



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ЕСТЕСТВЕННО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ  
КАФЕДРА ОБЩЕЙ БИОЛОГИИ И ФИЗИОЛОГИИ

**Разработка модельных характеристик личности  
безопасного типа**

**Выпускная квалификационная работа по направлению  
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями)**

**Направленность программы бакалавриата  
«Биология. Безопасность жизнедеятельности»  
Форма обучения очная**

Проверка на объем заимствований:

66,0 % авторского текста  
Работа рекомендована к защите  
рекомендована/не рекомендована  
«об» май 2021 г.

И.о. зав. кафедрой общей  
биологии и физиологии  
Ефимова Н.В.

Выполнила:

Студентка группы ОФ-501/066-5-1  
Логинова Наталья Александровна

Научный руководитель:

кандидат биологических наук,  
доцент кафедры общей  
биологии и физиологии  
Байгужина Ольга Вадимовна

Челябинск  
2021

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ .....	3
ГЛАВА 1. СОВРЕМЕННЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О ЛИЧНОСТИ БЕЗОПАСНОГО ТИПА.....	5
1.1. Анализ содержания понятия и структуры личности безопасного типа... 5	
1.2. Личность безопасного типа в требованиях образовательных стандартов .....	7
1.3. Современные подходы к оценке параметров личности безопасного типа .....	12
Выводы по 1 главе.....	13
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ .....	15
2.1. Организация исследования .....	15
2.2. Методы исследования.....	15
Выводы по 2 главе.....	17
ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ .....	19
3.1. Модель личности безопасного типа поведения .....	19
3.2. Сравнительная оценка параметров у студентов с различным уровнем психологической безопасности .....	22
Выводы по 3 главе.....	35
ГЛАВА 4. РАЗРАБОТКА И АПРОБАЦИЯ КЛАССНОГО ЧАСА НА ТЕМУ «ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ БЕЗОПАСНОГО ТИПА» .....	36
4.1. Разработка классного часа на тему «Формирование личности безопасного типа» для учащихся 7-х классов .....	36
4.2 Педагогическая рефлексия классного часа .....	38
Выводы по 4 главе.....	39
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	40
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ .....	41

## ВВЕДЕНИЕ

Безопасность личности во все времена играла значительную роль. В настоящее время тема работы является как никогда актуальной, так как в современном мире всё чаще наблюдаются всевозможные природные, техногенные и иные катастрофы, при возникновении которых, человек должен действовать грамотно, рационально, со всей ответственностью и пониманием происходящего (Шершнева Л.И., 2007).

Люди в различной степени обладают качествами, присущими личности безопасного типа. В большой мере это находится в зависимости от их врожденных способностей, но свое значение играют и условия жизни человека в обществе, а также воспитание и образование (Маньков В.Д., 2005; Шестаков В.А., 2010; Ковтунова А.Н., 2017).

Но стоит отметить, что знания безопасности жизнедеятельности еще не стали для многих необходимым жизненным стимулом, особенно для подрастающего поколения. После окончания образовательных учреждений, будь то школа, колледж или университет, культура безопасности жизнедеятельности не всегда становится у выпускников личностно-значимой, и не всегда отвечает современным требованиям, даже, несмотря на то, что учебная дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» введена была во все учебные планы и образовательные стандарты всех направлений подготовки (Челтыбашев А.А., 2016).

Цель исследования – разработать психологическую модель «Личность безопасного типа поведения» (на контингенте студентов педагогического вуза).

Задачи исследования:

1. Провести теоретический анализ по проблеме формирования и диагностики личности безопасного типа поведения.

2. Разработать психологическую модель «Личность безопасного типа поведения».

3. Сравнить параметры модели «Личность безопасного типа поведения» у студентов с различным уровнем психологической безопасности.

4. Разработать и апробировать классный час на тему «Формирование личности безопасного типа».

Объектом являются психологические и психофизиологические характеристики студентов гуманитарно-педагогического университета.

Предметом являются модельные характеристики личности безопасного типа.

Практическая значимость. Материалы данного исследования могут быть использованы на внеклассных занятиях при групповой или индивидуальной работе, а также на уроках ОБЖ по модулю «Основы безопасности личности, общества и государства», «Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни», «Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях».

Апробация. В период прохождения производственной практики для обучающихся 7-х классов МБОУ «СОШ № 106 г. Челябинска» разработан классный час на тему: «Формирование личности безопасного типа» (что подтверждено актом внедрения).

Структура работы. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, четырех глав, выводов и списка использованных источников. Работа представлена на 45 страницах, содержит 5 таблиц и 5 рисунков.

# ГЛАВА 1. СОВРЕМЕННЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О ЛИЧНОСТИ БЕЗОПАСНОГО ТИПА

## 1.1. Анализ содержания понятия и структуры личности безопасного типа

Впервые термин «личность безопасного типа» ввел Л.И. Шершнев. И, по его определению это человек, осознающий самого себя, смысл своей деятельности, свое предназначение, стремящийся жить в согласии с самим собой, окружающей природой, гармонично сочетающий в себе активное созидательное начало с противодействием злу, с сохранением и развитием жизни на Земле и во Вселенной, готовый к самым решительным действиям вплоть до самопожертвования во имя высоких идеалов защиты Отечества. Он уважает историю и традиции своей Родины, сложившуюся систему ценностей, законов, проявляет заботу о жизни, здоровье, безопасности людей» (Шершнев Л.И., 2003; Воробьев Ю.Л., 2006).

«Личность безопасного типа», это понятие обозначает всевозможные навыки человека, которые позволяют ему безопасно самореализовываться в окружающем его мире. Они, как правило, основаны на личных качествах, мотивации, а также касаются его эмоциональной и интеллектуальной сферы. Помимо этого, личность безопасного типа поведения связано с осведомленностью человека в вопросах обеспечения политической, юридической, физической и прочих защищенностей человека. Защищенность человека при оценке опасных ситуаций может определяться как способность не допускать ошибок, чреватых еще более опасными последствиями. Кроме того, она может определяться и как способность противостоять случайным, незапрограммированным факторам, например, опасностям, неожиданно возникающим в деятельности.

Личность безопасного типа поведения – человек, ориентированный на добро и способный к продуктивной деятельности по сохранению своего

духовного и физического здоровья, к защите окружающих людей и природы от внешних угроз на уровне высокоразвитых духовных качеств, навыков и умений. Такая личность способна предвидеть, опасности и угрозы, анализировать риски, избегать опасности и опасные ситуации, и в случае необходимости предпринимать необходимые рациональные и ответственные действия (Шершнева Л.И., 1996).

Оставаясь индивидуальным выражением социума, личность безопасного типа включает в себе потребность общества в новом поколении людей, способных к более продуктивной и целеустремленной деятельности по поддержанию безопасного личного и общественного бытия, по сохранению и укреплению своего духовного и физического здоровья, спасению природы и человечества в целом.

Ефимова Н.С. (2019) считает, что безопасный тип поведения проявляет личность, обладающая характеристиками:

1) темпераментально-характерологическими – уравновешенность, хорошая переключаемость, выносливость, внимательность, оптимизм, дружелюбие, уверенность, добросовестность и др.;

2) целями и ценностями развивающейся гуманистически направленной личности на безопасность по отношению к себе, другим людям и окружающей действительности;

3) гибкостью (интеллектуальной, эмоциональной и поведенческой), что дает возможность многовариантности действий в экстремальной ситуации, обеспечивает человеку успешность разрешения широкого спектра профессиональных и жизненных проблем в изменяющихся условиях среды;

4) способностью к самопознанию и рефлексии, формированию адекватной самооценки, саморегуляции (Ефимова Н.С., 2019).

Личности безопасного типа присущи огромное количество разных составляющих, но основными являются общественно-коллективистские мотивы поведения гражданина; бережное отношение к окружающему

миру; грамотность во всех областях обеспечения безопасности жизнедеятельности; наличие правовых навыков защиты от угроз природы, людей, самому себе, исходящих от внешних источников и от самого себя. В свою очередь безопасное поведение предполагает: предвидение опасности; уклонение от опасности; преодоление опасности; оказание помощи (Челтыбашев А.А., 2016).

Безопасная личность психологически устойчива и обладает готовностью к действиям в различных жизненных ситуациях. У неё вырабатываются также такие личностные черты, как поисковая активность, субъектность личностной позиции, понимание своего места в социуме; чувство уверенности в собственных силах для решения возникающих проблем, благородство, честность, доброта, щедрость, ответственность, самостоятельность, стремление помогать другим людям, готовность к сопереживанию (Михайлов Л.А., 2003).

Одним из основоопределяющих качеств выступает субъектность личностной позиции, уровень сформированности которой во многом способствует развитию и формированию остальных качеств личности безопасного типа (Коджаспиров А.Ю., 2019).

Безопасный тип личности должен быть, прежде всего, устойчив психологически, а также быть готовым к действиям в чрезвычайных ситуациях. Должны вырабатываться различные индивидуальные черты.

## 1.2. Личность безопасного типа в требованиях образовательных стандартов

Современное образование находится в процессе перехода к качественно новым образовательным стандартам. Новые федеральные образовательные стандарты ставят предметные, метапредметные и личностные результаты обучения, что обусловлено требованиями современности, существует ряд разработок по оценке результатов воспитательной деятельности, данные рекомендации дают возможность

применить их для оценки результатов образовательной деятельности по предмету основы безопасности жизнедеятельности. В свою очередь данный предмет ставит перед собой цель – формирование личности безопасного типа (Лешер О.В., 2009).

Формирование способов безопасного поведения представляет собой непрерывный процесс, который осуществляется в течение всей жизни человека. В данном процессе большее значение принадлежит школе, так как во время обучения в ней закладываются основы здоровья и личности человека. Поэтому в настоящий момент развитие личности безопасного типа представляет собой актуальную задачу школы (Половникова Е.Н., 2017).

Безопасная личность может формироваться только в системе безопасных отношений в условиях безопасной образовательной среды. При этом безопасными личностями должны быть все участники педагогического процесса, иначе образовательная среда не может быть комфортной (Коджаспиров А.Ю., 2019).

В соответствии с государственным образовательным стандартом основного общего образования и общего (полного) среднего образования, предмет ОБЖ должен изучаться в каждом классах, как в первом, так и в 11 классе. Для изучения дисциплины отводится не менее одного часа в неделю в любом классе, кроме десятого класса, в десятом классе – не менее двух часов. В квалифицированных образовательных заведениях и колледжах курс ОБЖ рассчитан по объему на 140 часов, из них 35 часов – факультативно или независимо. В высших учебных заведениях дисциплина введена с 1995 года. Предусмотренный государственными образовательными стандартами объем 100 часов совокупной минимальной трудоемкости представляет собой и охватывает лишь общее содержание курса. Вопросы, которые связаны со спецификой сфер, прогнозировалось изучать дополнительно за счет часов, отводимых на специализацию. Окончательно «Безопасность жизнедеятельности» вошла в учебные планы



университетов с 2000 года. В данный момент дисциплина преподается студентам любых профессий и разных видов обучения (очной и заочной).

Главной целью образовательной работы является развитие и будущее развитие личности безопасного типа поведения. В учебном заведении регулярно осуществляется функционирование в данном направлении. Дабы достигнуть успеха в названной деятельности и уметь планировать его итоги, преподаватель в образовательном учреждении обязан представлять, что именно ему нужно сформировать (Неверов В.Н., 2014).

Процесс обучения в школе играет особую роль в формировании личности безопасного типа (Пупова Ю.А., 2015). Для начала в учебной деятельности появляется формирование понятийного аппарата, так как в дальнейшем обучающиеся должны понимать каждое слово и аббревиатуру для продолжения изучения культуры безопасности личности. Далее происходит систематизация знаний на данном этапе формирования личности безопасного типа обучающийся изучает причинно-следственные взаимосвязи и существование определенных последствий у поступков человека. Очень важно обосновать правильность и механизмы, объясняющие процессы и угрозы, которые могут окружать человека. Следом, идет определенный этап, на котором ученики моделируют различные опасные ситуации и пытаются применить полученные знания на практике.

Главными аспектами формирования безопасного поведения человека является следующее:

- 1) прогнозирование возможности опасностей различного характера, действующих на человека;
- 2) способность приобретать и передавать знаний, умения и навыки жизнедеятельности и развития личности в экстремальных ситуациях;
- 3) потребность в защите окружающей среды;

4) потребность в обучении оптимальной жизнедеятельности в условиях различных чрезвычайных ситуаций;

5) необходимость уметь правильно вести себя в экстремальных условиях социальных конфликтов;

6) потребность в патриотическом воспитании молодежи (Саакова К.Р., 2016).

Понятие «личность безопасного типа поведения» определена возможностями и способностями человека удовлетворять одни нужды самого высокого порядка: нужды в самореализации, в самоопределении, в самоутверждении, в самооценке. Эти нужды выступают, по существу, основой индивидуума. Кроме того, личность в данном смысле, бесспорно, обязана быть безопасной для окружающих. Разные граждане в различной степени обладают качествами, которые характерны для личности безопасного типа. Уровень совершенства таких качеств находится в зависимости как от врожденных способностей, так и от условий жизни человека. Огромное значение в становлении данного индивидуума играют также воспитание и степень образования как говорилось ранее.

Образовательной практикой установлено, что более эффективным является механизм развития личности безопасного типа для подрастающего поколения, так называемый, промежуток становления характера, формирования взглядов, убеждений, стимулов и ценностей, вхождения в контекст сегодняшней культуры, повышенной восприимчивости и усваиваемой информации. В вышеуказанный промежуток главными задачами воспитания выступают:

1) для детей младшего возраста – привитие норм безопасного поведения в быту, окружающей обстановке;

2) для детей среднего школьного возраста – развитие ответственного, уважительного отношения к собственной безопасности и безопасности иных людей, бережного отношения к окружающей среде;

3) для учащихся старших классов – развитие обеспечения безопасных условий труда, соблюдения экологических норм;

4) для обучающихся учреждений высших учебных заведений – развитие способностей принятия грамотных, с точки зрения безопасности, решений при управлении производством, учебным процессом, предприятия работы коллектива, развитие профессионально-значимых свойств (Михайлов Л.А., 2008).

Личность безопасного типа в условиях школы должна формироваться с учетом индивидуальных особенностей учащихся, на основе диагностики, в условиях психологической безопасности всей образовательной среды. Воспитание культуры безопасности и формирование личности безопасного поведения школьников должно логично входить в состав педагогического процесса школы и реализоваться в педагогической практике как компонент и функция педагогического процесса.

Высшим уровнем формирования личности безопасного типа является самовоспитание. Под ним понимается активная, целеустремленная и регулярная деятельность личности по систематическому развитию у себя положительных и устранению отрицательных качеств, влияющих на позитивное отношение к вопросам обеспечения безопасности жизнедеятельности и соответствующую практическую деятельность. В ходе самовоспитания все стороны личности (убеждения, мировоззренческие позиции, чувства, воля, привычки, черты характера, другие личностные качества, конкретные результаты деятельности и поведения) становятся предметом постоянного анализа, изучения и изменения (Михайлов Л.А., 2008).

Критериями готовности личности к безопасному поведению являлись: способность идентификации опасностей; распознавание и предвидение опасностей с помощью безопасных действий и мышления; умение оказывать первую помощь в чрезвычайных ситуациях (ЧС),

владение навыками выживания в автономном существовании, ориентирование на местности, использование средств защиты, психологическая подготовленность и стрессоустойчивость и т.д. (Шуайбова М.О., 2018).

### 1.3. Современные подходы к оценке параметров личности безопасного типа

Главным критерием формирования и становления личности представляется обеспечение ее безопасности. Безопасность означает формирование набора разных условий существования, в которых личность может ощущать себя полностью защищенной. Безопасность личности выступает одним из главных критериев цивилизованности современного общества. Собственно, человек, его права и свободы выступают высшей ценностью, составляют фундамент общества и любой страны в целом. Страна должна быть заинтересована в обеспечении безопасности интересов общества и любого гражданина в их всестороннем развитии.

В настоящее время теория и практика становления безопасности личности требуют поиска новых методов к ее изучению. Всё это, в большей степени, связано с возникновением новых опасностей и угроз. Многие ученые, говоря об исследовании параметров личности безопасного типа, рассматривают системный подход, так как считают, что это не просто понятие, а более широкая категория.

Так, В.П. Давыдов (2016) и Р.К. Лавриченко (2017) полагают, что системный подход является методом раскрытия таких всеобщих характеристик объекта, как система, структура и функции:

1) система включает в себя множество элементов, находящихся в определенных связях и отношениях друг с другом, образующих устойчивую целостность, единство;

2) исследуемая система представляет собой вычлененный элемент глобальной системы более высокого уровня;

3) элементы всякой (без исключения) исследуемой системы играют роль подсистемы более низкого порядка;

4) система образует некую особую единую структуру, логически связанную с внешней средой (Давыдов В.П., 2016; Лавриченко Р.К., 2017).

Так же, с успехом используются в исследовании сравнительный и комплексный подход. Они обеспечивают оценку уровней защиты интересов личности и результативности безопасности.

Далее, метод наблюдения совместно с прочими методами используют при изучении недостатков национальной безопасности в целом и безопасности личности в частности.

Он позволяет делать прогнозы совершенствования безопасности в различных сферах жизни, оценивать состояние анализируемых объектов в контексте временного фактора, исследовать динамику возникновения и развития угроз интересам человека и гражданина. При изучении уровней безопасности личности, как правило, используются такие социологические методы, как опрос, анкетирование, интервью. Опрос, или метод сбора первичной информации, позволяет установить мнения экспертов, различных общностей и групп людей по многим проблемам обеспечения безопасности (Лавриченко Р.К., 2017).

Что касается следующего подхода – деятельностного, согласно нему, безопасность личности представляет собой не состояние наличия безопасности интересов субъекта, а условия жизни субъекта, которые контролируются непосредственно им самим.

#### Выводы по 1 главе

Таким образом, понятие «личность безопасного типа» обозначает то, что человек способен безопасно самореализовываться в окружающем его мире. Он должен быть замотивирован и компетентен в разных вопросах для обеспечения защиты людей. Главной целью формирования личности безопасного типа поведения в образовательных стандартах определяется

выработка умений и навыков обучающихся, которые позволяют выстраивать поведение так, чтобы уровень опасностей, который исходит от личности значительно снижался. Проанализированные подходы, методы и приемы позволяют изучить проблему с разных сторон, это необходимо, так как безопасность личности в дальнейшем поможет обезопасить страну от всяческих угроз.

## ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

### 2.1. Организация исследования

Обследование проводилось на базе кафедры общей биологии и физиологии Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета (ЮУрГГПУ).

Обследование проводилось дистанционно при добровольном участии 726-и студентов I, II и III курсов разных факультетов ЮУрГГПУ.

Обследование включало в себя тестирование, среднее время которого составляло 40 минут.

### 2.2. Методы исследования

Обследование студентов осуществлялось дистанционно с применением специализированного сервиса Google forms. Задачей, было прохождение психологических опросников, позволяющих оценить различные характеристики студента.

1. Опросник выгорания (перегорания) Маслач (англ. Maslach Burnout Inventory, сокр. МВІ) – тестовая методика, предназначенная для диагностики профессионального выгорания.

Согласно авторам опросника, синдром выгорания проявляется в трех группах переживаний: эмоциональном истощении – переживание опустошенности и бессилия; деперсонализации – дегуманизация отношений с другими людьми (проявление черствости, бессердечности, цинизма или грубости); редукции личных достижений – занижение собственных достижений, потеря смысла и желания вкладывать личные усилия на рабочем месте (Водопьянова Н.Е., 2008).

2. Опросник совладания со стрессом, СОРЕ.

Опросник совладания со стрессом СОРЕ разработан группой американских психологов: К. Карвером, М. Шейером, Дж. Вейнтраубом в

1989 году на основе подхода Р. Лазаруса и на собственной модели саморегуляции поведения. Опросник состоит из 60 пунктов, объединенных в 15 шкал (соответствует оригинальной структуре опросника): – активное совладание; – планирование; – подавление конкурирующей деятельности; – сдерживание совладания; – поиск социальной поддержки инструментального характера; – поиск социальной поддержки по эмоциональным причинам; – концентрация на эмоциях и их активное выражение; – позитивное переформулирование и личностный рост; – отрицание; – принятие; – обращение к религии; – использование «успокоительных»; – юмор; – поведенческий уход от проблемы; – мысленный уход от проблемы (Гордеева Т.О., 2010).

3. Тест (опросник) эмоционального интеллекта Люсина (ЭМИн). В основу опросника положена трактовка эмоционального интеллекта, как способности к пониманию своих и чужих эмоций и управлению ими. Полученные данные анализировались по следующим шкалам: «МЭИ» (межличностный эмоциональный интеллект), отражающей способность к пониманию эмоций других людей и управлению ими; «ВЭИ» (внутриличностный эмоциональный интеллект) – способность к пониманию собственных эмоций и управлению ими; «ПЭ» (понимание эмоций) – способность к пониманию своих и чужих эмоций; «УЭ» (управление эмоциями) – способность к управлению своими и чужими эмоциями (Люсин Д.В., 2006).

4. Методика «Самооценка тревожности, фрустрированности, агрессивности и ригидности» («ТФАР») предназначена для сопоставления показателя личностной тревожности с показателями склонности личности к другим психическим состояниям. Опросник состоит из 40 утверждений и включает четыре шкалы: самооценки личностной тревожности, фрустрированности, агрессивности и ригидности; каждая из шкал содержит по 10 утверждений, степень своего согласия с которыми



обследуемый должен оценить по четырехбалльной шкале (Елисеев О.П., 2000).

5. Копинг. Методика предназначена для определения копинг-механизмов, способов преодоления трудностей в различных сферах психической деятельности, копинг-стратегий. Результаты опросника делятся на 3 шкалы: избегание проблем, поиск социальной поддержки и планирование решения проблем (Крюкова Т.Л., 2007).

6. Методика УСК (уровень субъективного контроля). Всего опросник УСК состоит из 44 пунктов. Опросник сбалансирован по следующим шкалам: – шкала общей интернальности (Ио), – шкала интернальности в области достижений (Ид), – шкала интернальности в области неудач (Ин), – шкала интернальности в семейных отношениях (Ис), – шкала интернальности в области производственных отношений (Ип), – шкала интернальности в области межличностных отношений (Им), – шкала интернальности в отношении здоровья и болезни (Из). (Бажин Е.Ф. с соавт., 1984).

7. «Экспресс-диагностика психологической безопасности личности». Данная методика позволяет анализировать полученные данные по разным шкалам: «Морально-волевая урегулированность», «Стратегии совладания со стрессовой ситуацией», «Ценностно-смысловая», «Посттравматический рост» (Приходько И.И., 2013).

Математико-статистическая обработка полученных данных. Статистическая обработка данных проводилась с помощью программы Excel Microsoft Office 2016, рассчитывались общепринятые статистические показатели: средняя арифметическая величина ( $M$ ); среднее квадратическое отклонение ( $\sigma$ ) и количество наблюдений ( $n$ ), необходимые для вычисления статистической ошибки выборочной средней арифметической величины ( $m$ ).

Выводы по 2 главе

В данной главе были рассмотрены организация и методы исследования. Основные заявленные методики, позволили оценить психологические характеристики студентов для последующего выявления уровня психологической безопасности личности. Математико-статистическая обработка данных проводилась с помощью специализированных программ.

## ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

### 3.1. Модель личности безопасного типа поведения

Анализ научной и методической литературы позволил определить следующие положения, характеризующие феномен личности безопасного типа поведения.

Интегральный подход к содержанию понятия «Личность безопасного типа поведения» представлен в работе И.О. Степанова (2009) – «... категория, обозначающая характерологические особенности в человеке по дихотомическому разделению его активности на опасные и безопасные способы самореализации в окружающем мире, содержащая при этом необходимые мотивационные установки, интеллект, эмоции и волевые качества» (Степанов И.О., 2009).

Психофизиологический аспект характеристики личности безопасного типа поведения составляет оценка деятельности мозга, особенностей психических процессов личности.

Отличительной особенностью поведения личности безопасного типа поведения является высокий уровень нервно-психической устойчивости и готовности к действиям в ситуациях неопределенности и/или экстремального характера.

Собственно готовность отражается в активности личности – применении преимущественно безопасных вариантов поведения при самореализации в различных условиях. Важно учитывать, что содержание поведения личности безопасного типа определяется наличием трех компонентов: *предвидение* опасности, *уклонение* от опасности и *преодоление* опасности. В своем диссертационном исследовании Л.А. Михайлов (2003) доказывает необходимость дополнения поведенческого профиля ЛБТ еще одним компонентом – *созданием ресурсов безопасности* (Михайлов Л.А., 2003).

В учебном пособии «Экстремальная психопедагогика», автор указывает на детерминированность эффективного безопасного поведения наличием у личности определенных способностей, характеризующих его «экстремальную подготовленность» (Столяренко А.М., 2002). При этом экстремальная подготовленность – это специфический вид *готовности* к действиям в условиях экстремальных ситуаций.

Очевидно, и справедливо, на наш взгляд, предположение о том, что экстремальная подготовленность личности тесно взаимосвязана с психологической безопасностью личности. Так, например, известно, что высокий уровень психологической безопасности определяет тип поведения противоположный виктимному (Андронникова О.О. с соавт., 2018).

В литературе представлены некоторые модели психологической готовности личности к профессиональной деятельности в повседневных и экстремальных условиях (Аришина Э.С., 2013; Приходько И.И., 2013; Бойко А.Д. с соавт., 2016; Никифорова Д.М. с соавт., 2017).

Независимо от подходов к оценке содержательных компонентов личности безопасного типа поведения, представленных в литературе, основу составляет *оценка личностного уровня* психологической готовности к условиям экстремальной ситуации (таблица 1).

Таблица – 1. Сводная характеристика содержательных компонентов личности безопасного типа поведения (по данным анализа литературных источников)

Компонент	Качество, свойство
Мотивационно-ценностный	стремление к развитию, познанию, самореализации
Интеллектуальный	креативность, творческий потенциал, обучаемость, эмоциональный и социальный интеллект
Операционально-волевой	оптимизм, смелость, интернальность, эмоциональная устойчивость, эмпатия, толерантность
Оценочно-рефлексивный	самоконтроль, самооценка, саморегуляция

Установлено, что психологическая безопасность, как центральная категория, характеризующая личность безопасного типа поведения, выражается в ее эмоциональной сфере, саморегуляции поведения копинг-стратегии, что в последствии влияет на уровень психологической безопасности и на формирование личности безопасного типа поведения в целом (Аришина Э.С., 2013; Никифорова Д.М. с соавт., 2017; Мишин Ю.В., 2019).

Анализ литературных данных, отражающих содержание модели личности безопасного типа поведения, позволил сформировать методическое обеспечение нашего исследования, выделив важные диагностические методы и критериальный аппарат оценки психологической безопасности студентов.

Основу модели составляют (рисунок 1):

1. Теория «Личность безопасного типа поведения».
2. Концепция эмоционального интеллекта.
3. Теория стилевой саморегуляции поведения (субъективный самоконтроль).
4. Копинг-стратегия
5. Концепция психологической безопасности личности.



Рисунок 1 – Модель личности безопасного типа поведения

### 3.2. Сравнительная оценка параметров у студентов с различным уровнем психологической безопасности

Для получения исходных данных нами было проведено тестирование с помощью различных методик (опросник выгорания Маслач, методика «Совладание со стрессом», опросник эмоционального интеллекта Люсина, методика «Самооценка тревожности, фрустрированности, агрессивности и ригидности», опросник «Копинг», методика УСК (уровень субъективного контроля), «Экспресс-диагностика психологической безопасности личности»).

Опросник выгорания Маслач позволил провести диагностику профессионального выгорания среди студентов педагогического университета (таблица 2). Результаты исследования показали, что у большинства девушек с низким уровнем психологической безопасности все показатели находятся на границе среднего и высокого уровней, что

свидетельствует о переживаниях, эмоциональном отстранении, негативизме, неудовлетворенности в себе как личности и профессионале. Девушкам с высоким уровнем психологической безопасности наоборот присущ интерес, позитивные чувства к окружающим и удовлетворенность жизнью в целом, так как показатели студенток находятся между низким и средним уровнем. У юношей с низким уровнем психологической безопасности так же наблюдаются средние показатели эмоционального истощения и деперсонализации, редукция профессионализма же находится на высоком уровне, что указывает на снижение профессиональной мотивации. Студенты с высоким уровнем психологической безопасности имеют низкие показатели эмоционального истощения, у таких юношей повышенный эмоциональный тонус, деперсонализация находится на среднем уровне. Что касается редукции профессионализма, у юношей с высоким уровнем психологической безопасности она находится на высоком уровне, что является признаком того, что испытуемые негативно оценивают себя, свой труд и свою профессию, они отстранены, а также избегают всяческой работы.

Таблица – 2 Средние значения показателей теста «Эмоциональное выгорание» у студентов с различным уровнем психологической безопасности ( $M \pm \sigma$ )

Шкалы	Девушки		Юноши	
	Низкий (n = 167)	Высокий (n = 166)	Низкий (n = 17)	Высокий (n = 18)
Эмоциональное истощение	23,72 ± 7,73	14,92 ± 6,68 **	21,29 ± 7,37	14,17 ± 6,56 **
Деперсонализация	10,26 ± 5,26	6,58 ± 4,55 **	10,18 ± 5,39	7,78 ± 5,60
Редукция профессионализма	26,74 ± 6,44	34,12 ± 5,85 **	25,47 ± 8,19	30,89 ± 6,76 *
Системный индекс синдрома перегорания	0,73 ± 0,20	0,48 ± 0,18 **	0,73 ± 0,18	0,55 ± 0,18 **

Примечание: \* – различие значений между лицами с различным уровнем психологической безопасности при  $p < 0,01$ ; \*\* – то же, при  $p < 0,001$

Сравнивая выраженность состояния, описываемого шкалой «Эмоциональное истощение», следует указать на относительно низкие средние значения в группе студентов с высоким уровнем психологической безопасности независимо от половой принадлежности. Так, у девушек этой группы средние значения на 58,9 % превышают таковые в группе студенток с низким уровнем психологической безопасности ( $t = 11,11$  при  $p = 0,001$ ); у юношей – на 50,2 % ( $U = 77,5$  при  $p = 0,013$ ).

Что касается шкалы деперсонализации, то у девушек с высоким уровнем психологической безопасности средние значения превышают показатели группы студенток с низким уровнем психологической безопасности на 55 % ( $t = 6,82$  при  $p = 0,001$ ). При сравнении средних значений у юношей по шкале «Деперсонализация» значимых различий между группами не выявлено ( $U = 120$  при  $p = 0,273$ ).

Сравнивая показатели шкалы «Редукция профессионализма» стоит отметить, что средние значения студенток с высоким уровнем психологической безопасности превышают на 27 % показатели девушек группы с низким уровнем ( $t = 10,95$  при  $p = 0,001$ ), у юношей – на 21,27 % ( $U = 92,5$  при  $p = 0,046$ ).

Таким образом, системный индекс синдрома перегорания у девушек с высоким уровнем психологической безопасности на 52 % превышает студенток в другой группе ( $t = 12,37$  при  $p = 0,001$ ), у юношей на 32 % ( $U = 69$  при  $p = 0,006$ ).

Методика «Эмоциональный интеллект» позволила выявить студентов с разным уровнем способностей к пониманию и управлению своими и чужими эмоциями (таблица 3). Результаты исследования показали, что у девушек с низким уровнем психологической безопасности по всем показателям наблюдается низкое значение, что свидетельствует о том, что студентки не способны понимать эмоции других людей, поддаются манипулированию, не контролируют собственные эмоции и не могут сдерживать себя. Большинство девушек с высоким уровнем



психологической безопасности имеют по всем шкалам высокие и средние значения, что говорит об умении сдерживать свои эмоции, самоконтроле. Такие люди отлично чувствуют окружающих, способны влиять на настроение, а также вызывают положительные эмоции.

Показатели студентов-юношей с низким уровнем психологической безопасности находятся на границе низкого и среднего значений. Это указывает на то, что юноши могут воспринимать намерения окружающих, а также способны управлять своими эмоциями, так как показатели «межличностного эмоционального интеллекта» и «управление эмоциями» находятся на среднем уровне. «Внутриличностный эмоциональный интеллект» и «понимание эмоций» имеют низкое значение, что свидетельствует о том, что юноши отличаются неумением контролировать собственные эмоции. У группы студентов с высоким уровнем психологической безопасности, все показатели имеют средние значения. Это говорит о том, что юноши обладают всеми свойствами, что и при высоком значении, но в меньшей степени.

Таблица – 3 Средние значения показателей теста «Эмоциональный интеллект» у студентов с различным уровнем психологической безопасности ( $M \pm \sigma$ )

Шкалы	Девушки		Юноши	
	Низкий (n = 167)	Высокий (n = 166)	Низкий (n = 17)	Высокий (n = 18)
Межличностный эмоциональный интеллект	39,77 ± 7,85	47,39 ± 6,51 **	39,76 ± 9,10	41,83 ± 6,01
Внутриличностный эмоциональный интеллект	35,01 ± 7,42	46,97 ± 8,75 **	39,06 ± 7,61	44,56 ± 10,97 *
Понимание эмоций	38,78 ± 7,30	46,80 ± 7,13 **	38,35 ± 6,68	42,11 ± 8,74
Управление эмоциями	36,02 ± 7,08	47,38 ± 7,47 **	40,47 ± 7,34	44,28 ± 8,36
Общий эмоциональный интеллект	74,79 ± 11,64	94,36 ± 12,79 **	78,82 ± 12,01	86,39 ± 15,93

Примечание: \* – различие значений между лицами с различным уровнем психологической безопасности при  $p < 0,01$ ; \*\* – то же, при  $p < 0,001$

Сравнивая выраженность состояния, описываемого шкалой «Межличностный эмоциональный интеллект», стоит указать на то, что средние показатели девушек в группе с высоким уровнем психологической безопасности на 19 % превышают таковые в группе с низким уровнем ( $t = 9,6$  при  $p = 0,001$ ), у юношей при сравнении средних показателей значимых различий не выявлено ( $U = 139,75$  при  $p = 0,654$ ). Рассматривая шкалу «Внутриличностный эмоциональный интеллект» было выявлено, что девушки группы высокого уровня психологической безопасности на 34 % превышают студенток из другой группы ( $t = 13,4$  при  $p = 0,001$ ), у студентов-юношей значимых различий не выявлено ( $U = 138,35$  при  $p = 0,615$ ). По шкале «Понимание эмоций» студентки из группы с высоким уровнем психологической безопасности превышают девушек с низким уровнем на 20 % ( $t = 10,13$  при  $p = 0,001$ ), у юношей так же нет значимых различий ( $U = 136,9$  при  $p = 0,57$ ). Что касается шкалы «Управление эмоциями», то по ней, девушки с высоким уровнем превышают девушек с низким уровнем на 31 % ( $t = 14,23$  при  $p = 0,001$ ), у студентов-юношей нет значимых различий ( $U = 135,5$  при  $p = 0,53$ ). Таким образом, «Общий эмоциональный интеллект», группы студенток с высоким уровнем, превышает на 26 % другую группу ( $t = 14,5$  при  $p = 0,001$ ), у юношей, опять же, не выявлено значимых различий ( $U = 127,1$  при  $p = 0,310$ ).

Методика «Тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность» позволила выявить студентов с различной выраженностью психических состояний (таблица 4). По результатам исследования, выяснилось, что у девушек с низким уровнем психологической безопасности показатели находятся на границе среднего и высокого значения. Это говорит о том, что студентки имеют допустимую тревожность, трудно общаются с людьми, склонны к агрессии. Девушкам с высоким уровнем психологической безопасности свойственна низкая тревожность, отсутствие завышенной самооценки, ригидности; спокойствие и выдержанность. У группы юношей с низким уровнем психологической

безопасности все показатели расположены в среднем и высоком значении, что указывает на тревожность, фрустрацию, агрессивность, невыдержанность, а также небольшую ригидность. Студенты с высоким уровнем психологической безопасности отличаются отсутствием тревожности, устойчивостью к трудностям и неудачам, но, как и юноши с низким уровнем, они агрессивны и в средней степени ригидны.

Таблица – 4 Средние значения показателей теста «Тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность» у студентов с различным уровнем психологической безопасности ( $M \pm \sigma$ )

Шкалы	Девушки		Юноши	
	Низкий (n = 167)	Высокий (n = 166)	Низкий (n = 17)	Высокий (n = 18)
Тревожность	11,63 ± 3,02	5,44 ± 3,01**	10,24 ± 3,98	6,50 ± 3,60**
Фрустрация	11,15 ± 3,69	4,19 ± 2,77**	9,18 ± 4,72	5,11 ± 3,71**
Агрессивность	19,57 ± 7,52	13,78 ± 5,11**	18,24 ± 8,10	15,00 ± 6,57
Ригидность	12,01 ± 3,44	7,61 ± 3,13**	11,47 ± 3,78	8,72 ± 3,12*

Примечание: \* – различие значений между лицами с различным уровнем психологической безопасности при  $p < 0,01$ ; \*\* – то же, при  $p < 0,001$

Сравнивая выраженность состояний по шкале «Тревожность», средние показатели девушек с высоким уровнем психологической безопасности оказались на 46% меньше, чем у группы с низким уровнем ( $t = 18,6$  при  $p = 0,001$ ), у юношей же, показатели различаются на 63 % ( $U = 73,5$  при  $p = 0,008$ ). По шкале «Фрустрация» показатели студенток с высоким уровнем на 37 % меньше другой группы ( $t = 19,4$  при  $p = 0,001$ ), у юношей значения показателей меньше на 55,6 % ( $U = 76,5$  при  $p = 0,011$ ). Далее, по шкале «Агрессивность» у студенток с высоким уровнем психологической безопасности средние значения на 42 % меньше значений девушек группы низкого уровня психологической безопасности ( $t = 8,22$  при  $p = 0,001$ ), у юношей значимых различий не выявлено ( $U = 109,5$  при  $p = 0,15$ ). По шкале «Ригидность» средние значения показателей студенток группы высокого уровня на 63,3 % ниже, чем значения студенток группы

низкого уровня ( $t = 12,2$  при  $p = 0,001$ ), у юношей показатели различаются на 76 % ( $U = 91$  при  $p = 0,039$ ).

Методика «Копинг» позволила определить поведение студентов в различных трудных жизненных ситуациях (таблица 5). Таким образом, по результатам исследования, было выявлено, что девушки, имеющие низкий и высокий уровни психологической безопасности, имеют одинаковые показатели. Это свидетельствует о том, что обе группы склонны к разрешению проблем, готовы обратиться за помощью к окружающим. В наименьшей степени у обеих групп выражена шкала «Избегание проблем», что говорит о желании уйти от решения проблем, избежать контакта с окружающим миром. У юношей обеих групп различие имеется только в шкале «Разрешение проблем», студенты с низким уровнем психологической безопасности неохотно стремятся к разрешению своих проблем, в отличие от группы с высоким уровнем. В остальном же, показатели находятся в одинаковых значениях. Юноши готовы обратиться за поддержкой к другим, но склонны к избеганию проблем.

Таблица – 5 Средние значения показателей теста «Копинг» у студентов с различным уровнем психологической безопасности ( $M \pm \sigma$ )

Шкалы	Девушки		Юноши	
	Низкий (n = 167)	Высокий (n = 166)	Низкий (n = 17)	Высокий (n = 18)
Разрешение проблем	22,62 ± 4,55	25,51 ± 3,81**	21,71 ± 3,82	23,17 ± 5,25
Поиск социальной поддержки	21,85 ± 5,78	21,82 ± 4,52	20,53 ± 4,65	21,06 ± 4,07
Избегание проблем	20,25 ± 3,33	16,23 ± 2,74 **	20,00 ± 3,34	17,33 ± 2,87 *

Примечание: \* – различие значений между лицами с различным уровнем психологической безопасности при  $p < 0,01$ ; \*\* – то же, при  $p < 0,001$

Исследуя средние значения показателей по шкалам в методике «Копинг», были выявлены некоторые различия в группах. Так, по шкале «Разрешение проблем» показатели девушек с высоким уровнем психологической безопасности на 12 % превышают, значения показателей

девушек другой группы ( $t = 6,27$  при  $p = 0,001$ ), у юношей же значимых различий не наблюдается ( $U = 146,5$  при  $p = 0,829$ ). Сравнивая показатели значений по шкале «Поиск социальной поддержки» у девушек ( $t = 0,055$  при  $p = 0,957$ ), как и у юношей значимых различий не выявлено ( $U = 143,5$  при  $p = 0,753$ ). Средние значения показателей по шкале «Избегание проблем» у девушек с высоким уровнем на 24 % превышают таковые в другой группе ( $t = 12,03$  при  $p = 0,001$ ), у юношей показатели различаются на 15 % ( $U = 82$  при  $p = 0,018$ ).

Методика «Опросник совладания со стрессом» позволила определить копинг-стратегии студентов, которые предназначены для борьбы с трудными ситуациями в стрессовый период (рисунок 2). Так, у студенток с низким уровнем психологической безопасности наблюдаются средние и низкие показатели по шкалам методики. Всё это свидетельствует о том, что девушки, находясь в состоянии стресса, пытаются переосмыслить проблему, но также пытаются мысленно уйти от неё; не фокусируются на неприятных эмоциях; не стремятся искать поддержку со стороны окружающих, преодолевать стресс; в то же время они не пытаются отрицать реальность и не склонны обращаться к Богу; наблюдаются склонности к юмору в трудной ситуации. И в отличие от девушек с высоким уровнем психологической безопасности, студентки другой группы не пытаются уйти от проблем.

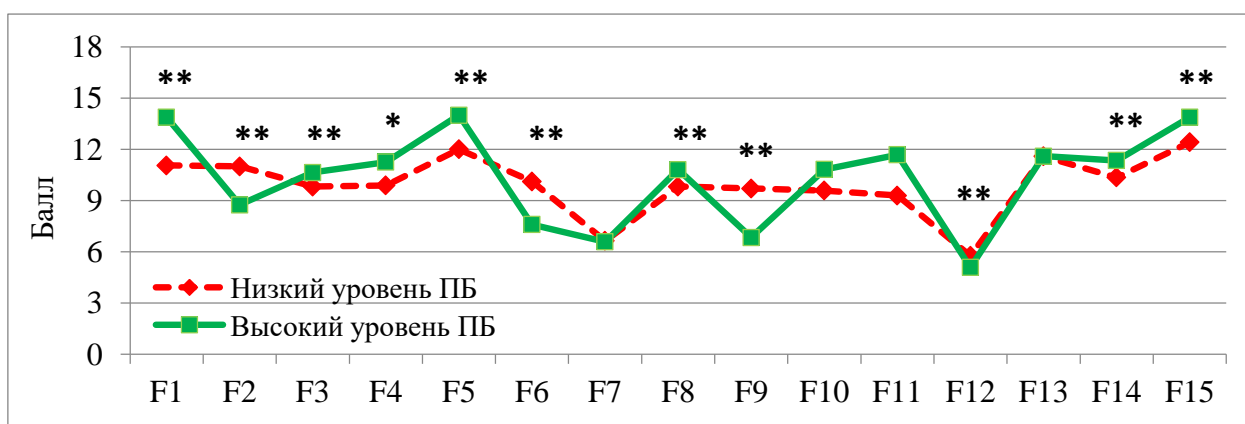


Рисунок – 2 Профиль ситуационных копинг-стратегий у девушек с различным уровнем психологической безопасности

Примечание: ось абсцисс – факторы COPE (F1 – Позитивное переформулирование и личностный рост; F2 – Мысленный уход от проблемы; F3 – Концентрация на эмоциях и их активное выражение; F4 – Использование инструментальной социальной поддержки; F5 – Активное совладание; F6 – Отрицание; F7 – Обращение к религии; F8 – Юмор; F9 – Поведенческий уход от проблемы; F10 – Сдерживание; F11 – Использование эмоциональной социальной поддержки; F12 – Использование «успокоительных»; F13 – Принятие; F14 – Подавление конкурирующей деятельности; F15 – Планирование); \* – значимость различий показателя шкалы при  $p < 0,02$ ; \*\* – при  $p < 0,002$

F1 – Позитивное переформулирование и личностный рост ( $t = 7,575$  при  $p = 0,001$ );

F2 – Мысленный уход от проблемы ( $t = 6,799$  при  $p = 0,001$ );

F3 – Концентрация на эмоциях и их активное выражение ( $t = 7,111$  при  $p = 0,001$ );

F4 – Использование инструментальной социальной поддержки ( $t = 2,423$  при  $p = 0,016$ );

F5 – Активное совладание ( $t = 8,448$  при  $p = 0,001$ );

F6 – Отрицание ( $t = 6,673$  при  $p = 0,001$ );

F7 – Обращение к религии ( $t = 1,689$  при  $p = 0,092$ );

F8 – Юмор ( $t = 3,124$  при  $p = 0,002$ );

F9 – Поведенческий уход от проблемы ( $t = 9,502$  при  $p = 0,001$ );

F10 – Сдерживание ( $t = 0,526$  при  $p = 0,60$ );

F11 – Использование эмоциональной социальной поддержки ( $t = 1,051$  при  $p = 0,294$ );

F12 – Использование «успокоительных» ( $t = 5,622$  при  $p = 0,001$ );

F13 – Принятие ( $t = 1,688$  при  $p = 0,092$ );

F14 – Подавление конкурирующей деятельности ( $t = 2,912$  при  $p = 0,004$ );

F15 – Планирование ( $t = 4,136$  при  $p = 0,001$ )

Рассматривая подробно средние значения показателей шкал «Опросника совладания со стрессом» у девушек, можно выделить несколько факторов, по которым были выявлены явные различия между группами. По шкале «Позитивное переформулирование и личностный рост» значения девушек группы с высоким уровнем психологической безопасности превышают группу девушек с низким уровнем на 25,2 % ( $t = 7,575$  при  $p = 0,001$ ). Что касается шкалы «Мысленный уход от проблемы», то по ней группа с низким уровнем превышает группу девушек с высоким уровнем на 26,4 % ( $t = 6,799$  при  $p = 0,001$ ). Средние значения показателей по шкале «Концентрация на эмоциях и их активное выражение» показывают, что студентки с высоким уровнем на 8,1 % превышают студенток с низким уровнем ( $t = 7,111$  при  $p = 0,001$ ). По шкале «Использование инструментальной социальной поддержки» студентки с высоким уровнем психологической безопасности превышают студенток с низким уровнем психологической безопасности на 14,1 %

( $t = 2,423$  при  $p = 0,016$ ). Показатели по шкале «Активное совладание» студенток с высоким уровнем психологической безопасности выше на 16,6% показателей студенток другой группы ( $t = 8,448$  при  $p = 0,001$ ). По шкале «Отрицание» девушки с высоким уровнем психологической безопасности на 32,8 % превышают девушек группы с низким уровнем ( $t = 6,673$  при  $p = 0,001$ ). Что касается шкалы «Отрицание», по ней, средние значения студенток с низким уровнем превышают студенток с высоким уровнем психологической безопасности на 32,8 % ( $t = 6,673$  при  $p = 0,001$ ). По шкале «Обращение к религии» значимых различий не выявлено ( $t = 1,689$  при  $p = 0,092$ ). Средние значения показателей по шкале «Юмор» свидетельствуют о том, что девушки с высоким уровнем психологической безопасности на 10,2 % превышают группу девушек с низким уровнем ( $t = 3,124$  при  $p = 0,002$ ). По шкале «Поведенческий уход от проблемы» средние значения студенток с низким уровнем превышают студенток с высоким уровнем психологической безопасности на 42,6 % ( $t = 9,502$  при  $p = 0,001$ ). По шкале «Использование «успокоительных»» студентки с низким уровнем психологической безопасности превышают студенток с высоким уровнем психологической безопасности на 13,7 % ( $t = 5,622$  при  $p = 0,001$ ). Что касается шкалы «Подавление конкурирующей деятельности», по ней, средние значения студенток с высоким уровнем превышают студенток с низким уровнем психологической безопасности на 8,6 % ( $t = 2,912$  при  $p = 0,004$ ). Средние значения показателей по шкале «Планирование» показывают, что студентки с высоким уровнем на 12,09 % превышают студенток с низким уровнем ( $t = 4,136$  при  $p = 0,001$ ). По шкалам «Сдерживание» ( $t = 0,526$  при  $p = 0,60$ ), «Использование эмоциональной социальной поддержки» ( $t = 1,051$  при  $p = 0,294$ ) и «Принятие» ( $t = 1,688$  при  $p = 0,092$ ) значимых различий между группами студенток не выявлено.

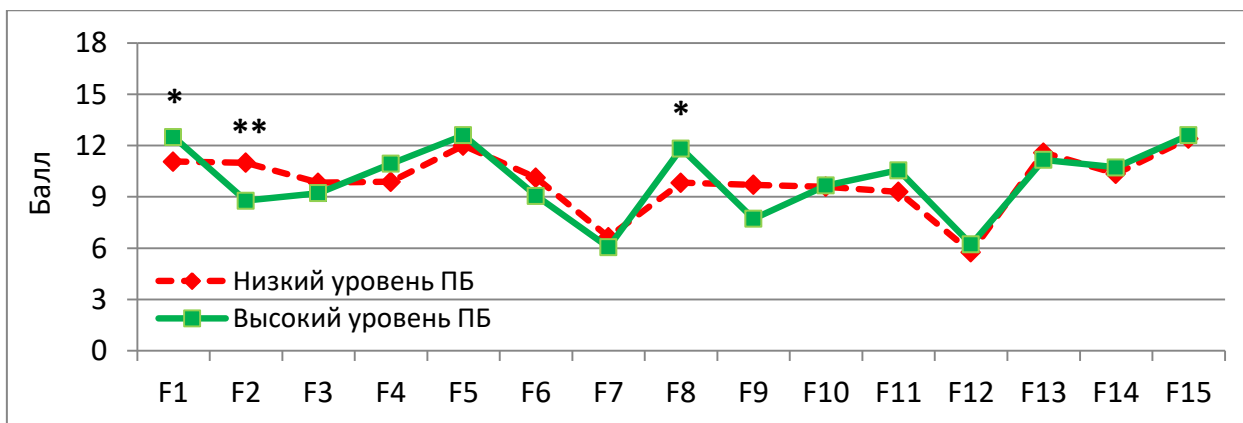


Рисунок – 3 Профиль ситуационных копинг-стратегий у юношей с различным уровнем психологической безопасности

Примечание: обозначения те же, что на рисунке А, \* – значимость различий показателя шкалы при  $p < 0,05$ ; \*\* – при  $p < 0,02$

F1 - Позитивное переформулирование и личностный рост ( $U = 95$  при  $p = 0,05$ )

F2 - Мысленный уход от проблемы ( $U = 83,5$  при  $p = 0,021$ )

F8 - Юмор ( $U = 92,5$  при  $p = 0,044$ )

Рассматривая подробно средние значения показателей шкал «Опросника совладания со стрессом» у юношей (рисунок 3), можно выделить 3 фактора, по которым были выявлены явные различия между группами. По шкале «Позитивное переформулирование и личностный рост» значения студентов группы с высоким уровнем психологической безопасности превышают группу студентов с низким уровнем на 12,6 % ( $U = 95$  при  $p = 0,05$ ). Что касается шкалы «Мысленный уход от проблемы», то по ней группа юношей с низким уровнем превышает группу юношей с высоким уровнем на 25 % ( $U = 83,5$  при  $p = 0,021$ ). Средние значения показателей по шкале «Юмор» показывают, что студенты с высоким уровнем на 20,4 % превышают студентов с низким уровнем ( $U = 92,5$  при  $p = 0,044$ ). Остальные факторы не имеют различий при сравнении групп студентов – юношей.

Методика УСК позволила выявить уровень субъективного контроля студентов с разным уровнем психологической безопасности (рисунок 4). Шкала общей интернальности, в группах девушек с разным уровнем психологической безопасности, соответствует низкому уровню, что



говорит о том, что в них состоят экстернальные личности, они не считают значимым контролировать развитие событий, происходящих в их жизни, полагают, что они возникают случайно, также они конформны и отличаются повышенной тревожностью. Таким образом, средние показатели девушек с низким уровнем психологической безопасности на 13 % превышают значения показателей девушек другой группы ( $t = 4,717$  при  $p = 0,001$ ). В области достижений студентки считают, что всё, чего они добились в жизни, результат их собственных стараний, существенных отличий по этой шкале не наблюдается ( $t = 1,537$  при  $p = 0,125$ ). По шкале неудач, девушки с низким уровнем психологической безопасности склонны обвинять себя в неприятных событиях, в отличие от девушек с высоким уровнем, которые стараются перекладывать ответственность на других. Результаты показывают, что студентки группы с высоким уровнем психологической безопасности на 26 % ниже, чем студентки с низким уровнем ( $t = 6,904$  при  $p = 0,001$ ). Что касается шкалы семейных отношений, девушки с низким уровнем психологической безопасности считают себя ответственными за события, которые происходят в семейной жизни, студентки другой группы считают также, но только в меньшей мере. В результате, девушки с низким уровнем превышают девушек с высоким уровнем психологической безопасности на 10 % ( $t = 5,140$  при  $p = 0,001$ ). В области учебы, у девушек обеих групп наблюдаются низкие показатели с небольшой разницей в показателях. Это свидетельствует о том, что студентки не считают свои действия важным показателем в учебе, перекладывают успехи на коллектив и одноклассников. Таким образом, девушки группы с низким уровнем превышают других на 4 % ( $t = 2,058$  при  $p = 0,040$ ). Шкала межличностных отношений указывает на то, что девушки ощущают ответственность за налаживание контакта и процесс построения межличностных отношений. Так же, как и в предыдущих показателях, значения девушек с низким уровнем показателей превышают студенток другой группы на 4 % ( $t = 3,063$  при  $p = 0,002$ ). По шкале

отношения к здоровью/болезни обе группы ответственны за свое здоровье и выздоровление в случае болезни, значимых различий не выявлено ( $t = 0,551$  при  $p = 0,582$ ).

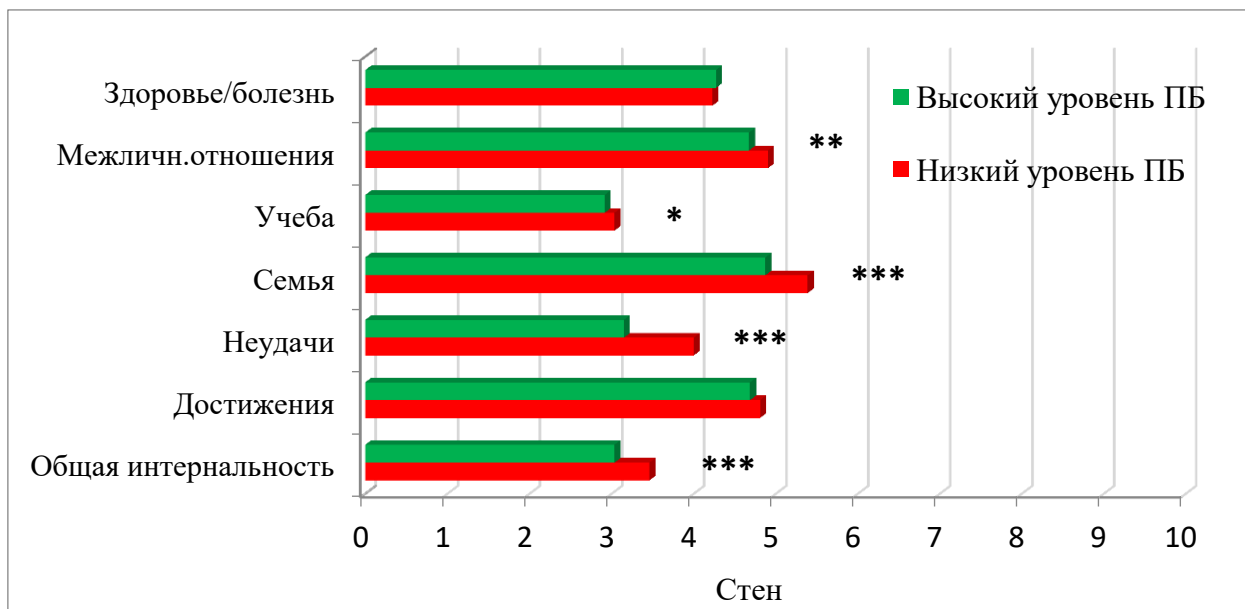


Рисунок 4 – Профиль показателей субъективного контроля у девушек с различным уровнем психологической безопасности

Примечание: отклонение вправо ( $> 5,5$  стенов) свидетельствует об интернальном типе контроля в соответствующих ситуациях; влево ( $< 5,5$  стенов) – об экстернальном типе субъективного контроля; \* – значимость различий показателя шкалы при  $p < 0,05$ ; \*\* – при  $p < 0,002$ ; \*\*\* – при  $p < 0,001$

Средние значения показателей у юношей обеих групп не имеют значимых различий (рисунок 5). По шкале интернальности студенты являются экстернальными личностями, в области достижений юноши полагают, что успехи, которых они достигают их собственная заслуга. За неудачи, преследующие их, ответственны другие, но за семейные неурядицы отвечают именно они; в учебе считают важным фактором окружающих их людей, а межличностные отношения готовы строить сами; вину за состояние здоровья студенты перекладывают на себя.

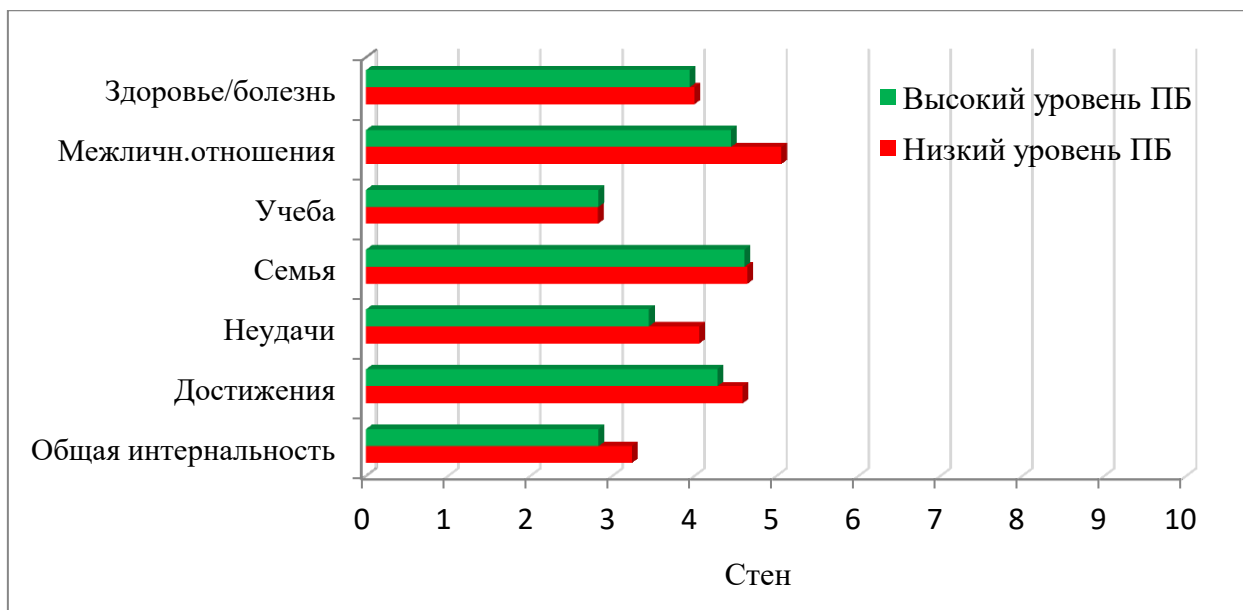


Рисунок 5 – Профиль показателей субъективного контроля у юношей с различным уровнем психологической безопасности

Примечание: отклонение вправо ( $> 5,5$  стенов) свидетельствует об интернальном типе контроля в соответствующих ситуациях; влево ( $< 5,5$  стенов) – об экстернальном типе субъективного контроля; \* – значимость различий показателя шкалы при  $p < 0,05$ ; \*\* – при  $p < 0,002$ ; \*\*\* – при  $p < 0,001$

### Выводы по 3 главе

Таким образом, нами было исследовано 726 человек, в результаты анализа были сформированы группы по уровню психологической безопасности, которые позволили провести сравнительный анализ. Также, была проведена разработка психологической модели и сравнение параметров модели личности безопасного типа поведения.

## ГЛАВА 4. РАЗРАБОТКА И АПРОБАЦИЯ КЛАССНОГО ЧАСА НА ТЕМУ «ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ БЕЗОПАСНОГО ТИПА»

4.1. Разработка классного часа на тему «Формирование личности безопасного типа» для учащихся 7-х классов

Результаты исследования внедрены в практическую деятельность в МБОУ «СОШ № 106 г. Челябинска» в рамках классного часа «Формирование личности безопасного типа», что подтверждено актом внедрения.

В современном мире всё больше начинает возникать интерес к безопасности в образовательной среде, безопасности обучающихся, так как появляются новые угрозы для жизни людей. Поэтому данная разработка классного часа направлена на изучение основных понятий темы и развитие навыков поведения в различных ситуациях.

Методическая разработка классного часа

Тема: «Формирование личности безопасного типа».

Целевая аудитория: 7 класс.

Продолжительность: 45 минут.

Место проведения: учебная аудитория МБОУ «СОШ № 106».

Тип классного часа: интеллектуально-познавательный.

Цель: расширить теоретические представления о правилах безопасного поведения в различных ситуациях.

Методическое и дидактическое сопровождение: компьютер; мультимедийный проектор; экран; листы А4;

Методы: словесный (беседа); наглядный (показ иллюстрированных материалов, мультимедийной презентации); практический.

Планируемые результаты.

*1. Личностные:*

– устойчивая учебная мотивация и интерес к изучаемой теме;

– навыки коммуникации и сотрудничества, умение находить выход из чрезвычайных ситуаций;

### *2. Метапредметные:*

– умение оперировать понятиями, преобразовывать и использовать в дальнейшем полученную информацию;

– развитие умения анализировать, создавать причинно-следственные связи, проводить аналогии, выстраивать логические заключения, обобщения и делать выводы.

### *3. Предметные:*

– формирование модели безопасного поведения в условиях повседневной жизни и в различных ЧС;

– формирование культуры личной безопасности;

– формирование знаний правил поведения в условиях чрезвычайной ситуации.

### План мероприятия:

1. Организационный момент.
2. Вводная беседа. Постановка задачи.
3. Просмотр видеороликов. Обсуждение. Решение ситуационных задач.

### 4. Создание памяток

1. Организационный момент.

Приветствие. Обеспечение интеллектуального и эмоционального настроя на классный час.

2. Вводная беседа. Постановка задачи.

Создание условий для самостоятельной постановки обучающимися темы, цели и задач классного часа путем наводящих вопросов с использованием мультимедийной презентации.

3. Просмотр видеофрагментов.

После просмотра каждого видеофрагмента, учащиеся анализируют и обсуждают действия, которые необходимо предпринять в том или ином случае.

#### 4. Составление памятки по видеофрагментам.

Тем самым, на примере ситуаций, продемонстрированных в видеороликах, обучающиеся могут наглядно увидеть причины опасных ситуаций, их последствия, а затем, обобщив и проанализировав, составляют для себя памятки безопасного поведения.

#### 4.2. Педагогическая рефлексия классного часа

Согласно поставленной цели мной был проведен классный час на тему «Формирование личности безопасного типа». При выборе темы учитывались возрастные и индивидуальные особенности учеников. Для обучающихся 7-го класса средней школы навыки безопасного поведения обретают особую актуальность.

Содержание классного часа было понятным и интересным для обучающихся. Это было достигнуто за счёт подбора интересных видеороликов, наличия практической части в виде разбора ситуационных задач.

Обучающиеся активно принимали участие в классном часе благодаря задачам, которые были наглядно продемонстрированы, а также элементам дискуссии во время обсуждений.

В целом, можно сделать следующие выводы по классному часу:

- соответствие выбранной темы возрастным и индивидуальным особенностям обучающихся, сочетающее в себе доступность и новизну;
- интерес к обсуждаемой теме, вовлеченность, преобладание положительного эмоционального фона в учебной аудитории;
- поддержание высокого уровня активности учащихся во время проведения мероприятия.

## Выводы по 4 главе

Таким образом, в МБОУ «СОШ № 106 г. Челябинска» был проведен классный час на тему «Формирование личности безопасного типа». Классный час был понятным и интересным для обучающихся. Они с интересом изучали видеоролики с ситуационными задачами, отвечали на вопросы, анализировали и активно участвовали в дискуссии. Благодаря проведенной рефлексии, можно сказать, что цель классного часа достигнута на достаточно хорошем уровне.

Содержательный аспект классного часа позволил обучающимся понять, что формирование безопасной личности включает в себя как безопасность самой личности (личную, производственную, национальную, информационную и пр.), так и безопасность ее поведения (для государства, общества, нации).

Вывод классного часа по данной теме – достижение общей цели, направленной на формирование личности безопасного типа должна сводиться к выработке навыков и умений, позволяющих правильно строить свое поведение и таким образом снижать уровень исходящих от себя угроз, а также осуществлять профилактику опасностей, окружающих человека в современном мире.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Подводя итог работы, можно заключить, что поставленные задачи были достигнуты, а это позволяет сформулировать следующие выводы:

- проведен теоретический анализ по проблеме формирования и диагностики личности безопасного типа поведения;

- в ходе исследования было установлено, что психологическая безопасность, как центральная категория, характеризующая личность безопасного типа поведения, выражается в ее эмоциональной сфере, саморегуляции поведения, копинг-стратегии, что впоследствии влияет на уровень психологической безопасности и на формирование личности безопасного типа поведения в целом;

- выявлена модель личности безопасного типа и представлены сравнительные параметры у студентов с различным уровнем психологической безопасности;

- разработан и апробирован классный час на тему «Формирование личности безопасного типа», в ходе которого обучающиеся с интересом изучали видеоролики с ситуационными задачами, отвечали на вопросы, анализировали и активно участвовали в дискуссии.



## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андронникова О. О. Индивидуально-типологические предпосылки виктимности / О. О. Андронникова, М. В. Гоцуцура // Социокультурные проблемы современного человека : Сборник материалов конференции. Часть 1. (Новосибирск, 17-18 мая 2018 г.). – Новосибирск : НГПУ, 2018. – С. 137–143.
2. Аришина Э. С. Модель готовности студентов-психологов к профессиональной деятельности в повседневных и экстремальных условиях / Э. С. Аришина // Социальная политика и социология. – 2013. – № 3-2 (95). – С. 108–119.
3. Бажин Е. Ф. Метод исследования уровня субъективного контроля / Е. Ф. Бажин, Е. А. Голынкина, А. М. Эткинд // Психологический журнал. – 1984. – Том 5., № 3. – С.152–162.
4. Бойко А. Д. Модель безопасного защитного и совладающего поведения личности в образовательной среде / А. Д. Бойко, Д. М. Никифорова // Психология стресса и совладающего поведения : ресурсы, здоровье, развитие : Материалы IV Международной научной конференции (Кострома, 22-24 сентября 2016 года). – Кострома : Костромской государственной университет им. Н. А. Некрасова, 2016. – С. 19–22.
5. Водопьянова Н. Е. Синдром выгорания : диагностика и профилактика / Н. Е. Водопьянова, А. Б. Серебрякова, Е. С. Старченкова. – Санкт-Петербург, 2008. – 258 с.
6. Воробьев Ю. Л. Основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности населения / Ю. Л. Воробьев, В. А. Пучков, Р. А. Дурнев; под общ. ред. Ю. Л. Воробьева. МЧС России. – Москва : Деловой экспресс, 2006. – 316 с.
7. Гордеева Т. О. Диагностика копинг-стратегий : адаптация опросника COPE : Материалы II Международной научно-практической

конференции / Т. О. Гордеева, Е. Н. Осин, Е. А. Рассказова [и др.] – Бийск, 2010. – С. 195–197.

8. Давыдов В. П. Личностно-ориентированный подход к педагогической подготовке преподавателя военных образовательных организаций / В. П. Давыдов, О. В. Кондратьева // Мир образования – образование в мире. – 2016. – № 4 (64). – С. 181–190.

9. Елисеев О. П. Практикум по психологии личности : учебное пособие / О. П. Елисеев. – Санкт-Петербург, 2000. – 554 с.

10. Ефимова Н. С. Основы психологической безопасности : учебное пособие / Н. С. Ефимова. – Москва : изд-во «Форум», 2019. – 192 с. – ISBN : 978-5-8199-0843-3

11. Ковтунова А. Н. Формирование культуры качества современной российской молодежи как фактор повышения безопасности общества / А. Н. Ковтунова // Социальная безопасность и социальное благополучие человека в условиях новой общественной реальности : ресурсы социальной работы : Материалы IX Международной научно-практической конференции ученых, преподавателей, специалистов, аспирантов, магистрантов и студентов (г. Пермь, 18 мая 2017 г.) – Пермь : Пермский государственный национально-исследовательский университет, 2017. – С. 448–450.

12. Коджаспиров А. Ю. Формирование личности безопасного типа поведения у школьников как одно из условий комфортности образовательной среды / А. Ю. Коджаспиров, Г. М. Коджаспирова, М. А. Ерофеева // Перспективы науки и образования. – 2019. – № 1 (37). – С. 223–235.

13. Крюкова Т. Л. Методы изучения совладающего поведения: три копинг-шкалы / Т. Л. Крюкова. – Кострома : изд-во Авантитул, 2007. – 60 с.

14. Лавриченко Р. К. Современные подходы к исследованию безопасности личности : Юрист-Правоведь / Р. К. Лавриченко, А. И. Воскобоев. –2017. – № 4 (83). – С. 171–176.
15. Лешер О. В. Тенденции развития личности безопасного типа в системе высшего профессионального образования / О. В. Лешер // Вестник ЧГПУ. – 2009. – № 1. – С. 81–89.
16. Люсин Д. В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта : опросник ЭМИн. Психологическая диагностика / Д. В. Люсин // Психологическая диагностика. – 2006. – №4. – С. 3–22.
17. Маньков В. Д. Безопасность общества и человека в современном мире : учебное пособие / В. Д. Маньков. – Санкт-Петербург : Политехника, 2005. – 551 с.
18. Михайлов Л. А. Концепция подготовки учителя безопасности жизнедеятельности в современном педагогическом университете : автореф. дисс. ... докт. пед. наук : 13.00.08 / Л. А. Михайлов – Санкт-Петербург, 2003. – 56 с.
19. Михайлов Л. А. Психолого-педагогические подходы к формированию качеств личности безопасного типа / Л. А. Михайлов, У. З. Ахмадуллин, Е. С. Васильев // Вестник ВЭГУ. – 2008. – № 1 (33). – С. 103–107.
20. Мишин Ю .В. Психологические корреляты религиозности и личности безопасного типа / Ю. В. Мишин // Человек-природа-общество : теория и практика безопасности жизнедеятельности, экологии и валеологии. – 2019. – № 5 (12). – С. 46–51.
21. Неверов В. Н. Формирование личности безопасного типа поведения при обучении ОБЖ : психолого–педагогический аспект / В. Н. Неверов, А. М. Деркач // Молодой ученый. – 2014. – № 5.1. – С. 50–53.

22. Никифорова Д. М. Модель безопасного защитного и совладающего поведения педагогов / Д. М. Никифорова, А. Д. Бойко // Педагогическое образование в России. – 2017. – № 3. – С. 90–96.

23. Половникова Е. Н. Формирование личности безопасного типа на уроках «Основы безопасности жизнедеятельности» / Е. Н. Половникова, О. Ю. Беспярых, Н. А. Кошкина // Санкт-Петербургский образовательный вестник. – 2017. – №8 (12). – С. 43–47.

24. Приходько И. И. Психодиагностический инструментарий определения психологической безопасности личности специалиста экстремального вида деятельности / И. И. Приходько // Мир науки, культуры, образования. – 2013. – № 3 (40). – С. 28–31

25. Пупова Ю. А. Формирование личности студента как индивидуума безопасного типа поведения в современном мире / Ю. А. Пупова // Концепт. – 2015. – № 9 (сентябрь). – С. 96–100.

26. Саакова К. Р. Формирование профессиональных умений и навыков в объектовой тренировке волонтеров-спасателей направления «Педагогическое образование» профиль «Безопасность жизнедеятельности» / К. Р. Саакова, О. М. Матвеева, Н. С. Секлецов // Предпосылки формирования личности безопасного типа: Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – Краснодар: ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», 2016. – С. 230–231.

27. Степанов И. О. Оценка уровня сформированности качеств личности безопасного типа поведения при изучении предмета «Безопасность жизнедеятельности» / И. О. Степанов // Вестник Псковского государственного университета. Серия: Социально-гуманитарные науки. – 2009. – № 7. – С. 182–188.

28. Столяренко А. М. Экстремальная психопедагогика : учебное пособие для вузов / А. М. Столяренко. – Москва : ЮНИТИ-ДАНА, 2002. – 607 с.
29. Челтыбашев А. А. Организационно-педагогические условия формирования личности безопасного типа поведения у студентов через изучение дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» / А. А. Челтыбашев, И. П. Карначёв, Е. Ю. Александрова // Безопасность жизнедеятельности. – 2016. – № 9. – С. 55–63.
30. Шершнев Л. И. Общественная система безопасности в системе национальной безопасности / Л. И. Шершнев // Безопасность. – 1996. – № 7-12. – С. 11–17.
31. Шершнев Л. И. Деятельность общественных объединений в области обеспечения национальной безопасности Российской Федерации : автореф. дисс. ... канд. политических наук : 20.01.02 / Л. И. Шершнев. – Москва, 2003. – 28 с.
32. Шершнев Л. И. Стратегия развития образовательной области безопасность жизнедеятельности в России. Образовательная область «Безопасность жизнедеятельности» : Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции / Л. И. Шершнев. – Москва : изд-во «Русский журнал», 2007. – 204 с.
33. Шестаков В. А. Некоторые аспекты формирования личности безопасного типа / В. А. Шестаков // Научный вестник УАГС. – 2010. – № 2 (11). – С. 8–13.
34. Шуайбова М. О. Условия формирования личности безопасного типа поведения / М. О. Шуайбова, И. А. Алимова // Известия Дагестанского государственного педагогического университета. Психолого-педагогические науки. – 2018. – № 4. – С. 92–98.