапазоне собственных возможностей, использовании собственных ресурсов для достижения безопасности, формировании способности прогнозирования ситуаций риска и т. д.

Главной особенностью тренинга социально-психологической безопасности является изменение субъективной оценки собственной безопасности личности посредством изменения косвенных показателей, что позволяет освободиться от основных недостатков использования прямых оценок удовлетворенности личностью своей безопасностью.

Отличительной особенностью тренинга социально-психологической безопасности личности является смещение акцента с понимания и интерпретации безопасности как защищенности на безопасность как развитие, которое стимулирует познание окружающего мира.

Следующей отличительной особенностью тренинга является смещение акцента со снижения симптомов чувства опасности на достижение социально-психологической безопасности. Конечной целью является не обучение способам снятия напряжения, страха, чувства опасности, а способам достижения психологического благополучия и счастья, удовлетворенности человека собой, стремления к познанию, – является ведущим смыслом тренинга социально-психологической безопасности.

И третьей отличительной особенностью тренинга социально-психологической безопасности является развитие субъектности личности, под которой понимается человек как источник познания и преобразования действительности и развитии активности, рефлексивности, инициативности, саморегуляции, осознанности и самостоятельности.

С точки зрения Ю.М. Жукова, тренинг оптимизирован для получения заметных изменений в весьма сжатые сроки. Работа ведется главным образом с тем, что подлежит изменению, коррекции или модификации «здесь и-теперь, а это, прежде всего, внешнее поведение и способы его интерпретации» [5, 18].

Ожидаемыми долговременными эффектами тренинга социально-психологической безопасности могут являться следующие изменения, происходящие с участниками: эффективное взаимодействие с другими людьми и с миром; повышение уровня социальной перцепции; повышение уровня коммуникативной компетентности; повышение уровня удовлетворенности потребности в безопасности; повышение уровня доверия к себе; расширение диапазона ценностей.

Для наиболее полного представления возможностей тренинга социально-психологической безопасности необходимо проанализировать его методологические основы, обосновать и описать программу.

Тренинг социально-психологической безопасности представляет собой стройную, многоуровневую систему подходов, теорий и концепций. Так, методологической основой

Таблица 1

**Методологические основы тренинга социально-психологической безопасности**

| Уровень методологии                       | Реализация в программе тренинга  |
|---|--|
| Уровень методологии общенаучных принципов | Субъектный подход (безопасность человека является результатом его собственных усилий, как субъекта ситуации).<br>Системный подход (безопасность личности, группы и социума тесно взаимосвязаны как содержательно, так и функционально) |
| Уровень конкретно-научной методологии     | Деятельностный подход (парадигма самоутверждения)  |
| Уровень конкретных техник и методик       | Когнитивно-бихевиоральная схема  |

рассматриваемого тренинга являются следующие теоретические подходы (табл. 1):

Основным методологическим положением тренинга социально-психологической безопасности является освоение участниками тренинга успешных способов взаимодействия с миром и обучение применению их в повседневной жизни.

Личность, которая находится в состоянии социально-психологической безопасности, обладает когнитивными схемами, лежащими в основе восприятия реальности, которые отличаются гибкостью и способностью изменяться в соответствии с новым опытом. То есть, выражаясь языком Ж. Пиаже, существует баланс процессов ассимиляции (подчинения реальности схемам восприятия) и аккомодации (приспособления схем восприятия к изменчивой реальности). При отсутствии социально-психологической безопасности когнитивные схемы отличаются большой ригидностью. «Новый опыт игнорируется, и процессы ассимиляции резко преобладают над процессами аккомодации. Такая ригидность и устойчивость схем обеспечивается благодаря целому ряду искажений восприятия реальности, которые А. Бек назвал алогизмами» [10, 244].

Опираясь на типологию А. Бека, можно выделить основные виды алогизмов, содержащихся у личности, воспринимающей себя в опасности.

1. Произвольное умозаключение – восприятие мира как опасного при отсутствии объективных данных или в явном противоречии с фактами.

2. Селективное абстрагирование – ак-

центирование внимания только на опасные стороны жизни при игнорировании других ее аспектов (механизм свёрхообобщения).

3. Поляризованное мышление – категоризация мира при помощи бинарной оппозиции: опасный – безопасный, построенная на крайностях, на полюсах, без градуальности.

4. Персонификация – «пристрастное» восприятие и «пристрастное» приписывание образу «Я» личностно нейтральных событий при отсутствии или недостатке подтверждающих фактов.

5. Преувеличение важности событий – переоценивая опасность внешней ситуации, недооценивают как опыт благополучного преодоления этих ситуаций, так и собственные возможности совладать с трудностями.

6. Фиксация на теме мнимой угрозы, когда любое событие в жизни воспринимается как потенциально опасное.

7. Негативный взгляд на себя, на других и на мир.

Таким образом, эмоциональные, мотивационные и поведенческие компоненты личности, воспринимающей себя в опасности, являются продуктом когнитивных процессов с вышеописанным содержанием.

Ожидаемые результаты тренинга определяют его цели:

- 1) увеличение уровня удовлетворенности потребности в безопасности;
- 2) активизация процессов самопознания;
- 3) повышение уровня самопринятия;
- 4) переосмысление состояния опасности;
- 5) повышение перцептивной компетентности;

6) повышение коммуникативной компетентности;

7) повышение уровня доверия к себе;

8) расширение диапазона ценностей.

При этом тренинг социально-психологической безопасности личности направлен не на выработку защитных механизмов, а на развитие личности как субъекта деятельности.

На основании различий при восприятии и оценке социально-психологической безопасности личности выделено четыре типа респондентов: приспособливающийся тип, автономный, властно-компенсаторный и исследовательский тип.

– Властно-компенсаторный тип характеризуется защитным поведением, позволяющим создать, сохранить позитивный образ «Я», позитивное мнение человека о самом себе, воспринимать себя исключительно в безопасности, идеализируя образ «Я в безопасности». Содержательно-смысловое наполнение понятия «безопасность» – деньги.

– Приспособливающийся тип характеризуется стремлением совладать с информационной перегрузкой за счет перцептивной категоризации, более ясного понимания оцениваемого, тесной взаимосвязи опасности и безопасности, в результате чего снижается чувство безопасности, а содержательно-смысловое наполнение понятия «безопасность» подразумевает доброжелательную атмосферу и жалостливое отношение.

– У автономного типа состояние безопасности проявляется в спокойствии, удовольствии, счастье и радости, опасность – как одиночество, страх, ужас, обида, ярость, а смысловое содержание проявляется в доверии с доминированием ценностей индивидуализации, направленности на личностный рост, что способствует адекватному восприятию образа «Я» и окружающего мира.

– У исследовательского типа выявлено стремление к опасности, к новизне физического и социального окружения, к острым ощущениям, к риску, к осуществлению постоянной «пробы себя», к бегству от безопасности, отмечена готовность «терпеть»

информационную неопределенность, а содержательно-смысловое наполнение понятия «безопасность» – тоска.

В тренинге приняли участие 48 человек (24 студента и 24 сотрудника милиции г. Екатеринбурга.) По процедуре программа тренинга представляет собой цикл из 5 занятий, которые проводились один раз в неделю, продолжительностью от 3 до 5 часов.

Структурно программу тренинга можно разделить на три части:

– вводная (установочно-ориентировочная), рассчитанная на одно занятие;

– формирующая (развивающая), на которую отводится 3 занятия;

– итоговая (проективная) – одно занятие.

К участию в исследовании привлекались четыре группы по 12 человек, которые специально отбирались по уровню социально-психологической безопасности личности. Целью такого смешения является процесс подражания и лежащее в его основе эмоциональное заражение. Однако не всякое подражание приводит к мотивационному развитию, в связи с чем в тренинговой работе мы стремились добиться мотивационного подражания, в результате которого происходит изменение отношений индивида к явлениям мира. По мнению В.К. Вилюнаса, механизм мотивационного подражания является более простым и легким для понимания. Он предполагает небезразличие к эмоциональным отношениям других людей и готовность эти отношения заимствовать, разделять, заражаться ими безотносительно к собственным потребностям. «Настоящее обучение происходит при столкновении разных мировосприятий, разного опыта, разных точек зрения и при обязательном обмене ими» [2, 27].

Общая продолжительность эксперимента составила 6 месяцев. Экспериментальную группу составили 2 группы студентов и 2 группы сотрудников МВД количеством по 12 человек. В каждой группе присутствовало по 3 человека приспособливающегося, автономного, властно-компенсаторного и исследовательского типа. Аналогичное отделение респондентов было выбрано в качестве кон-

трольной группы (также 48 человек).

Анализ результатов экспериментальной и контрольной групп, полученных после проведения формирующего эксперимента, позволил судить о высокой эффективности проведённого тренинга.

Так, изменения в восприятии властно-компенсаторным типом отразились в повышении уровня самопринятия, сближении образа «Я» и образов «Я в опасности» и «Я в безопасности», принятии их в свой мир, осознании наличия проблем, в переходе к другому видению мира. Состояние социально-психологической безопасности у властно-компенсаторного типа стало ассоциироваться с состояниями счастья, радости и удовольствия, восприятие состояния безопасности осуществляется через призму факторов «удовольствие» и «оценка», при этом состояние социально-психологической опасности ассоциируется с апатией, гневом, страхом и злостью.

Изменения в восприятии, полученные в ходе формирующего эксперимента у приспособляющегося типа заключаются в следующем: произошло повышение уровня самопринятия личности, усиление чувства «авторства», которое способствует проявлению инициативы, позволяя находить ценности и ресурсы внутри себя, выделение доверия как значимого условия восприятия окружающего мира. Однако в ходе формирующего эксперимента у исследовательского типа произошло изменение представлений о безопасности и опасности, отмечены разнонаправленность и противоречивость эмоциональной составляющей состояния безопасности в сознании респондентов. Восприятие состояния безопасности происходит через призму факторов «напряжение» и «некомфортность», безопасность ассоциируется с одиночеством, злостью, яростью и ужасом. Данный эмпирический факт связан, вероятно, с нежеланием приспособляющегося типа изменять свою жизнь и свои представления, о существующем внутреннем сопротивлении и отсутствии возможности преодолеть это сопротивление.

В результате тренинговой работы у автономного типа изменились следующие показатели: повысилась критичность при оценке себя, появилось стремление к сотрудничеству с референтной группой и к дружелюбным отношениям с окружающими, произошло переосмысление состояния опасности. Восприятие состояния безопасности осуществляется через призму факторов «комфортность» и «радость» и ассоциируется со счастьем, радостью, удовольствием и вдохновением, в то время как состояние социально-психологической опасности ассоциируется со злостью, обидой, яростью и ужасом.

Несмотря на относительную устойчивость автономного типа, в контрольной группе произошло формирование механизма защиты от опасности по принципу аперцептивной слепоты.

Результаты, полученные в ходе формирующего эксперимента у исследовательского типа, показали, что увеличился уровень удовлетворенности в безопасности, произошло принятие в свой мир ситуации безопасности, идентификация образа «Я» с образом «Я в безопасности», повышение самопринятия и готовности к сотрудничеству. Восприятие состояния безопасности осуществляется через призму факторов «комфортность» и «равновесие», при этом социально-психологическая безопасность ассоциируется со счастьем, удовольствием, радостью и ленью, а состояние социально-психологической опасности – с одиночеством.

Тренинг повлиял на изменения в ценностной системе экспериментальной группы. После тренинга во всех группах на качественном уровне наблюдаются следующие изменения: произошли качественные изменения в списке предпочитаемых ценностей, уменьшилось количество второстепенных ценностей. Наибольшие изменения наблюдаются у приспособляющегося типа, а именно переход от ценностей сохранения к ценностям изменения, и у властно-компенсаторного типа – появление лидирующей ценности – компетентности.

У контрольной группы приспособляющего-

щегося типа наблюдается сужение диапазона предпочитаемых ценностей, в то время как у автономного и властно-компенсаторного типа за время, прошедшее между 1 и 2 исследованием, значительных изменений не выявлено.

В экспериментальной группе после тренинга наблюдается рост уровня доверия к себе во всех группах. Однако в контрольной группе наблюдается снижение показателей уровня доверия, т. е. выявлена динамика к понижению показателей доверия к себе у респондентов, не подвергшихся психологическому воздействию.

Проведенный формирующий эксперимент и теоретическое обобщение его результатов показали значимость для оптимизации социально-психологической безопасности личности ряда направлений социально-психологической работы:

– изменение представлений о роли активности личности для реализации ее социально-психологической безопасности;

– принятие в пространство «правильного» мира образов «Я», «Я – в безопасности», «Я – в опасности», что свидетельствует о терпимости к противоречиям, сосуществование ценностей стабильности и ценностей развития;

– совершенствование познавательной активности и компетентности у всех типов личности для адекватной оценки ситуации и состояния социально-психологической безопасности;

– повышение уровня доверия личности к себе как субъекту обеспечения своей социально-психологической безопасности, а также к позитивно и конструктивно ориентированным партнерам по взаимодействию;

– снижение тревожности и настороженной пассивности личности при ожидании и восприятии ситуации угроз социально-психологической безопасности, повышение роли ценностей саморегуляции, самостоятельности, целеустремленности.

Полученные результаты предложенного тренинга социально-психологической безопасности свидетельствуют о его важности

и необходимости для предотвращения негативных тенденций в обществе.

#### ЛИТЕРАТУРА:

1. Андреева Г.М. Общение и межличностные отношения. М., 1999.
2. Бурнард Ф. Тренинг межличностного взаимодействия. – СПб., 2001.
3. Гусева А.С. Конкурентоспособность – решающее условие успешной карьеры менеджера // Менеджеру о менеджменте: Наука и искусство эффективного управления (Монография) 2-е изд., перераб. и доп. / Под общ. ред. Л.Г. Лаптева. М., 1997.
4. Деркач А.А. Психология развития профессионала. М., 2000.
5. Жуков Ю.М. Коммуникативный тренинг. М., 2004.
6. Зазыкин В.Г. Акмеографический подход в развитии профессионализма государственных служащих. Психологическое воздействие в деловом общении: Конспекты лекций. М., 1999.
7. Ковалев Г.А. Три парадигмы в психологии – три стратегии психологического воздействия // Вопр. психологии, 1987. № 3.
8. Лаптев Л.Г. Акмеологические основы оптимальной управленческой деятельности командира полка. М., 1994.
9. Михайловский В.Г. Акмеологические основы оптимизации профессионального становления офицерских кадров: Дисс. ... д-ра психол. наук. М., 1995.
10. Основные направления современной психотерапии. М., 2000.
11. Петровская Л.А. Социально-психологический тренинг: воздействие как интенсивное общение // Социальная психология: Хрестоматия: Учеб. пос. для студентов вузов / Сост. Е.П. Белинская, О.А. Тихомандрицкая. М., 1999.
12. Петровская Л.А. Теоретические и методические проблемы социально-психологического тренинга. М., 1982.
13. Разумовский О.С. Закономерности оптимизации в науке и практике / О.С. Разумовский. Новосибирск, 1990.
14. Шустерман Д.М. Придуманная власть // Политический маркетинг, 1998. № 1.