

УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ АЛЬФРЕДА НОБЕЛЯ

КАФЕДРА ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ З ПЕДАГОГІКИ, ПСИХОЛОГІЇ ТА
СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему

*“Психологічна безпека як важливий ресурс
для підтримання життєстійкості молоді
в кризовий час”*

Виконав: здобувач 2 курсу,
групи ПС-22м
Спеціальності 053 «Психологія»
Приходченко П.А.
прізвище, ініціали
Керівник: Грисенко Н.В.,
канд. психол. наук,

м. Дніпро
2024

АНОТАЦІЯ
кваліфікаційної роботи
Приходченко П. А.
на тему:
«Психологічна безпека як важливий ресурс для підтримання
життєстійкості молоді в кризовий час»

Кваліфікаційна робота здобувача 2-го курсу, спеціальності «Психологія» (у форматі Магістр) (Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро, кафедра інноваційних технологій з педагогіки, психології та соціальної роботи) присвячена проблемі теоретичного обґрунтування та емпіричного дослідження психологічної безпеки як важливого ресурсу для підтримання життєстійкості молоді в кризовий час.

Актуальність обраної теми не викликає сумнівів, оскільки відсутність загально визнаних дефініцій особливостей розвитку психологічної безпеки особистості в кризовий час стає перешкодою на шляху подальшого просування досліджень, присвячених зазначеній проблематиці. Окрім того, відсутні й спеціалізовані дослідження, присвячені закономірностям підтримання життєстійкості молоді в умовах війни. Відтак, вивчення психологічної безпеки як важливого ресурсу для підтримання життєстійкості молоді в кризовий час є актуальним та потребує максимальної дослідницької уваги.

Обґрунтовано, що показником психологічної безпеки особистості є різниця між цими позитивним і негативним самовідчуттям та є основою того, наскільки людина задоволена власним життям. Якщо у особистості позитивний афект накопичено сумарно більше ніж негативний, то така людина буде відчувати себе щасливою та радісною, тобто рівень психологічної безпеки особистості буде високим. Якщо ж навпаки, негативний афект перевищує накопичені позитивні емоції, то й рівень психологічної безпеки особистості буде низьким, а людина почуватиме себе нещасною та невдоволеною власним життям.

З'ясовано, що наявні два напрями взаємодії молодих людей зі стресовою ситуацією: конструктивна активність та психологічний захист. Копінг в наведеному випадку є інтегральним психологічним процесом, викликаним зовнішніми або внутрішніми факторами. Він спрямований на вирішення повсякденної ситуації, що суб'єктивно сприймається особою як складна або скрутна.

За результатами експериментального дослідження у роботі встановлено наявність суттєво і принципово різних домінант психологічної безпеки у групах опитаних осіб. Так, було відзначено домінування помірного та надмірного рівнів нервово-психічного напруження. Це означає, що учасники дослідження демонструють високу значущість внутрішніх та зовнішніх чинників для їх саморегуляції, рівень якої може змінюватися в залежності від того, наскільки самостійною є людина у своїх саморегуляційних виявах.

Практична значущість полягає в тому, що отримані результати можуть використовуватися в подальших дослідженнях зазначеної проблематики.

Перелік ключових слів: молоді люди, психологічна безпека, життєстійкість, стресостійкість, кризовий час

SUMMARY
qualification work
Prykhodchenko P. A.
on the topic:

"Psychological safety as an important resource for maintaining the vitality of young people in times of crisis"

Qualification work of the 2th year applicant (in magisters format), specialty «Psychology» (Alfred Nobel University, Dnipro, Ukraine, Department of Innovative Technologies in Pedagogy, Psychology and Social Work) is devoted to the problem of theoretical substantiation and empirical research of psychological safety as an important resource for maintaining the vitality of young people in times of crisis.

The relevance of the chosen topic is beyond doubt, since the lack of universally accepted definitions of the features of the development of the psychological security of an individual in a time of crisis becomes an obstacle to the further advancement of research devoted to the specified issue. In addition, there are no specialized studies dedicated to the regularities of maintaining the vitality of young people in war conditions. Therefore, the study of psychological safety as an important resource for maintaining the vitality of young people in times of crisis is relevant and requires maximum research attention.

It is substantiated that the indicator of psychological security of an individual is the difference between these positive and negative feelings of well-being and is the basis of how satisfied a person is with his own life. If a person has accumulated more positive affect than negative, then such a person will feel happy and joyful, that is, the level of psychological security of the person will be high. If, on the contrary, the negative affect exceeds the accumulated positive emotions, then the level of psychological security of the individual will be low, and the person will feel unhappy and dissatisfied with his own life.

It was found that there are two directions of interaction of young people with a stressful situation: constructive activity and psychological protection. Coping in this case is an integral psychological process caused by external or internal factors.

It is aimed at solving everyday situations that are subjectively perceived by a person as difficult or difficult.

Based on the results of experimental research, the work established the presence of significantly and fundamentally different dominants of psychological safety in the groups of interviewed persons. Thus, the dominance of moderate and excessive levels of neuropsychological stress was noted. This means that the research participants demonstrate the high importance of internal and external factors for their self-regulation, the level of which can vary depending on how independent a person is in their self-regulation manifestations.

The practical significance lies in the fact that the obtained results can be used in further studies of the specified problem.

Key words: young people, psychological safety, vitality, stress resistance, crisis time.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ БЕЗПЕКИ ТА ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ.....	7
1.1. Поняття психологічної безпеки особистості у науковій літературі.....	7
1.2. Життєстійкість як феномен самодетермінації особистості в кризовий час.....	10
1.3. Психологічна безпека особистості як стан її захищеності та життєстійкості.....	20
Висновки до розділу 1.....	28
РОЗДІЛ 2. ДОСЛІДЖЕННЯ СТАНУ ПСИХОЛОГІЧНОЇ БЕЗПЕКИ МОЛОДІ В КРИЗОВИЙ ЧАС.....	29
2.1 Організація дослідження.....	29
2.2 Дослідження рівня психологічної безпеки сучасної молоді.....	36
2.3 Аналіз результатів дослідження.....	56
Висновки до розділу 2.....	59
РОЗДІЛ 3. РОЗРОБКА ПРОГРАМИ ЩОДО ФОРМУВАННЯ МЕХАНІЗМІВ РОЗВИТКУ ПСИХОЛОГІЧНОЇ БЕЗПЕКИ ОСОБИСТОСТІ.....	63
3.1. Особистісні ресурси розвитку психологічної безпеки.....	63
3.2. Комплексна програма психологічного сприяння розвитку психологічної безпеки.....	69
Висновки до розділу 3.....	74
ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ.....	76
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	82
ДОДАТКИ.....	89
Додаток А.....	90
Додаток Б.....	93
Додаток В.....	96
Додаток Г.....	106
Додаток Д.....	112
Додаток Е.....	114