

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Ярославский государственный университет им. П. Г. Демидова  
Кафедра общей психологии

# **ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ**

Учебно-методическое пособие

Ярославль  
ЯрГУ  
2023

УДК 316.6(075.8)  
ББК Ю95я73  
П86

*Рекомендовано*  
*Редакционно-издательским советом университета*  
*в качестве учебного издания. План 2023 года*

Рецензент  
кафедра общей психологии ЯрГУ им. П. Г. Демидова

Составитель  
В. К. Солондаев

**Психологическая безопасность :** учебно-методическое  
П86 пособие / сост. В. К. Солондаев ; Яросл. гос. ун-т им. П. Г. Демидова. — Ярославль : ЯрГУ, 2023. — 36 с.

В пособии представлена схема анализа ситуаций на предмет психологической безопасности, разобраны примеры анализа различных ситуаций, приведён список рекомендуемой литературы.

Предназначено для студентов, изучающих дисциплину «Психологическая безопасность».

УДК 316.6(075.8)  
ББК Ю95я73

© ЯрГУ, 2023

## Понятие безопасности

Проблематика психологической безопасности сложна для научного понимания, вопреки обыденной иллюзии очевидности вопроса.

Ещё 2010 г. авторы обзорной статьи писали: «Многообразие подходов, позиций, ракурсов рассмотрения психологической безопасности не поддаётся одномерной классификации. Так, психологическая безопасность в одних работах соотносится с характеристиками внешнего мира или воздействий (состояние среды; условия жизнедеятельности; отсутствие угроз, скрытых форм насилия над личностью, опасностей для психики и личности в целом), в других — с психологическими характеристиками, состояниями самого человека (защищенность от негативных воздействий, устойчивость, переживание безопасности). При этом человек, а именно его психика или психологические свойства рассматриваются, во-первых, как объект безопасности (охраняемый объект); во-вторых, как фактор опасности — безопасности (например, собственной жизнедеятельности); в-третьих, как сфера отражения, локализации чувства безопасности; в-четвёртых, как источник, управляющая инстанция, порождающая свойства субъекта безопасности. Когда изучается информационно-психологическая безопасность сложных охраняемых объектов (организации, государства, общества) или объектов, потенциально содержащих опасные факторы (реклама, Интернет и др.), личность как таковая даже не является объектом исследования» [7, с. 86–87].

Спустя десятилетие авторы статьи другой статьи показывают, что определение психологической безопасности не стало более согласованным: «Исследователи рассматривают феномен психологической безопасности личности как структурное образование, включающее четыре основных компонента: морально-коммуникативный, мотивационно-волевой, ценностно-смысловой и внутренний комфорт. В контексте изучения стресс-преодолевающего поведения оказалось, что культурно-нормативные, конструктивные (здоровые) стратегии, стратегии социальной поддержки, стремление полагаться на себя повышают психологический комфорт. Снижают психологическую безопасность личности стратегии потери социальных контактов, эмоциональной поддержки со стороны коллег и друзей. В качестве опосредующих механизмов, обеспечивающих безопасное существование человека в экстремальных условиях, выступают базовые убеждения и переосмысление происходящих

событий. Сплочённость, надежда выступают важным ресурсом преодоления экстремальных ситуаций» [3, с. 13].

Иными словами, понятие психологической безопасности в современной науке применяется по отношению к разным эмпирическим данным. Невозможно свести всё многообразие эмпирики к чему-то одному. И маловероятно, что эта ситуация существенно изменится в обозримой перспективе.

Дополнительно усложняет понимание психологической безопасности важное обстоятельство, которое было обозначено ещё в 2002 г.: проблемы безопасности нельзя отделять от проблем развития [2]. На предметном материале медицины это положение можно перефразировать так: лечение проблем психологической безопасности не должно оказываться тяжелее самой болезни.

Поэтому мы считаем целесообразным при изучении курса «Психологическая безопасность» сконцентрировать внимание студентов на умении анализировать различные ситуации на предмет психологической безопасности.

### ***Задания для самостоятельной работы***

1. Найти в научной литературе по психологии определения следующих понятий: безопасность, психологическая безопасность, информационно-психологическая безопасность, психологическая безопасность личности. Можно находить определения других сходных понятий. Ключевой термин — «безопасность».

2. Сравнить найденные определения, охарактеризовав различия разных аспектов безопасности.

## Психологическое понимание ситуации

Ответ на вопрос, как анализировать ситуацию, предполагает ответ и на другой вопрос: что такое ситуация. Определённость понятия ситуации заметно выше определённости понятия психологической безопасности [см. 4 и другие издания].

В рамках курса мы будем называть ситуацией совокупность обстоятельств, которая соответствует трём критериям:

- 1) допускает такое вербальное описание, которое сходным образом понимается разными людьми;
- 2) как-либо осознаётся включёнными в ситуацию людьми;
- 3) оказывает воздействие на человека.

Пользоваться категориями «объективное» и «субъективное» при анализе ситуаций не следует. Неприменимость данных категорий к анализу ситуаций показана в междисциплинарных исследованиях, которые, ввиду сложности вопроса, нужно обсуждать отдельно [6; 5]. Воздействие включено в критерии ситуации по данным А. Г. Караяни и Ю. М. Караяни (2021).

Как работает приведённое определение ситуации, которая может анализироваться на предмет психологической безопасности? Например, картина художника Федерико Андреотти (рис. 1) могла бы стать интересным материалом для анализа.

Но картина как таковая не может рассматриваться как ситуация до тех пор, пока не будет сформулировано её вербальное описание. Невозможно говорить о ситуации без ответа на вопрос, что происходит.

Тогда возникает другой вопрос: где происходит.



Рисунок 1

Обнаруживается важный психологический момент, определяющий необходимость соблюдения всех трёх критериев ситуации: на картине ничего не происходит.

Что-либо, допускающее психологический анализ, может происходить только в психике. А изображение не действует и не осознаётся. Даже тогда, когда изображены люди. Допустим, картина Федерико Андреотти висит в пустом зале. Можно ли тогда говорить о картине как ситуации? О ситуации на картине? Очевидно, нет. Картина «становится ситуацией», когда мы описываем её, т. е. зритель приходит в зал (какой зритель? зачем?), смотрит на картину (как смотрит? что чувствует?) и описывает. Описать картину можно по-разному.

Один человек опишет картину так: «Художник изобразил девушку и молодого человека, которые...» Автор такого описания неявно предполагает взаимодействие «модель художника — зритель». Но эмпирически автор описания, если он наш современник, находится в иной ситуации — ситуации воздействия картины на воспринимающего её зрителя. Описание акцентирует действия персонажей, изображённых на картине. Сама картина при этом выводится из внимания психолога, продолжая оставаться «носителем информации», своего рода «фактом». Как будто зритель взаимодействует с моделями, независимо от написанной художником картины.

Но возможно несколько более сложное описание: «На картине художник изобразил поведение своих современников, в котором нас сегодня интересуют мимические и пантомимические проявления эмоций». Тем самым автор описания неявно предполагает взаимодействие «модель художника — художник — картина — зритель». И возникают вопросы для размышления профессионального психолога. Насколько точно изобразил художник поведение своих современников? Насколько полно изображаемое поведение можно передать средствами живописи? Насколько понятно современным зрителям изображаемое поведение? Какие чувства картина вызывает у современных зрителей?

Аналогичные результаты мы получим и для ситуаций, в описании которых исходно преобладает вербальная составляющая. Например, «идёт дождь» — не описание ситуации. В отличие от «я получил сообщение от друга о том, что на улице дождь», «я посмотрел в окно и увидел, что идёт дождь». Или другой вариант описания: «Я понял, что промокну, и расхотелось выходить из дома». При этом показания дождемера, термометра, барометра, которые фиксирует метеоролог, никак не изменятся, вопреки многообразию описаний ситуации другими людьми.

Как видим, в большинстве случаев можно построить разные описания ситуации. Мы даже не можем сказать «разные описания одной и той же ситуации». Нет априорных оснований исключать из рассмотрения ни одно из возможных описаний ситуации. Такое положение дел объясняет сложности в определении понятия психологической безопасности. Без описания ситуации нечего обсуждать, но только в рамках учебного курса. Для многих сфер практики отсутствие описания нормально. Ни хирургическая бригада во время операции, ни медицинский психолог, ни психолог МЧС не работают с вербальными описаниями. Они включены в ситуацию непосредственно, воспринимая её органами чувств. Описания составляются позднее, при наличии достоверно зафиксированного результата к ним не предъявляют требований полноты и научной корректности.

Анализировать можно любое описание ситуации, в котором выполняются все три приведённых выше критерия.

### ***Задание для самостоятельной работы***

Рассмотреть рис. 2, где приведён так называемый демотиватор, и сформулировать три разных описания ситуации.



Рисунок 2

## **Схема анализа ситуаций**

Из трёх критериев ситуации, приведённых выше, строго необходимы второй и третий: если у человека отсутствуют проявления сознания, психолог не работает с ним; если на человека не оказывается или не было ранее оказано воздействие (речь идёт именно о психологическом воздействии), основания для работы психолога также отсутствуют. Без вербального описания ситуации невозможно работать в рамках учебного курса и в некоторых других случаях, но далеко не во всех. Таким образом, любые параметры ситуации, кроме сознания и воздействия, вариативны. Поэтому схема анализа ситуаций направлена не «на ситуацию», а «на психолога».

### **1. Формулировка описания ситуации.**

### **2. Характеристика ситуации с точки зрения психологической безопасности.**

#### **2.1. Кто на кого оказывает воздействие?**

#### **2.2. Какое именно воздействие происходит?**

#### **2.3. Каковы возможные последствия воздействия?**

### **3. Рекомендуемые действия.**

Прокомментируем отдельные пункты схемы.

### **1. Формулировка описания ситуации.**

Для учебных ситуаций обязательна ссылка на открытый источник. Анализ личных ситуаций исключается по соображениям психологической безопасности обучающихся. Для практических задач ссылка на источник обычно требуется, но автор описания может и непосредственно наблюдать ситуацию. Также не всегда источник должен быть открытым.

Формулировка описания ситуации, как было сказано, задаёт контекст дальнейшего понимания. Этот пункт анализа не обязательно должен быть развёрнутым, но он должен быть понятен целевой аудитории. Понимание легко проверить эмпирически, попросив двух-трёх экспертов изложить своими словами смысл текста описания и сравнив их формулировки. Если излагаемый своими словами смысл ситуации расходится с первоначальной формулировкой описания, формулировка неудачна и требует переработки.

### **2. Характеристика ситуации с точки зрения психологической безопасности.**

#### **2.1. Кто на кого оказывает воздействие?**



Вспомним картину Федерико Андреотти (рис. 1). Если мы видим, что изображённый на ней молодой человек оказывает воздействие на девушку, изображённую на картине, это один вариант понимания. Если автор — Федерико Андреотти — оказывает воздействие на зрителей, содержательно иной вариант. Оба варианта допустимы, но выбранный вариант может быть один и его необходимо явно обозначить. В большинстве ситуаций можно провести второй, третий и неизвестно сколько ещё вариантов анализа, основанных на разных пониманиях ситуаций.

## **2.2. Какое именно воздействие происходит?**

Отвечая на этот вопрос, важно не ограничиваться обыденным противопоставлением «плохое — хорошее». Иногда обыденная дихотомия «плохое — хорошее» маскируется научной терминологией, например называнием валентности эмоций. Но переживание негативных эмоций необходимо в такой же мере, как переживание позитивных.

Пункты 2.1. и 2.2. содержательно взаимосвязаны. Если мы считаем, что изображённый на картине Федерико Андреотти (рис. 1) молодой человек оказывает воздействие на девушку, изображённую на картине, нужно конкретизировать воздействие содержательно (например, молодой находит девушку привлекательной и демонстрирует ей это).

А если мы считаем, что картина Федерико Андреотти вызывает эмоциональный отклик (интерес) зрителей, с точки зрения психологической безопасности некорректно ограничиться констатацией того, что зрители сопереживают эмоциям моделей художника. Если речь идёт о воздействии на современных зрителей, возникают вопросы о том, кто и с какими целями выставил картину сегодня.

## **2.3. Каковы возможные последствия воздействия?**

Очевидно, что последствия воздействия могут быть когнитивными, регулятивными, аффективными. Три перечисленных аспекта взаимосвязаны в своего рода кольцо. Узнав нечто новое (когнитивный аспект), человек обычно реагирует эмоционально (аффективный аспект) и меняет своё поведение (регулятивный аспект). А изменение поведения меняет возможности получения новой информации, и кольцо замыкается.

Не так важно, с какого именно аспекта последствий воздействия начать анализ. Важно мысленно «пройти два-три круга», не упуская из внимания прямую связь последствий с воздействием ситуации. Если «круги сходятся», анализ можно считать успешным, как минимум методически. Например, девушка на картине Федерико Андреотти (рис. 1) чувствует удовлетворение, подтверждая знание о своей

привлекательности для молодого человека, совершенствует навыки общения с представителями противоположного пола, расширяет свои представления о социальных взаимодействиях, проверяет представления в реальном общении, испытывая удовлетворение, — разные аспекты воздействия согласуются содержательно.

А если мы находим только косвенные, сложноопосредованные связи, обычно это индикатор существенных упущений при анализе ситуации. Например, мы можем предположить, что девушке на картине Федерико Андреотти (рис. 1) угрожает жестокое разочарование, вызванное агрессивным поведением молодого человека, которое станет релизёром для совершения суицидальной попытки. И в реальности такие ситуации тоже, к сожалению, имеют место. Но вопрос о связи предполагаемого развития событий с анализируемой ситуацией остаётся без ответа. На картине отсутствуют явные указания на высокую вероятность именно такого развития событий по сравнению с другими возможными вариантами.

Поэтому важно мысленно «проходить два-три круга», а не десять. А при рассмотрении динамики событий отдаляться от анализируемой ситуации ориентировочно не далее месяца. Чтобы психолог не уподобился умной Эльзе из сказки братьев Гримм.

### **3. Рекомендуемые действия.**

Если анализ ситуации был проведён удачно, рекомендации «формулируются сами», поскольку этапы анализа содержательно взаимосвязаны. Но только в том случае, когда анализ ситуации уже достаточно освоен. На этапе освоения анализ ситуации может вызывать сильные затруднения на каждом этапе.

Если девушка на картине Федерико Андреотти (рис. 1) чувствует удовлетворение, при этом мы не находим явных угроз её психологической безопасности, рекомендации очевидны: продолжать действовать по собственному усмотрению.

Если мы аргументированно предполагаем жестокое разочарование, вызванное агрессией молодого человека и суицидальную попытку девушки, необходимо сформулировать не одну, а четыре рекомендации: по одной для когнитивного, аффективного, регулятивного аспектов воздействия. И четвёртую рекомендацию — коммуникативную.

В учебной ситуации целесообразность, условно говоря, создания запаса рекомендаций неочевидна. Смысл «проходить два-три круга» в реальной ситуации определяется тем, что некоторые рекомендации обычно не удаётся реализовать по независящим от психолога причинам.

Далее рассмотрим анализ ситуаций на нескольких примерах.

### ***Задание для самостоятельной работы***

Самостоятельно найти в открытых источниках информацию о ситуации воздействия, проанализировать информацию с точки зрения психологической безопасности подвергающегося воздействию человека.

Применить для анализа описанную схему. Примеры анализа приводятся ниже.

### ***Пример 1***

Ссылка на источник — рис. 3. Более точной идентификации источник не поддаётся — текст постоянно обновляется, меняется содержание страниц. Возможно, даже производится подмена домена.



## **Женщина-уролог нашла уникальное средство и стала лучшим специалистом по лечению импотенции в России.**

Эта женщина стала самым востребованным урологом в своем городе. К ней приезжают не только со всей Тверской области, но и со всей России.

Несмотря на то, что у нее небольшой возраст, она уже обходит в профессионализме лучших врачей страны. Наш корреспондент специально поехал в Тверь, чтобы узнать, в чем ее секретная методика.

Рисунок 3

### ***Информация источника***

### **Женщина-уролог нашла уникальное средство и стала лучшим специалистом по лечению импотенции в России**

Эта женщина стала самым востребованным урологом в своем городе. К ней приезжают не только со всей Тверской области, но и со всей России.

Несмотря на то, что у неё небольшой возраст, она уже обходит в профессионализме лучших врачей страны. Наш корреспондент специально поехал в Тверь, чтобы узнать, в чем её секретная методика.

<изображение>

Уролог, доктор медицинских наук, автор уникальной и единственной методики по восстановлению потенции и эрекции.

В настоящее время она работает в должности научного сотрудника отдела андрологии и репродукции человека Федерального государственного бюджетного учреждения «Научно-исследовательский институт урологии» Министерства здравоохранения Российской Федерации.

- Таисия, мы заметили, что средний возраст ваших пациентов 50–70 лет. Неужели они ещё занимаются сексом?

- Конечно, я бы даже сказала, что в таком возрасте это тоже должно быть естественно. Ведь от этого зависит здоровье всего организма. Без секса старость наступает очень быстро, начинаются всякие возрастные болезни. И вообще мужчины без секса становятся злее, раздражительнее. Особенно с возрастом!

Часто ко мне приходят пациенты которые на вопросы о последней интимной близости, смущаются, прячут глаза и говорят, что живут без секса уже лет 5, а то и больше. А потом удивляются, почему у них простатит. А если дальше продолжать не заниматься сексом, то будет и рак простаты.

Отсутствие секса крайне вредно как в 30 лет, так и в 40, и в 50 и в 70 лет! Простата — это орган, в котором образуется эякулят. Он должен расходоваться. Если он не расходуется, то в буквальном смысле начинает портиться. В простате появляются патологические застойные явления (скопления опасных микроорганизмов). Они приводят к воспалению простаты (простатиту). Воспалённая предстательная железа на протяжении длительного времени — это аденома, затруднённое мочеиспускание и пиелонефрит. Следующий этап после аденомы — рак простаты. У тех, кто имеет проблемы с потенцией, рак простаты возникает в 7 раз чаще, чем у здоровых мужчин.

И это только одно из опасных последствий. А их много. Можно сказать, что длительное воздержание — это фактически быстрая смерть. Потому как весь человеческий организм рассчитан на то, чтобы воспроизводить потомство. А когда эта функция угасает, организм начинает стареть катастрофически быстро. Истончаются и лопаются сосуды, повышается риск развития инфаркта и инсульта, появляются

нарушения психосоматической системы. Мужчина быстро седеет (если не поседел до этого). Начинают болеть суставы, прогибается осанка. Даже бессонница, которая мучает людей в возрасте, связана с отсутствием секса и отсутствием выработки ряда гормонов.

Хочу показать несколько фотографий, что происходит с мочеполовой системой и другими внутренними органами мужчины, когда он перестаёт заниматься сексом.

<изображение> <изображение> <изображение>

Так выглядит воспаление простаты из-за застойных явлений в них (при отсутствии опорожнения яичек, которое происходит вовремя). Длительное воспаление приводит сначала к аденоме, а потом к раку простаты (от которого, по статистике, умирает 38 % мужчин). При отсутствии секса это происходит всегда, именно поэтому аденома считается болезнью стариков.

<изображение> <изображение> <изображение>

Из-за застойных явлений в сосудах появляются холестериновые отложения, которые могут образовывать тромбы. Тромб — это высокая вероятность инфаркта или инсульта. Именно инфаркт убил мужчину, сердце которого вы можете видеть на фотографии.

Все ещё думаете, что сексом не нужно заниматься? А ещё возможность заниматься сексом — это стабильность в отношениях. К сожалению, случаев, когда мужчина после проблем с потенцией остаётся один, слишком много. Женщины могут заниматься сексом вплоть до 70–80 лет. И им это тоже необходимо. Вообще правило следующее: чем дольше супруги занимаются сексом, тем дольше они живут.

<изображение> <изображение> <изображение>

- Говорят, что в клинике вы используете уникальные средства для восстановления потенции, которые способны вернуть радость секса мужчинам в любом возрасте. Так ли это?

- Наша клиника всегда славилась высоким процентом излечения самых разных болезней. Так как мы являемся структурным подразделением одного из главных институтов страны, мы действительно нередко используем уникальные средства, являющиеся разработкой наших учёных. Если говорить именно про сексуальную сферу мужчин, то да, у нас есть особое средство — разработка нашего университета — называется оно "...фрин"<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Название «препарата» сокращено.

"...фрин" не только усиливает возбуждение сразу после приёма (может использоваться как возбуждающее средство в качестве безопасного аналога виагры), но и при регулярном приёме восстанавливает естественную потенцию. Такого средства больше нигде нет, и оно не продаётся в аптеках.

<изображение>

- Не могли бы вы рассказать больше про эффективность этого средства?

- Средство действительно очень хорошее. Об этом говорит хотя бы тот факт, что ко мне на приём записываются на несколько недель вперёд. При этом я ничего такого особенного не делаю — просто выписываю это средство, после чего его можно купить в аптечном пункте нашего института или же через официальную форму заказа. Сейчас оно также доступно через розыгрыш от нашей клиники.

Это инновационный механизм, который воздействует на мочеполовую систему у мужчин.

Если же говорить об эффективности "...фрина", то хочу показать результаты его клинических исследований, которые институт проводил в 2021–2023 годах. Всего в них принимало участие около 2 000 мужчин старше 50 лет. У многих из испытуемых не было эрекции и интимной близости уже несколько лет.

Результаты исследования

Полное восстановление потенции (появилась возможность заниматься сексом как минимум 1 раз в неделю) — 96 % испытуемых.

Повышение уровня тестостерона — 94 % испытуемых.

Нормализация мочеиспускания (в том числе число позывов) — 98 % испытуемых.

Улучшение общего самочувствия — 90 % испытуемых.

Отсутствие побочных эффектов — 100 % испытуемых.

Также мы задали каждому пациенту, который использовал это средство, единственный вопрос: «Помог ли вам "...фрин" восстановить ЕСТЕСТВЕННУЮ потенцию?»

Результаты опроса

Несколько пациентов поделились своими историями.

УГАДАЙ ЗА КАКОЙ ДВЕРЬЮ СКИДКА

Заказывай сейчас!

***Конец информации источника.***

Проведём анализ ситуации, связанной с препаратом "...фрин" по представленной схеме.

### **1. Формулировка описания ситуации.**

Посетителю страницы предлагается приобрести неизвестное химическое вещество, называемое "...фрин". В тексте страницы вещество называется фармакопрепаратом.

### **2. Характеристика ситуации с точки зрения психологической безопасности.**

#### **2.1. Кто на кого оказывает воздействие?**

Публикатор текста воздействует на посетителей страницы.

Воздействие публикатора опосредовано текстом.

Публикатор может оказаться и автором (компилятором) текста. Но этот момент не имеет существенного значения в контексте психологической безопасности.

Пол и возраст посетителей страниц не ограничены, за исключением единственного условия — интереса к сексуальным отношениям.

#### **2.2. Какое именно воздействие происходит?**

Когнитивная система посетителя перегружается избытком разноплановых и противоречивых сведений о препарате.

Эмоциональное воздействие на посетителя оказывается одновременно с перегрузкой когнитивной системы. Содержание текста на странице вызывает разновалентные и качественно разные эмоции — как положительные (вероятны интерес, надежда, удовлетворение), так и отрицательные (вероятны тревога, страх, отвращение).

Когнитивное и эмоциональное воздействие направлены на поведенческую сферу для снижения контроля поведения с дальнейшим импульсивным заказом вещества "...фрин".

#### **2.3. Каковы возможные последствия воздействия?**

Когнитивные последствия: искажение понимания посетителем собственного здоровья в целом и сексуальной сферы в частности. Восстановление адекватного понимания после выхода из ситуации воздействия зависит от факторов, не связанных с воздействием прямо.

Эмоциональные: дестабилизация исходного эмоционального состояния. Стабилизация эмоционального состояния после выхода из ситуации воздействия не прогнозируема ввиду неопределённости круга подвергающихся воздействию людей и обстоятельств их жизни.

Поведенческие: совершение импульсивного заказа предлагаемого вещества с вероятными правовыми, экономическими последствиями, а также последствиями для здоровья, описанными ниже.

Правовые: какая-либо информация о предлагаемом веществе отсутствует, следовательно, заказанное вещество может оказаться запрещённым к свободному обороту. Тогда посетитель, заказавший вещество, будет вынужден объяснить свои действия правоохранительным органам. Дальнейшие правовые последствия зависят от результата объяснений.

Экономические: потеря некоторой суммы денег.

Последствия для здоровья: употребление неизвестного вещества в лучшем случае окажется бесполезным, но вполне вероятен и существенный вред здоровью. Улучшение состояния здоровья в результате употребления неизвестного вещества крайне маловероятно.

### **3. Рекомендуемые действия.**

В ситуации воздействия наиболее эффективна поведенческая блокировка — закрытие страницы, переключение внимания на ситуацию в реальном мире, выполнение привычных домашних или рабочих дел.

Триггером или релизёром для запуска поведенческой блокировки может стать изменение эмоционального состояния. Если только посетителю страницы удастся отследить это изменение.

Когнитивный анализ ситуации в целом как ситуации предложения о покупке химического вещества также может сработать. Собственная активность посетителя страницы по поиску сведений о составе, стоимости, аналогах предлагаемого вещества одновременно стабилизирует когнитивную систему и выявит противоречивость и разноплановость предоставляемой информации.

Применительно к анализируемой ситуации и более широкому кругу ситуаций, связанных со здоровьем, весьма эффективной может оказаться профилактическая мера: осознанно и целенаправленно выработать привычку приобретать и принимать любые препараты (как фармакопрепараты, так и пищевые добавки) после обсуждения с профессиональным медиком.

Обсудим проведённый анализ. Почему мы выбрали именно этот пример ситуации для анализа? Во-первых, он типичен для широкого круга воздействий, которые неизменно актуальны, вопреки кажущейся очевидности разобранный примера.



Варьируются способы оказания воздействия. Наиболее мягкий для подвергающегося воздействию и наименее результативный для оказывающего воздействие способ — воздействие текстом. Психологическая схема воздействия одинакова: когнитивная перегрузка и эмоциональная дестабилизация для снижения контроля поведения и совершения некоторых действий.

По такой схеме с речевым воздействием по телефону были созданы ситуации, описанные в материале издания «Коммерсантъ» от 18.07.2022, 17:04.

### **Ярославцы за выходные перевели мошенникам более 3,7 млн рублей**

Семь жителей Ярославской области за выходные перевели мошенникам более 3,7 млн руб., сообщили в пресс-службе ярославского УМВД. По всем фактам мошенничества возбуждены уголовные дела.

В Заволжском районе Ярославля от действий мошенников пострадали две женщины. Ярославна в возрасте 87 лет перевела мошенникам более 775 тыс. руб. Ей позвонил неизвестный, представился руководителем финансовой службы и сообщил, что женщине положена компенсация в связи с ранее совершенным в её отношении преступлением. Он убедил её перевести на указанные счета деньги разными суммами.

Другой женщине поступил звонок от якобы сотрудников правоохранительных органов и банка. Они убедили её перевести на «безопасные» счета 250 тыс. руб. под предлогом предотвращения подозрительных финансовых операций. После чего через банковское приложение жительница Ярославля оформила кредит на 400 тыс. руб. и перевела на те же счета.

В Рыбинске 54-летний мужчина взял кредит на 1 млн руб. и перевёл деньги на указанные счета, действуя инструкции позвонившим ему «сотрудникам банка»...

По такой же схеме с воздействием в мессенджере были созданы ситуации, описанные в материале ГТРК «Ярославия» Чт, 08 июня 2023 13:00.

## **Неудачное вложение: ярославна, желая постичь азы торговли криптовалютой, стала жертвой мошенников**

В Ярославле 41-летняя жительница Фрунзенского района стала жертвой мошенников. Ей на телефон позвонила незнакомка и предложила пройти курс обучения торговле криптовалютой на одной из интернет-площадок. Идея женщину заинтересовала. Она зарегистрировалась в мобильном приложении онлайн-биржи. Несколько дней подряд ярославна получала сообщения в мессенджерах от своего «куратора», которая предлагала перевести крупную сумму денег по указанным ей банковским реквизитам.

Выполнив все указания злоумышленницы, женщина лишилась более 1,1 млн рублей, из которых около 300 тыс рублей были взяты в кредит.

По сообщению пресс-службы УМВД России по Ярославской области, по факту произошедшего возбуждено уголовное дело по статье «Мошенничество».

Распознать оказываемое воздействие «снаружи» — при анализе ситуации, описанной в информационном источнике, — относительно легко. Распознать воздействие «изнутри» — став объектом воздействия со стороны тренированного человека — достаточно сложно. Именно поэтому мы считаем целесообразным автоматизировать навык анализа любых ситуаций социального взаимодействия на предмет психологической безопасности.

Сравнив информацию трёх источников, легко убедиться в совпадении схемы воздействий: когнитивная перегрузка и эмоциональная дестабилизация для снижения контроля поведения и совершения некоторых действий. Ключевым признаком обсуждаемого класса воздействий является именно совершение действия. Поэтому при определённых навыках коммуникации может применяться и четвёртая — коммуникативная — рекомендация.

Когда навык анализа достаточно автоматизирован, человек будет замечать некоторую трудновербализуемую «странность» в ситуации. И не стоит игнорировать эти смутные, не до конца осознаваемые переживания. Проверить предположение о том, что вы оказались объектом воздействия обсуждаемого класса, достаточно просто. Нужно задать партнёру по общению вопрос: «Что я должен сделать?» Формулировка вопроса вариативна, она определяется конкретной ситуацией и особенностями взаимодействующих. Важен смысл.

Такова коммуникативная рекомендация по оптимизации поведения в ситуации психологически небезопасного воздействия: задавать в разных формулировках, разными словами только один вопрос: «Что я должен сделать?»

Этот вопрос как бы выводит за скобки когнитивные и эмоциональные аспекты воздействия. Фокус внимания сосредотачивается на основном результате — желаемом для воздействующего поведении. А это поведение в ситуации психологически небезопасного воздействия обычно таково, что говорить о нём прямо просто невозможно. Вряд ли воздействующий скажет: «Отдайте мне свои деньги». Если он скажет такое, слова потребуется дополнить угрозой. Поэтому применять коммуникативную рекомендацию необходимо с осторожностью, избегая эскалации взаимодействия и не провоцируя прямой конфликт вместо скрытого воздействия. Но с появлением угроз в правовом плане ситуация будет квалифицироваться как уголовное преступление по статье с гораздо более суровым наказанием, чем наказание за мошенничество. Воздействующий обычно понимает правовые последствия. Вероятно, он попытается уклониться от ответа, сказав примерно следующее: «Ничего не надо делать. Вы просто меня послушайте». Ответы такого плана — неплохой диагностический индикатор того, что вы действительно попали в ситуацию воздействия обсуждаемого класса.

Аналогично проверяется гипотеза о том, что в речи собеседника появились угрожающие намёки, интонации. Достаточно явно сформулировать угрозу за собеседника и спросить, это ли он хотел сказать. Если собеседник уклоняется от категоричного ответа, на вас оказывается воздействие. Обычно угроза не подтверждается прямо, но и не опровергается. Вместо категоричного заверения в отсутствии угроз собеседник воспользуется неопределёнными и многозначительными фразами: «вы же сами понимаете», «вы же взрослый человек», «это очевидно» и др.

Однако возможен и позитивный вариант развития ситуации — коммуникативная рекомендация воспринимается как разрешение перевести разговор в более предметное русло, прямо обсудить коммерческие и другие аспекты интересующих воздействующего действий.

Здесь нам необходимо вспомнить приведённый выше тезис В. Е. Лепского о том, что вопросы безопасности нельзя отделять от вопросов развития. К нам ежедневно обращаются разные люди с разными коммерческими предложениями. Нередко люди, обращаю-

щиеся с коммерческими предложениями, плохо обучены и владеют только манипулятивными техниками коммуникации. Некоторые работодатели категорично требуют от сотрудников применения именно манипулятивных воздействий, считая их «самыми эффективными». Но предметное содержание коммерческих предложений далеко не прямо связано со способами их донесения до потенциального потребителя. Да, нам порой звонят мошенники, но добросовестные сотрудники разных организаций звонят тоже. Неразумно было бы отвергать любое коммерческое предложение только на том основании, что ему придана манипулятивная форма. Если мы сами задумывались об открытии счета в другом банке, о смене тарифа или оператора мобильной связи, вполне можно обсудить соответствующие предложения даже в телефонном разговоре с неизвестным абонентом. Абонент, конечно, представится кем-то, назовёт себя сотрудником некоей организации. Но как это проверить? Достаточно просто — предложить прямо и предметно обсудить основной вопрос вместо манипуляции, которой обучили сотрудника. Если собеседник в эмоциональной экспрессии проявляет заметное облегчение и переходит к прямому обсуждению темы, почему бы не обсудить его предложение? Нужно только следить за тем, чтобы обсуждение не отклонялось от явно заданной темы.

## ***Пример 2***

### ***Информация источника***

Интернет-портал Онлайн Вологда: 25 апреля 2023, 15:37

### **Молодой вологжанин, желая провести вечер с девушкой лёгкого поведения, остался без денег**

19-летний житель Вологды обратился в полицию с заявлением о мошенничестве.

Молодой человек рассказал, что накануне ночью решил провести время с девушкой лёгкого поведения. Он нашёл в Интернете соответствующий сайт, выбрал понравившуюся девушку и написал СМС по указанному на сайте номеру. В ответном сообщении ему написали, что услуга будет стоить 2 тысячи рублей. Вологжанин перевёл деньги, но через полчаса ему пришло СМС, что для получения услуги следует ещё оплатить страховку в размере 7 500 рублей. Юноша вновь перевёл деньги. После этого ему написали, что он оплатил лишь часть страховки и нужно оплатить ещё две на общую сумму 15 тысяч рублей. Тогда

вологжанин решил отказаться от услуг девушки и попросил вернуть деньги, на что ему ответили, что девушка вернёт всю страховку в размере 22 500 рублей, когда приедет к нему. Однако молодой человек отказался и согласился оплатить лишь саму услугу.

«Через 20 минут ему позвонил неизвестный и представился менеджером салона интимных услуг. Звонивший сообщил, что из-за переводов в программе появилась ошибка и вернуть деньги они сейчас не могут, но если мужчина переведёт оставшуюся сумму, то ошибка снимется, и они смогут вернуть деньги. Потерпевший согласился, оформил кредит на 30 000 рублей, 21 500 рублей из которых перевёл на банковский счёт. После чего ему вновь позвонил якобы менеджер и сообщил, что ошибка не пропадает и нужны ещё деньги. Доверчивый вологжанин вновь перевёл 18 500 рублей», — сообщают в областном управлении МВД.

Однако вологжанину продолжили звонить и требовать ещё 25 тысяч рублей. После отказа ему позвонил якобы директор салона и начал угрожать физической расправой в отношении самого юноши и его семьи. Молодой человек испугался и обратился в полицию. Только в разговоре с полицейскими он понял, что стал жертвой мошенников.

По данному факту возбуждено уголовное дело.

***Конец информации источника.***

Данный пример был предложен студенткой при изучении курса. По описанию студентки, проблема психологической безопасности заключается в формулировке заголовка, который может быть воспринят неправильно. Рекомендации студентки — отредактировать заголовок статьи, чтобы в нём содержалась информация о мошенничестве.

Предложенный пример представляет интерес «от противного»: как ситуация, не относящаяся к области психологической безопасности. Убедимся в этом, проанализировав ситуацию по схеме.

### **1. Формулировка описания ситуации.**

Житель Вологды воспользовался сайтом, на котором предлагались «услуги» проституток. В результате дальнейшего взаимодействия с неустановленными на момент публикации сообщения лицами клиент сайта стал жертвой мошеннических действий.

### **2. Характеристика ситуации с точки зрения психологической безопасности.**

#### **2.1. Кто на кого оказывает воздействие?**

Связанные с сайтом, предлагающим «услуги» проституток, лица оказали воздействие на клиента сайта.

## **2.2. Какое именно воздействие происходит?**

В информации источника отсутствуют сведения, позволяющие конкретизировать оказанное на клиента психологическое воздействие. Вероятнее всего, воздействие оказывалось на когнитивную и эмоциональную сферы для снижения контроля поведения с дальнейшим переводом денег лицам, оказывающим воздействие.

## **2.3. Каковы возможные последствия воздействия?**

Конкретизировать психологические последствия воздействия по информации источника не представляется возможным. По информации источника, клиенту был причинён материальный ущерб.

## **3. Рекомендуемые действия.**

Не вступать во взаимодействие по собственной инициативе с лицами, совершающими заведомо противоправные деяния.

Вовлечение в занятие проституцией и организация занятия проституцией уголовно наказуемы согласно ст. 240 и ст. 241. УК РФ. Следовательно, молодой человек мог и должен был осознавать риск любого взаимодействия с лицами, связанными с сайтом, предлагающим «услуги» проституток. Судя по информации источника, вместо совершения административно наказуемых согласно ст. 6.11. и ст. 6.11. КоАП РФ занятия проституций и получения дохода от занятия проституцией, данные лица совершили в отношении молодого человека мошеннические действия, предусмотренные ст. 159. УК РФ.

Непредсказуемым для молодого человека, которого мы считаем вменяемым и дееспособным, пока иное не установлено юридически, могло быть только содержание совершённых в отношении него действий, но не их противоправный характер. Подчеркнём, что действия самого молодого человека не подпадают под санкции КоАП РФ и УК РФ.

Как мы видим, в примере 2 применялась та же схема воздействия, что в примере 1. Но вся ситуация в целом имела заведомо противоправный характер и возникла по инициативе того человека (не несущего за свою инициативу правовой ответственности), которому был причинён материальный ущерб. Поэтому ситуация из примера 2 не относится к области психологической безопасности. А личное мнение психолога по поводу сексуальных потребностей потерпевшего и описанной попытки их удовлетворения не входит в область научной психологии, равно как и собственные представления психолога о морали.

Мы рассмотрели примеры воздействий, целью которых является определённое поведение. Как правило, из информации о ситуации воздействия можно предположить вполне конкретное поведение, которое и является целью воздействующего. Даже в том случае, когда это поведение не обсуждается прямо.

Но встречаются и другие воздействия — без направленности на определённое поведение. Их тоже нужно уметь анализировать. Проанализируем примеры таких воздействий.

### **Пример 3**

**Информация источника — изображение (рис. 4).**

#### **1. Формулировка описания ситуации.**

В сети Интернет пользователь встречается изображение с надписью (надпись выполнена светлым шрифтом по чёрному фону), расположенной на светлом поле левой верхней четверти:

НИКТО НЕ ЦЕНИТ,  
ПОКА НЕ ПОТЕРЯЕТ.

Изображение выглядит как фотография.



Рисунок 4

Правую половину изображения занимает фигура девушки (возраст 15–20 лет), сидящей на парапете плоской кровли строения высотой около 15 метров. Девушка сидит в профиль к зрителю, свесив ноги вниз — наружу строения. Зрителю видна свободно лежащая на парапете левая рука девушки. Голова девушки наклонена к правому плечу и немного вниз. На грудь девушки по левому плечу спускается коса. Девушка одета в толстовку или лонгслив серого цвета с неразличимым в деталях цветным изображением спереди на тёмном фоне. Вырез горловины спереди не виден, слева проходит примерно по границе шеи. Фон начинается от плеч и заканчивается примерно на 10 сантиметров выше нижнего края толстовки. Толстовка закрывает верхнюю четверть передней поверхности бёдер сидящей девушки. На ногах девушки, вероятно, брюки не свободного покроя. Тёмный до черноты цвет брюк сливается с кедами. Кеды зрительно отделяются от фона грязноватой светлой подошвой, светлыми шнурками, декоративными элементами.

Внизу под ногами девушки пустая асфальтированная дорога.

Левая половина изображения — вид с высоты около 15 метров на незастроенное пространство протяжённостью менее 200 метров. Перспектива пространства левой половины изображения ограничена панельным пятиэтажным жилым домом. В пространстве расположены фонарные столбы, огороженная забором спортплощадка, деревья, какие-то строения высотой менее 10 метров. На деревьях зелёная листва, земля в пространстве левой половины изображения частично закрыта невысокой зелёной травой, зелёными кустами.

На горизонте изображения угадываются высокие деревья с зелёной листвой. Небо светлое, закрыто сплошным слоем облаков. Солнце или луна не видны. Судя по характеру освещения, на изображении пасмурный день, окончание утренних или начало вечерних сумерек.

Описанная девушка — единственный человек, отчётливо различаемый на изображении. При увеличении масштаба изображение пикселизируется.

## **2. Характеристика ситуации с точки зрения психологической безопасности.**

### **2.1. Кто на кого оказывает воздействие?**

Публикатор изображения оказывает воздействие на зрителя.

### **2.2. Какое именно воздействие происходит?**

Эмоциональное воздействие — изображение в целом, вероятнее всего, актуализирует переживание печали. Интенсивность переживания и его качество зависят от индивидуальных особенностей зрителя.



С одной стороны, девушка рискует упасть с высоты. Падение может оказаться случайным результатом даже одного неловкого движения. Девушка явно находится в одиночестве и, вероятно, печалится. Ни выражение лица девушки, ни изображённые предметы, ни цветовое решение рисунка не задают позитивных эмоций. С другой стороны, изображение статично, а предшествующие и последующие события лишь предполагаются зрителем. Можно сказать, что на изображении «ничего не происходит».

Эмоциональное воздействие синергетически дополняется когнитивным воздействием надписи. Смысл надписи<sup>2</sup> можно сформулировать так: «Чтобы люди, оценка которых тебя интересует, оценили тебя позитивно, тебе нужно уйти из их жизни». Равно возможна и другая интерпретация смысла: «Чтобы оценить жизнь, нужно отказаться от неё».

В соответствии с возрастнo-психологическими особенностями изображённой девушки, «уйти из их жизни» означает практически то же самое, что «прервать собственную жизнь». Иными словами, изображение подразумевает суицид и оправдывает его, смягчая негативную эмоциональную окраску. Идентификация зрителя с печальной девушкой на изображении и смысл надписи как бы подсказывают зрителю, как надо поступать, когда тебя не оценили.

Поведенческие аспекты воздействия неочевидны.

### **2.3. Каковы возможные последствия воздействия?**

Эмоциональные — смягчение негативного отношения к суициду.

Когнитивные — оправдание суицида.

### **3. Рекомендуемые действия.**

Во-первых, для защиты от оказываемого эмоционального и когнитивного воздействия такого плана рекомендуется анализ ситуации и явная формулировка её смысла. Воздействие оказывается исподволь, неявно, «на подпороговом уровне». Так оказывается значительная часть эмоциональных и когнитивных воздействий, которые не ведут к немедленной поведенческой реализации. Мы уже отмечали, что даже подготовленный психологически человек часто замечает лишь некоторую трудновербализуемую «странность» в ситуации или в своих

---

<sup>2</sup> В ситуации комплексной судебной экспертизы информационного продукта для обозначения смысла надписи используются другие термины. И смысл может определяться только совместно с экспертом-лингвистом. Но в контексте психологической безопасности, на наш взгляд, вполне допустимо только психологическое определение смысла.

эмоциональных переживаниях. И не стоит игнорировать эти смутные впечатления.

Осознание воздействия и явная формулировка его содержания обычно дают достаточный для нейтрализации воздействия эффект.

Во-вторых, для защиты от воздействия может быть полезно мысленно возразить, поспорить с публикатором. Мысленное возражение способствует осознанию. А осознание характера воздействия обычно способствует появлению возражений.

Очевидно, что агрессивные поведенческие проявления недопустимы. Но мысленная агрессия и реальная агрессия — далеко не одно и то же. Анализируемое изображение индуцирует подавленное состояние, поэтому умеренно агрессивные возражения вполне допустимы. Гнев — стеничная эмоция, позволяющая преодолеть воздействие изображения. Например: «Лучше автора потерять!.. Мы это оценим». Другой возможный вариант — доведение до абсурда, например: «Ага. Давайте все потеряемся. И картинок таких не будет». Важна не вербальная формулировка, а эмоциональная окраска возражений.

Заметим, что мысленные возражения публикатору вовсе не обязательно должны быть агрессивны. Возможных возражений много, задача максимально полного их описания и сравнения сложна. Одному и тому же человеку в разных обстоятельствах стоит по-разному возражать публикатору анализируемого изображения. Мы рассмотрели именно гнев, который, образно говоря, «имеет плохую репутацию». Особенно среди психологов. Поэтому психологам стоит помнить, что даже гнев в некоторых ситуациях вполне уместен. Как и другие эмоции. Эмоциональная динамика — наиболее естественный ответ на воздействие анализируемого изображения.

#### ***Пример 4***

***Источник*** RuNews Новости онлайн 15:35. 19.05.2023

***Информация источника***

#### **В Новокузнецке мигрант откусил кусок уха и носа заступившимся за школьника прохожим**

По словам очевидцев, изначально мужчина ударил в лицо 14-летнего мальчика, тот упал и больше не поднимался.

В Новокузнецке накануне на местном рынке произошел неприятный инцидент. Об этом сообщает Telegram-канал SHOT. Там местные жители попытались заступиться за подростка, которого избивал мигрант.

Два парня попытались узнать у нападавшего, что произошло, но тот набросился на них и откусил кусок уха. Позже к драке присоединились ещё трое мигрантов, и второй «помощник» таким же образом лишился части носа.

Сейчас произошедшим заинтересовались правоохранные органы.

### ***Конец информации источника.***

Информация была предложена студенткой в ходе изучения курса. Сложность интерпретации ситуации заключается в многоплановости её описания. На материале короткого сообщения можно построить как минимум два описания заметно отличающихся ситуаций, которые лишь частично пересекаются. Попробуем убедиться в этом.

## **Вариант 1**

### **1. Формулировка описания ситуации.**

На рынке взрослый мигрант ударил 14-летнего мальчика. Двое посетителей вмешались в конфликт. К мигранту присоединились трое других мигрантов. Вмешавшиеся в конфликт посетители получили травмы.

### **2. Характеристика ситуации с точки зрения психологической безопасности.**

#### **2.1. Кто на кого оказывает воздействие?**

Непосредственно воспринятая посетителями ситуация оказала воздействие на психику посетителей.

#### **2.2. Какое именно воздействие происходит?**

Эмоциональное воздействие по механизму заражения. Заражение гневом взрослого мигранта нарушило регуляцию поведения посетителей и произошла эскалация конфликта.

Первоначально мальчик со взрослым конфликтовали «один на один», конфликт прогнозируемо завершился поражением мальчика. Затем двое посетителей вступили в конфликт со взрослым мигрантом — «двое на одного», на защиту мигранта встали трое других — «четверо на двоих». Посетители получили травмы. Дальнейшей эскалации, судя по тексту, не произошло. Детальная информация о том, как именно завершился

конфликт, представляет очевидный практический интерес, но она отсутствует в сообщении.

### **2.3. Каковы возможные последствия воздействия?**

Нарушенная регуляция поведения посетителей привела к эскалации конфликта, в которой посетители получили травмы.

### **3. Рекомендуемые действия.**

Наиболее очевидна эмоциональная рекомендация — избегать эмоционального заражения при восприятии чужой агрессии, оценивать ситуацию «холодной головой». Но эту рекомендацию трудно выполнить даже при определённой психологической подготовке. Самостоятельный выход из эмоционального заражения, которое происходит очень быстро, также непрост.

Когнитивная рекомендация — прогнозировать поведение воспринимаемых людей, соизмеряя свои слова и действия не только с собственным пониманием ситуации, а ещё и с пониманием ситуации другими. Судя по тексту, ситуация конфликта первоначально не имела заведомо противоправного характера и потенциально могла быть разрешена без правовых последствий и с минимальным физическим ущербом для участников.

Поведенческая рекомендация — воздерживаться от импульсивных поступков, учитывать ограничения собственных возможностей повлиять на ситуацию, в том числе физически. Целесообразно вовлечение в ситуацию компетентных лиц — охраны рынка, полиции. Друзья, знакомые, близкие конфликтующих сторон, в зависимости от многих обстоятельств, могут сыграть как позитивную, так и негативную роль.

Коммуникативная рекомендация — обсуждать не поведение в целом (пострадавшие «попытались узнать у нападавшего, что произошло»), а отдельные действия (например, «стой, не бей лежащего»). Но действенность коммуникативной рекомендации зависит от точности реплик и от эмоционального состояния произносящего их человека. Коммуникация должна быть столь же динамичной, как действия участников конфликта. Можно попытаться обсудить намерения и чувства («кости поломаешь», «за что так?»), только делать это нужно с большой осторожностью. В целом, вербальное обсуждение намерений и чувств далеко не всегда снижает интенсивность физической агрессии, но такой вариант вполне вероятен. Нередко удаётся отвлечь нападающего от физической агрессии, переключив его на обсуждение ситуации, поскольку физическая агрессия в ситуации конфликта крайне редко является самоцелью. Но вступить в контакт и удержать контакт

с человеком в состоянии острого гнева — сложная задача даже для подготовленных профессионалов. Слишком много тонкостей имеют решающее значение в каждом конкретном случае.

Как видим, когнитивная, поведенческая, коммуникативная рекомендации тесно взаимосвязаны. Их реализация возможна лишь при избегании эмоционального заражения или после выхода из заражения.

Наиболее безопасной рекомендацией является максимально быстрое включение в ситуацию компетентных лиц — охрана рынка, полиция. Судя по тексту новости, их включение могло произойти уже после конфликта («сейчас произошедшим заинтересовались правоохранительные органы», а не «правоохранительные органы / охрана рынка прекратили драку»). Заметим, что вызвать полицию, участвуя в конфликте, невозможно. Поэтому обращение в полицию само по себе способствует психологическому дистанцированию от ситуации.

## **Вариант 2**

### **1. Формулировка описания ситуации.**

На новостном интернет-ресурсе опубликована текстовая информация о том, что на рынке мигрант напал на 14-летнего мальчика, а потом, вместе с другими мигрантами, нанёс травмы двум посетителям, заступившимся за мальчика.

### **2. Характеристика ситуации с точки зрения психологической безопасности.**

#### **2.1. Кто на кого оказывает воздействие?**

Публикатор текста оказывает воздействие на читателей.

#### **2.2. Какое именно воздействие происходит?**

Эмоциональное воздействие производит описание в тексте нанесения необычных травм «откусил кусок уха», «таким же образом лишился части носа». Травмы наносились в ходе конфликта, упоминаемого, но не описываемого полностью. Значимость описываемого конфликта для читателя повышается тем, что один из пострадавших — 14-летний ребёнок. В зависимости от индивидуально-психологических особенностей и опыта читателя могут динамически актуализироваться в любых сочетаниях, печаль, гнев, отвращение, удивление, интерес, презрение, стыд, вина.

Эмоциональное воздействие синергетически дополняется когнитивным. Описание необычных травм маскирует неполноту предоставляемой читателю информации. В тексте совсем не описаны ни начало открытого конфликта, который привёл к физической агрессии, ни его завершение.

Не описаны существенные для понимания ситуации характеристики участников конфликта. И даже в описании физической агрессии акцентированы лишь необычные травмы. Такое описание сформирует искажённые представления об описываемых событиях, если читатель не вполне осознанно привнесёт недостающую и необходимую для понимания текста информацию из собственных представлений. Без привнесения читатель будет вынужден отказаться от попыток понять сообщение из-за неполноты. Но эмоциональное воздействие текста достаточно сильно, чтобы читатель не отказывался.

Поведенческие аспекты воздействия текста неочевидны.

### **2.3. Каковы возможные последствия воздействия?**

Формирование негативной социальной установки по отношению к обобщённо обозначенной как «мигранты» группе людей.

Формирование искажённых представлений о возникновении, развитии, завершении конфликтов и характере проявлений агрессии в ходе конфликтов.

Искажение социальных представлений о структуре общества, поскольку этнокультурный и гражданский состав лиц, обобщённо называемых в тексте «мигранты», весьма разнообразен и неоднороден.

### **3. Рекомендуемые действия.**

Если эмоциональное воздействие не сработало, когнитивные рекомендации достаточно очевидны: проверить полноту информации о развитии ситуации, полноту информации об участниках событий, полноту информации о месте событий.

Установив неполноту всех трёх аспектов информации, исключить сообщение из внимания либо самостоятельно добрать необходимую для понимания сообщения информацию из других источников. Вариант самостоятельного сбора информации, вероятно, потребует существенных временных и психологических ресурсов. Оценить целесообразность такого использования собственных ресурсов читатель может самостоятельно.

Но высока вероятность, что эмоциональное воздействие сработает. Тогда когнитивные рекомендации окажутся бесполезны. В таком случае нужна профилактика — постоянная тренировка навыка отслеживания своего эмоционального состояния и эмоциональной саморегуляции. Ключевой признак, на который можно ориентироваться в анализируемой ситуации, — эмоциональная реакция на сообщение. Восприятие новостного сообщения не должно сопровождаться заметными эмоциями, в отличие от непосредственного восприятия реальной ситуации.

Появление заметных эмоциональных реакций при восприятии новостного сообщения — индикатор оказываемого сообщением воздействия.

Поведенческая рекомендация реализуема относительно легко, по сравнению с когнитивной и эмоциональной. Сообщение, которое показалось важным, которое вызвало эмоциональный отклик, можно обсудить с авторитетным человеком. Авторитет важен тем, что точка зрения человека не будет проинигорирована читателем. Есть вероятность, что авторитетный человек тоже воспримет воздействие, оказываемое текстом. Тогда воздействие сообщения только усилится. Во избежание этого можно запрашивать критику сообщения, что стимулирует рефлекссию.

## Заключение

Подведём итог. Мы начали со сложности определения понятия «психологическая безопасность». Эта сложность, которую разные учёные отмечают на протяжении более десяти лет, закономерна и неустранима.

Во-первых, социальная эволюция человечества продолжается. Поэтому жизненный мир людей не может становиться проще. Хорошо документированная история медицины убедительно это показывает. Человечество научилось бороться с эпидемиями давным-давно, задолго до открытия возбудителей инфекционных болезней. Однако эпидемии продолжаются. Яркий пример — глобальная пандемия COVID-19.

Во-вторых, в медицине отсутствует общепринятое понимание здоровья и болезни. Отсутствие такого понимания не мешает современным медикам достаточно успешно диагностировать конкретные заболевания у конкретных людей и оказывать весьма эффективную помощь. Да, к сожалению, медицинская помощь не всегда успешна в той мере, в которой нам этого хотелось бы. Но никто не спорит с тем, что медицинская помощь лучше отсутствия помощи. Аналогичная ситуация складывается и в психологической практике. Психика — самое сложное явление, известное человечеству. Неудивительно, что сложность решаемых задач с развитием психологической практики растёт опережающими темпами.

Поэтому мы не ставили задачу поиска универсального решения всего многообразия проблем психологической безопасности. Цель настоящего пособия лишь в том, чтобы обозначить отправную точку — схему анализа различных ситуаций на предмет психологической безопасности. Работоспособность предлагаемой схемы показана на разных примерах. Предложенные варианты реализации схемы не следует рассматривать как эталонные образцы. Познание бесконечно. Ни один из примеров анализа не закончен, каждый можно доработать. И мы надеемся, что это будет сделано. Главное — возможность начать анализ ситуаций с точки зрения психологической безопасности. По мере накопления опыта практика психологической безопасности будет совершенствоваться.

Желаем успехов!



## Литература

1. Караяни, А. Г. Информационно-психологическое воздействие в контексте парадигмы стратегических коммуникаций / А. Г. Караяни, Ю. М. Караяни // Национальный психологический журнал. — 2021. — № 1(41). — С. 3–14.
2. Лепский, В. Е. Информационно-психологическая безопасность субъектов дипломатической деятельности / В. Е. Лепский // Дипломатический ежегодник — 2002. — С. 233–248.
3. Проблемы психологической безопасности личности в экстремальных условиях жизнедеятельности / А. В. Литвинова, А. В. Котенева, А. В. Кокурин, В. С. Иванов // Современная зарубежная психология. — 2021. — Т. 10, № 1. — С. 8–16.
4. Росс, Л. Человек и ситуация. Перспективы социальной психологии / Л. Росс, Р. Нисбетт. — Москва : Аспект Пресс, 1999. — 429 с.
5. Смирнов, А. В. Смысл и вариативность разума / А. В. Смирнов // Философский журнал. — 2023. — Т. 16, № 2. — С. 5–17.
6. Смирнов, А. В. Процессуальная логика / А. В. Смирнов, В. К. Солондаев. — Москва : Садра, 2019. — 160 с.
7. Эксакусто, Т. В. Психологическая безопасность в проблемном поле психологии / Т. В. Эксакусто, Н. А. Лызь // Сибирский психологический журнал. — 2010. — № 37. — С. 86–91.

## Оглавление

Понятие безопасности.....	3
Психологическое понимание ситуации .....	5
Схема анализа ситуаций .....	8
Пример 1 .....	11
Пример 2 .....	20
Пример 3 .....	23
Пример 4 .....	26
Заключение.....	32
Литература.....	33

Учебное издание

# **Психологическая безопасность**

Учебно-методическое пособие

Составитель

**Солондаев Владимир Константинович**

Редактор, корректор М. Э. Левакова

Верстка М. Э. Леваковой

Подписано в печать 30.10.2023. Формат 60×84 1/16.

Усл. печ. л. 2,09. Уч.-изд. л. 1,5.

Тираж 2 экз. Заказ

Оригинал-макет подготовлен

в редакционно-издательском отделе ЯрГУ.

Ярославский государственный университет им. П. Г. Демидова.

150003, Ярославль, ул. Советская, 14.

