

DOI: 10.12731/2658-4034-2022-13-1-154-176

УДК 37.015.3

РАЗРАБОТКА ТРЕНИНГА ПО ФОРМИРОВАНИЮ ИНФОРМАЦИОННО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ ВУЗА

А.-Л.С. Меерсон

***Введение.** Статья посвящена разработке программы тренинга по формированию информационно-психологической устойчивости личности студентов вуза. Трансформационные процессы, происходящие в обществе способствовали стремительному информационно-коммуникационному развитию, которое имеет свои положительные и негативные стороны для развития личности. Сегодня уже четко прослеживается негативное влияние, которое оказывают интернет-технологии на человека, снижая его адаптационные возможности, деструктивно снижая уровень благополучия и отражаясь на психоэмоциональном состоянии. Это способствует поиску путей формирования информационно-психологической устойчивости личности.*

***Материалы и методы.** В ходе написания статьи использовался теоретический анализ отечественных и зарубежных научных источников, изучение научных статей и публикаций по теме; методологическая разработка и обоснование программы тренинга.*

***Результаты исследования.** Систематизированы подходы к пониманию понятия информационной безопасной среды и устойчивости личности к негативному информационному воздействию. Расширены представления о психологической устойчивости, а также обосновано понятие информационно-психологической устойчивости. Выделены факторы, которые детерминируют психологическую устойчивость и структурные элементы, обеспечивающие эффективность психологической устойчивости. На основе теоретического анализа и проведенного ранее исследования разработана*

программа тренинга формирования информационно-психологической устойчивости студентов Вуза, которая обеспечит достаточный уровень сформированности социокультурной идентичности, безопасного информационного поведения, способствует саморегуляции и самоконтролю; усвоению норм поведения в обществе.

Обсуждение и заключение. Информационно-психологическая устойчивость акцентирует внимание на личностных аспектах восприятия информации, поступающей из внешней среды, в частности Интернет-среды и позволяет человеку рационально реагировать на социальные риски. В ходе методологического анализа определено, что оптимальную информационно-психологическую устойчивость возможно сформировать посредством развития социокультурной идентичности, самомотивации, просоциального поведения, критичности мышления, самоидентификации и положительного самоотношения, толерантности в отношении к окружающим.

Ключевые слова: психологическая устойчивость; информационный риск; безопасная информационная среда; просоциальное поведение; социокультурная идентичность; толерантность

DEVELOPMENT OF A TRAINING FOR THE FORMATION OF INFORMATION- PSYCHOLOGICAL STABILITY OF THE PERSONALITY OF UNIVERSITY STUDENTS

A.-L.S. Meerson

Introduction. *The article is devoted to the development of a training program for the formation of information-psychological stability of the personality of university students. Transformational processes taking place in society contributed to the rapid information and communication development, which has its positive and negative sides for the development of the individual. Today, the negative impact that Internet technologies have on a person is already clearly visible, reducing his adaptive capabilities, destructively reducing the level of well-being and affecting the psychoemotional state. This contributes to the search for*

ways to form informational and psychological stability of the individual. *Materials and methods.* In the course of writing the article, a theoretical analysis of domestic and foreign scientific sources was used, the study of scientific articles and publications on the topic; methodological development and justification of the training program.

Research results. Approaches to understanding the concept of an informational secure environment and a person's resistance to negative informational impact have been systematized. The concept of psychological stability has been expanded, and the concept of information and psychological stability has been substantiated. The factors that determine psychological stability and structural elements that ensure the effectiveness of psychological stability are highlighted. On the basis of theoretical analysis and previously conducted research, a training program for the formation of information-psychological stability of university students has been developed, which will provide a sufficient level of formation of socio-cultural identity, safe information behavior, promote self-regulation and self-control; assimilation of norms of behavior in society.

Discussion and conclusion. Information and psychological stability focuses on the personal aspects of the perception of information coming from the external environment, in particular the Internet environment, and allows a person to rationally respond to social risks. In the course of the methodological analysis, it was determined that the optimal information-psychological stability can be formed through the development of socio-cultural identity, self-motivation, pro-social behavior, critical thinking, self-identification and positive self-attitude, tolerance in attitudes towards others.

Keywords: psychological stability; information risk; secure information environment; prosocial behavior; sociocultural identity; tolerance

Введение

Стремительный научно-технический прогресс, который наблюдается в современном обществе в последние десятилетия сопровождается глобализационными и трансформационными процессами, которые по своей сути являются весьма кризисными для многих

индивидов. Чтобы соответствовать этим требованиям, современному человеку необходимо быть высоко мобильным, стрессоустойчивым, асертивным, тактичным и толерантным, иметь развитую мотивацию достижения и волевые способности, сформированную саморегуляцию и самоотношение. Все это можно объединить в одно понятие – психологическая устойчивость.

Психологическая устойчивость представляет собой личностный конструкт, который выражает способность выдерживать определенный уровень эмоционального напряжения и конструктивно реагировать в стрессовых ситуациях. Она обеспечивает достаточный уровень психоэмоционального благополучия человека, необходимого для гармоничного и полноценного развития. Психологическая устойчивость является важнейшим фактором, обеспечивающим не только успешность деятельности, социальных отношений и поведения, но и всеобщее жизненное благополучие личности и уровень ее здоровья. Она позволяет преодолевать сложные жизненные ситуации, поддерживать в гармонии с бытием свой внутренний мир.

Но, в силу информационной перегруженности современный человек не всегда может соответствовать должному уровню устойчивости и является восприимчивым к негативным влияниям динамично меняющейся информационной среды. В связи с этим, актуального значения приобретают вопросы информационной безопасности человека и пути их обеспечения. В доктрине информационной безопасности Российской Федерации, утвержденной Президентом РФ 5 декабря 2016 года [11], понятие «информационная безопасность» определяется как состояние защищенности личности от внешних информационных угроз, в ходе которого личности обеспечивается полная реализация всех прав и свобод. Поэтому, усилия государства должны быть направлены на формирование информационно-психологической устойчивости личности к деструктивному влиянию информационной среды и нивелированию социокультурных угроз.

В частности, сформированная психологическая устойчивость является достаточно важным качеством в период студенчества, когда происходит завершение этапа взросления личности и формируется

мировоззренческая позиция как члена социокультурного общества. Вступая в высшее образовательное учреждение, студенты сталкиваются с рядом проблем, которые сопровождаются сменой установок и стереотипов, развитием новых навыков и умений, приобретением новых способов саморегуляции поведения и типов конструктивного взаимодействия. Такие глобальные изменения в личности студента снижают порог его восприятия и фильтрации полученной информации. Вследствие этого, нарушается психологическая устойчивость личности студентов при восприятии ими информации, размещенной в Интернет-ресурсах, что влечет за собой негативные последствия социокультурных угроз цифровой трансформации общества.

Исходя из этого цель статьи заключается в разработке программы формирования информационно-психологической устойчивости студентов на основе выделения социокультурных угроз, влияющих на социокультурную идентичность и препятствующих формированию информационно-психологической устойчивости личности.

Обзор литературы

Ключевым элементов информационно-коммуникационных технологий является Интернет, который оказывает значительное влияние на преобразование социальной, культурной и организационной среды. Интернет-технологии во многом определяют степень вовлеченности индивида в виртуальный мир, но в то же время снижают его устойчивость к негативному влиянию различного рода информации.

По мнению С. Крайнюкова современное состояние общества и активное развитие новых интерактивных медиа-ресурсов стимулируют процесс глобализации. При этом, автор отмечает, что специфика взаимодействия человека с современными информационными технологиями и результатами их влияния не могут не отразиться на картине мира. Исходя из этого информационные технологии становятся «психотехнологиями», поскольку оказывают непосредственное влияние на психические процессы человека и его взаимоотношения с окружающими [10].

Н. Кочетков изучая психологическую характеристику интернет-пользователей, выделяет такие негативные тенденции: эмоциональ-

ная напряженность, склонность к агрессии и негативизму, барьеры в интимно-личностном общении, снижение саморегуляции и самоконтроля [9]. Информационная интернет-среда по мнению автора имеет определённые риски антисоциальной направленности, которые не отвечают ценностям общества и деструктивно влияют на личность.

А. Татарко выделяет такие критерии негативного влияния интернета: снижение самооценки, конфликт с окружающим миром (и внутриличностный конфликт), симптом отмены, снижение уровня толерантности, отсутствие контроля времени, проводимого в Сети; изменчивость настроения; включение в различные виды интернет-деятельности в ущерб реальной деятельности [14, с.31].

Г. Чусавитина отмечает, что «в системе высшего образования недостаточное внимание уделяется проблемам профилактики и коррекции деструктивных информационных воздействий на студенческую молодежь. Это негативно сказывается на развитии интеллектуальных способностей студентов, их профессиональной социализации, ведет к духовно-нравственной деградации» [15, с.1].

Исходя из этих исследований стоит подчеркнуть, что несмотря на количество полученной внешней информации в интернет-среде, человек не всегда может ее адекватно воспринимать, вследствие чего нарушается внутренний психоэмоциональный баланс, возникают социокультурные угрозы, нивелирование которых возможно при помощи формирования информационно-психологической устойчивости личности.

Теоретический анализ научных источников позволил определить, что в современной научной среде понятие «психологическая устойчивость личности» рассматривается как комплексное интегративное явление, которое включает в себя систему различных компонентов и структур. В зарубежной и отечественной психологии развиваются дифференциальные направления в исследованиях значения «психологической устойчивости», которые позволяют рассматривать ее через призму разных подходов и теорий.

В частности, I. Belasheva одним из факторов устойчивости личности определяет толерантность, которую делит на межличностную

и внутриличностную. К первой автор относит систему межличностных взаимоотношений индивида и социальных связей. Вторую составляют индивидуальные особенности организма человека, которые определяет его стрессоустойчивость [16].

Е.Г. Баранов определяет психологическую устойчивость как личностную характеристику человека, которая позволяет ему сохранять направленность, содержание и качество деятельности при воздействии помех. При этом автор выделяет три структурных компонента психологической устойчивости: морально-психологическая устойчивость, эмоционально-волевая устойчивость, информационно-психологическая устойчивость. В частности, под морально-психологической устойчивостью подразумевается наличие системы определенных убеждений и личностных смыслов; эмоционально-волевая устойчивость состоит в стабильности психических процессов; информационно-психологическая устойчивость позволяет противостоять внешнему информационному воздействию и сохранять свою идентичность [3].

Р. Агузумцян под психологической устойчивостью личности понимает «осознание психически здоровым человеком на уровне переживания как личностного смысла степени конгруэнтности идеальных, желаемых представлений о себе, о своем месте в жизни и реально существующего положения вещей в конкретной жизненной ситуации» [1, с.42]. По мнению автора, психологическая устойчивость снижает дезинтеграцию, способствует гармонизации психологического благополучия и высокой работоспособности.

Л. Пьянкова понимая под психологической устойчивостью базовое качество личности, которое характеризует ее целостность и выражает способность к саморегуляции, организации своей жизнедеятельности с целью обеспечения психологического благополучия и самореализации [12].

З. Гадаборшева под психологической устойчивостью подразумевает сформированную способность к саморегуляции и самоконтролю, гибкость поведения, умение оперативно реагировать на изменения внешней социальной среды. Это, по мнению автора, по-

зволит максимально эффективно взаимодействовать и достигать желаемых результатов. Обеспечение должного уровня психологической устойчивости «должно обеспечиваться одновременно способностью концентрироваться на решении актуальных задач в настоящем и наличием лично значимых целей в будущем» [5, с. 12].

А. Волчугова под психологической устойчивостью понимает качество личности, которое выражается в стойкости, уравновешенности, сопротивляемости негативному воздействию. Она обеспечивает стойкость к жизненным трудностям, неблагоприятному внешнему давлению, формирует способность сохранять здоровье и работоспособность в различных испытаниях [4].

Араkelов Г.Г., Аршинова В.В. и Жданова Г.Е. Вместе выделяют психосоциальную устойчивость личности, которая по их мнению позволяет человеку не только накапливать личный эффективный опыт взаимодействия со средой, но и также формировать способности, позволяющие передавать этот опыт другим людям [2].

О. Дарвиш пишет, что психологическая устойчивость – «это качество личности, отдельными аспектами которого являются стойкость, уравновешенность, сопротивляемость» [6, с. 11].

В. Wiebke подчеркивает, что в процессе формирования устойчивости личности, в том числе и психологической, наибольшую роль играет влияние генетических и средовых факторов, которые способствуют как стабильности, так и изменению личностных качеств. Из этого следует, что устойчивость как качество можно сформировать определенными средствами [20].

J. Wagner отмечает, что опыт социальной интеграции может способствовать повышению психологической устойчивости личности [21]. Di Fabio А. и М.А. Rosen отмечают, что психологическую устойчивость возможно сформировать если повысить уровень интереса, мотивации и самоэффективности личности [18].

Chen, M., Jeronen, E., & Wang, A. отмечают, что психологическая устойчивость может быть улучшена путем изменения поведения и образа жизни [17]. Авторами психологическая устойчивость рассматривается как с точки зрения социальной среды, так и с точки зрения

обеспечения субъективного благополучия личности. В то время как традиционное определение устойчивого развития фокусируется на сохранении природных ресурсов организма, то есть предотвращении их эксплуатации, истощения и необратимого изменения, более эффективное определение сосредоточено на стимулировании развития устойчивости, то есть разработке средств и методов формирования устойчивого поведения [17].

Вслед за ними Määttä и S. Uusiautti считают, что для обеспечения повышения психологической устойчивости личности студента необходимо в образовании больше внимания уделять благополучию учащихся, оптимизму, самоуважению, предупреждению их недомоганий, что в конечном итоге будет способствовать изменению ценностей и поведения и приведет к более устойчивому поведению [19].

Анализ научной литературы по проблеме устойчивости позволил выделить теоретические и практические базисы исследования и возможности психологического отображения процессов, стоящих в основе формирования психологической устойчивости студентов.

Среди показателей психологической устойчивости личности к социокультурным угрозам и негативному информационному воздействию выделено [7]:

- социокультурная идентичность, основанная на взглядах, убеждениях, установках, согласованных с моральными нормами и духовными ценностями;
- мотивация личности на самоактуализацию, достижение успеха, на открытость и приверженность социуму;
- психологическое и социальное благополучие и жизнестойкость;
- критичность мышления и способность к прогнозированию рисков и угроз;
- владение конструктивными копинг-стратегиями;
- адаптационный личностный потенциал, выраженный в овладении методами саморегуляции, обеспечивающими успешность адаптации к изменяющейся социокультурной среде.

Таким образом, исходя из анализа сущности психологической устойчивости можно охарактеризовать понятие информационно-психологической устойчивости как способность личности сохранять индивидуальную целостность, адаптивно реагировать на стремительные внешние изменения среды, готовность воспринимать и фильтровать поступающую информацию, быть готовым к внешним информационным воздействиям и рискам, проявлять мобильность.

Постановка задачи

Проведенный теоретический анализ изучаемой проблемы выявил необходимость реализации интеграционного субъект-средового подхода к формированию психологической устойчивости студента на этапе обучения в Вузе.

Во-первых, исследования демонстрируют что психологическая устойчивость является одним из главных факторов субъективного благополучия человека. Следовательно, формирование психологической устойчивости может иметь важное значение в таких областях, как поддержание здоровья и достижение успехов в жизнедеятельности.

Во-вторых, информационно-психологическая устойчивость – важное проявление личности, определяющее механизмы адаптивного или неадаптивного реагирования на внешнюю информационную среду и социальные угрозы с ней связанные. Из этого следует, что обеспечение формирования информационно-психологической устойчивости будет способствовать снижению негативного влияния социальных рисков информационной среды.

В-третьих, формирование информационно-психологической устойчивости и определение условий ее эффективного развития у студентов важно для оценки их личностного потенциала и перспектив самореализации.

В-четвертых, средства формирования психологической устойчивости студентов будут более эффективными, если будут основаны на точном учете всех составляющих признаков и будут учтены социокультурные угрозы, влияющие на социокультурную иден-

тичность и препятствующие формированию информационно-психологической устойчивости личности.

Таким образом, учитывая полученные результаты в ходе проведенного исследования [8] и выделенные показатели психологической устойчивости личности к социокультурным угрозам и негативному информационному воздействию разработано программу тренинга формирования информационно-психологической устойчивости студентов Вуза.

Выбор тренинга как основного метода формирования информационно-психологической устойчивости личности студентов Вуза обосновывается его широкими возможностями использования. В ходе тренинговой работы участники могут делиться опытом, эффективно взаимодействовать, приобретать новые навыки на основе усвоения новых стилей поведения. Также групповая работа в тренинге позволяет создать непринуждённую атмосферу, в которой каждый участник может раскрыться и проявить свои внутренние барьеры.

В ходе реализации программы ожидается получение следующих основных результатов: определение основных социальных рисков негативного влияния информационной среды на студентов Вуза; выделение путей решения проблемы и обоснование конкретных этапов развития информационно-психологической устойчивости; нивелирование негативных последствий влияния информационной среды на студентов; обеспечение сформированности их саморегуляции, уверенности и устойчивости оп отношению к внешней информационной среде и среде Интернет.

Описание исследования

Учитывая данные, полученные в предыдущем исследовании [8], в котором выделены три группы социокультурных угроз, влияющих на социокультурную идентичность и препятствующих формированию информационно-психологической устойчивости личности, разработано программу тренинга информационно-психологической устойчивости личности студентов вуза.

Цель программы заключается в формировании психологических конструктов, нивелирующих социокультурные угрозы, препятствующие формированию социокультурной идентичности, как основы информационно-психологической устойчивости личности.

Реализация поставленной цели предполагает выполнение следующих задач:

- формирование мотивации к оптимальному взаимодействию в социуме;
- формирование самоидентификации и толерантности;
- формирование направленности на просоциальность поведения;
- формирование навыка критичности мышления;
- закрепление приобретаемых навыков.

Формирование личностно психологических конструктов, нивелирующих упомянутые группы социокультурных угроз, негативно влияющих на социокультурную идентичность, что, в свою очередь, препятствует формированию информационно-психологической устойчивости, осуществляется в процессе реализации психолого-педагогического сопровождения студентов ВУЗов при соблюдении следующих условий:

- 1) Формирование представлений о необходимости оптимального и созидательного взаимодействия в социуме, как важном факторе, обуславливающем социальное благополучие.
- 2) Активация у студентов рефлексивного самоидентифицирующего поиска в контексте толерантного восприятия других, отличных от его, идентификационных характеристик
- 3) Овладение студентами знаний о принципах и методах работы с информацией, анализа источников, эмоциональной саморегуляции, распознавания и противодействия манипуляциям

С целью нивелирования выделенных рисков (когнитивно-коммуникационные риски; этнокультурные риски; асоциальные риски) целесообразно выделить конкретные личностные конструкты, которые возможно сформировать в приведенной программе тренинга (рис. 1).



Рис. 1. Психологические личностные конструкты, нивелирующие социальные риски

Каждый из предлагаемых конструктов должен формироваться поэтапно, стимулируя последующий, включая дополнительные этапы формирования мотивации к прохождению разрабатываемого курса и этапа закрепления полученных умений (рис. 2).

Разработанная программа тренинга включает несколько последовательных этапов.

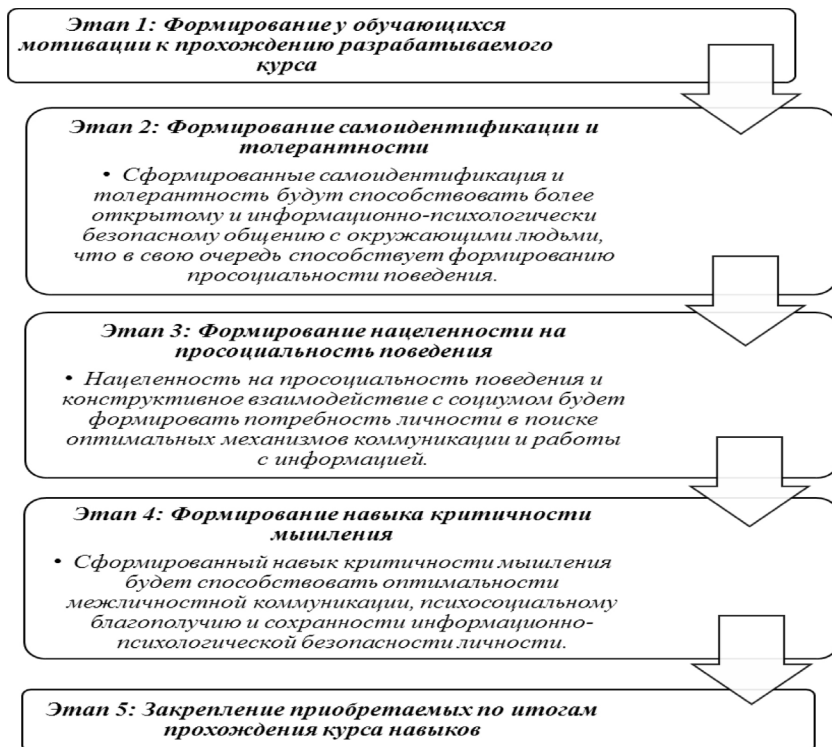


Рис. 2. Этапы формирования психологических конструктов информационно-психологической устойчивости студентов

Этап 1: Формирование мотивации у обучающихся к прохождению курса. Данный этап состоит из двух частей: теоретической и практической. Теоретическая часть этапа подразумевает лекционное занятие, цель которого в формировании понимания важности мирного и созидательного сосуществования членов общества, представлений о сущности социокультурных угроз и их деструктивного влияния на социокультурную идентичность, что в конечном счёте способно привести к дестабилизации общественной жизни, а также роль информационно-психологической безопасности личности, в нивелировании данных феноменов. Данный этап также включает ознакомление обучающихся с программой тренинга, его целями, задачами и планируе-

мыми результатами после прохождения. Практическая часть включает ряд интерактивных упражнений в формате дискуссии, посвященных анализу и обсуждению дихотомично выстроенных тезисов о социокультурных угрозах и способах борьбы с ними.

Этап 2: Формирование самоидентификации и толерантности.

Данный этап включает в себя два раздела: формирование самоидентификации и формирование толерантности. Раздел, посвященный формированию самоидентификации включает в себя исторический экскурс, анализ стереотипных представлений о истории. Практическая часть раздела подразумевает рефлексивный компонент, отражаемый в написании обучающимися эссе.

Формирование здоровых психологических границ подразумевает теоретический и практический аспект. В теоретическом аспекте данного подраздела затрагивается понимание психологических границ личности, их нарушений, а также признаки слабых или несформированных психологических границ (непонимание своих чувств, желаний, отсутствие сформированных жизненных целей и др.). Практический аспект раздела включает проведение мозгового штурма.

Этап 3: Формирование просоциального поведения. Теоретическая часть подразумевает лекционное занятие, посвященное важности поддержания оптимального взаимодействия субъектов внутри социума, соблюдения социальных норм, правил поведения и общественного порядка. Практическая часть этапа подразумевает рассмотрение и обсуждение способов просоциального поведения личности (благотворительность, волонтерство и т.п.), их специфики и пользы для общества.

Этап 4: Формирование навыка критичности мышления. В теоретической части данного этапа рассматривается важность психосоциального благополучия и влияние на неё деструктивной информации, в частности в контексте рисков виртуальной аутизации.

Практическая часть этапа затрагивает следующие темы и практические кейсы:

- Эмоции, их влияние на принятие решений и эмоциональная саморегуляция;
- Виды когнитивных искажений и противодействие им;

- Алгоритмы работы с информацией (критичность к воспринимаемой информации, выявление проблемных точек, анализ и подбор аргументации);
- Манипуляции, их виды и способы противодействия.

Этап 5: Закрепление приобретаемых по итогам прохождения курса навыков. Данный этап подразумевает обобщенную практическую составляющую всего курса и предполагает решение обучающимися цикла кейс-задач (рис. 3).



Рис. 3. Задачи завершающего этапа тренинга

Решение данного цикла кейс-задач будет фиксироваться обучающимися в свободной отчетной форме, с целью последующего анализа и обсуждения, с описанием рефлексии полученного опыта.

Психолого-педагогическая модель формирования информационно-психологической устойчивости реализуется в следующих направлениях: диагностическом, формирующем и закрепляющем.

Задачи диагностического направления:

- диагностировать субъективные ощущения благополучия;
- определить этническую самоидентификацию и культурное, этническое и региональную самоотождествление;

- диагностировать уровень развитости толерантности;
- оценить уровень сформированности социокультурных потребностей, выражаемых в уважении к традициям, правилам поведения и общественного порядка той общности, с которой личность себя идентифицирует;
- оценить медиаграмотность и критичность мышления в отношении информации, размещенной в Интернет-ресурсах;
- диагностировать возможные нарушения коммуникативного диалога, проблемы самоидентификации, низкую продуктивность и эффективность социальных контактов, обусловленных чрезмерным использованием социальных сетей (виртуальная аутизация).

Задачи формирующего направления:

- сформировать навыки эмоциональной саморегуляции;
- сформировать умения работать с информацией;
- обеспечить развитие рефлексии, осознанности и самоидентификации себя с социальной, культурной и этно-территориальной общностью и её традициями;
- обозначить ценностные ориентации и социокультурные потребности, выражаемые в уважении к традициям, правилам поведения и общественному порядку;
- сформировать потребность к отождествлению себя с общностью, с принятием её традиций, правил и норм поведения

Задачи закрепляющего направления:

- Закрепить навыки критичности к воспринимаемой информации, выявления проблемных точек, работы с аргументацией, умения распознавать и не поддаваться на манипуляции, избегания когнитивных искажений;
- актуализировать благополучное эмоциональное состояние и психическое равновесие.

Учитывая три плоскости ожидаемых изменений (когнитивную, эмоциональную, поведенческую) конкретными задачами программы являются:

Познавательная сфера (когнитивный аспект)

- каждый участник тренинга должен осознать: особенности своего поведения и эмоционального реагирования; особен-

ности взаимодействия с информационной средой; условия и особенности формирования системы отношений.

Эмоциональная сфера – каждый участник тренинга должен: научиться контролировать проявления негативных эмоциональных состояний и переживаний; научиться более точно понимать и вербализировать свои переживания; модифицировать способ переживаний, эмоционального реагирования, восприятия самого себя и своих отношений с окружающими.

Поведенческая сфера – каждый участник тренинга должен: овладеть навыками саморегуляции и самоконтроля; развить формы поведения, связанные с ответственностью, сотрудничеством, взаимопомощью; закрепить новые формы поведения, в частности те, которые будут способствовать адекватной адаптации и функционированию в условиях внешней среды.

Таким образом, разработанная программа тренинга является эффективным средством формирования информационно-психологической устойчивости студентов и будет способствовать снижению негативного проявления социальных угроз. Сформированная информационно-психологическая устойчивость будет способствовать оптимальной адаптации студентов, их готовности к рациональному реагированию на современные информационные угрозы.

Выводы

Психологическая устойчивость личности является феноменом, который обеспечивает личности адаптивность к динамичным изменениям общества, стабильное благополучие и гармоничное развитие. Информационно-психологическая устойчивость акцентирует внимание на личностных аспектах восприятия информации, поступающей из внешней среды, в частности Интернет-среды и позволяет человеку рационально реагировать на социальные риски.

Формирование информационно-психологической устойчивости предполагает достаточный уровень сформированности социокультурной идентичности, безопасного информационного поведения, актуализацию знаний о себе как личности, о своих психологических

возможностях и механизмах саморегуляции; усвоение моральных, нравственных, традиционных норм общества.

Разработанная программа тренинга является оптимальной для формирования информационно-психологической устойчивости и может быть внедрена в систему учебного процесса Вуза с целью снижения негативных информационных рисков и обеспечения адаптивного поведения студентов. Формирование психологических конструктов информационно-психологической устойчивости студентов будет способствовать развитию их мотивации, самоидентификации и толерантности, просоциального поведения, критичности мышления, что позволит минимизировать негативное влияние информационной среды.

Список литературы

1. Агузумцян Р.В., Мурадян Е.Б. Психологические аспекты безопасности личности (окончание) // Вестник практической психологии образования. 2009. Т. 6, № 2. С. 40–44.
2. Аракелов Г.Г., Аршинова В.В., Жданова Г.Е. Стресс-факторы, влияющие на формирование психосоциальной устойчивости личности в период студенчества // Психологическая наука и образование. 2008. Т. 13, № 2. С. 52–60.
3. Баранов Е.Г. Информационно-психологическая устойчивость личности: сущность и психологическое содержание // Теоретическая и экспериментальная психология. 2017. №1. С. 58-64.
4. Волчугова А.Ю., Гармышева А.А., Никулина Т.И. Психологическая устойчивость личности студента первокурсника // Материалы X Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум». 2018. №6. С. 26-33.
5. Гадаборшева З.И. Показатели психологической устойчивости личности студента в образовательной среде вуза // Вестник университета. 2014. №8. С. 234-236.
6. Дарвиш О. Б. Формирование психологической устойчивости будущих социальных педагогов в процессе обучения в вузе // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2015. № S19. С. 11–15.
7. Кисляков П.А., Меерсон А.-Л.С., Егорова П.А. Показатели психологической устойчивости личности к социокультурным угрозам и

- негативному информационному воздействию // Вестник Мининского университета. 2020. Т. 8, №2. С. 11.
8. Кисляков П.А., Меерсон А.С., Шмелева Е.А., Александрович М.О. Устойчивость личности к социокультурным угрозам в условиях цифровой трансформации общества // Образование и наука. 2021. №23(9). С. 142-168. <https://doi.org/10.17853/1994-5639-2021-9-142-168>
 9. Кочетков Н.В. Интернет-зависимость и зависимость от компьютерных игр в трудах отечественных психологов // Социальная психология и общество. 2020. Т. 11, № 1. С. 27–54. <https://doi.org/10.17759/sps.2020110103>
 10. Крайнюков С.В. Влияние современных информационных технологий на картину мира человека // Социальная психология и общество. 2019. Т. 10, № 4. С. 23-41. <https://doi.org/10.17759/sps.2019100403>
 11. О стратегии государственной национальной политики Российской Федерации на период до 2025 года: Указ Президента Российской Федерации от 19 февраля 2012 г. № 1666 // Собрание законодательства РФ. 24.12.2012. № 52. Ст. 7477.
 12. Пьянкова Л. А. Психологическая устойчивость личности как основа профессионального самоопределения молодежи в современных социально-экономических условиях // Международный научно-исследовательский журнал. 2020. №11(101). Часть 2. С. 103-109. <https://doi.org/10.23670/IRJ.2020.101.11.051>
 13. Столяренко А.М., Сердюк Н.В., Вахнина В.В., Боева О.М., Грищенко Л.Л. Психологические аспекты деструктивного информационно-психологического воздействия // Психология и право. 2019. Т. 9, № 4. С. 75–89. <https://doi.org/10.17759/psylaw.2019090406>
 14. Татарко А.Н., Миронова А.А., Макласова Е.В. Индивидуальные ценности и активность использования интернета: сопоставление России и Европейских стран // Социальная психология и общество. 2019. Т. 10, № 4. С. 77-95. <https://doi.org/10.17759/sps.2019100406>
 15. Чусавитина Г.Н., Давлеткиреева Л.З., Новикова Т.Б. Анализ современного состояния исследований проблемы формирования у студентов университета устойчивости к технологиям негативного информационно-психологического воздействия в сети интернет //

- Современные наукоемкие технологии. 2016. № 11-2. С. 397-400. <https://top-technologies.ru/ru/article/view?id=36423>
16. Belasheva I.V., Petrova N.F. Psychological stability of a personality and capability of tolerant interaction as diverse manifestations of tolerance // International Journal of Environmental & Science Education. 2016, Vol. 11, No. 10. P. 3367-3384.
 17. Chen M., Jeronen E., Wang A. Toward Environmental Sustainability, Health, and Equity: How the Psychological Characteristics of College Students Are Reflected in Understanding Sustainable Development Goals // International journal of environmental research and public health. 2021. Vol. 18(15), 8217. <https://doi.org/10.3390/ijerph18158217>
 18. Di Fabio A., Rosen M.A. An Exploratory Study of a New Psychological Instrument for Evaluating Sustainability: The Sustainable Development Goals Psychological Inventory // Sustainability. 2020. № 12(18), 7617. <https://doi.org/10.3390/su12187617>
 19. Määttä K., Uusiautti, Satu. Educational Psychological Perspectives on Sustainability Education // Sustainability. 2020. Vol. 12. 398. <https://doi.org/10.3390/su12010398>
 20. Wiebke B., Hopwood C., Back M., Denissen J. Personality trait stability and change // Personality Science. 2021. Vol. 2. <https://doi.org/10.5964/ps.6009>
 21. Wagner J, Orth U, Bleidorn W, Hopwood CJ, Kandler C. Toward an Integrative Model of Sources of Personality Stability and Change // Current Directions in Psychological Science. 2020. Vol. 29(5). P. 438-444. <https://doi.org/10.1177/0963721420924751>

References

1. Aguzumtsyan R.V., Muradyan E.B. *Vestnik prakticheskoy psikhologii obrazovaniya*, 2009, vol. 6, no. 2, pp. 40–44.
2. Arakelov G.G., Arshinova V.V., Zhdanova G.E. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie*, 2008, vol. 13, no. 2, pp. 52–60.
3. Baranov E.G. *Teoreticheskaya i eksperimental'naya psikhologiya*, 2017, no. 1, pp. 58-64.
4. Volchugova A.Yu., Garmysheva A.A., Nikulina T.I. *Materialy X Mezhdunarodnoy studencheskoy nauchnoy konferentsii «Studencheskiy*

- nauchnyy forum*» [Proceedings of the X International Student Scientific Conference “Student Scientific Forum”], 2018, no. 6, pp. 26-33.
5. Gadaborsheva Z.I. *Vestnik universiteta*, 2014, no. 8, pp. 234-236.
 6. Darvish O. B. *Kontsept*, 2015, no. S19, pp. 11–15.
 7. Kislyakov P.A., Meerson A.-L.S., Egorova P.A. *Vestnik Mininskogo universiteta*, 2020, vol. 8, no. 2, p. 11.
 8. Kislyakov P.A., Meerson A.S., Shmeleva E.A., Aleksandrovich M.O. *Obrazovanie i nauka*, 2021, no. 23(9), pp. 142-168. <https://doi.org/10.17853/1994-5639-2021-9-142-168>
 9. Kochetkov N.V. *Sotsial'naya psikhologiya i obshchestvo*, 2020, vol. 11, no. 1, pp. 27–54. <https://doi.org/10.17759/sps.2020110103>
 10. Kraynyukov S.V. *Sotsial'naya psikhologiya i obshchestvo*, 2019, vol. 10, no. 4, pp. 23-41. <https://doi.org/10.17759/sps.2019100403>
 11. On the strategy of the state national policy of the Russian Federation for the period up to 2025: Decree of the President of the Russian Federation of February 19, 2012 No. 1666 // Collected Legislation of the Russian Federation. 12/24/2012. No. 52. Art. 7477.
 12. P'yankova L. A. *Mezhdunarodnyy nauchno-issledovatel'skiy zhurnal*, 2020, no. 11(101), part 2, pp. 103-109. <https://doi.org/10.23670/IRJ.2020.101.11.051>
 13. Stolyarenko A.M., Serdyuk N.V., Vakhnina V.V., Boeva O.M., Grishchenko L.L. *Psikhologiya i pravo*, 2019, vol. 9, no. 4, pp. 75–89. <https://doi.org/10.17759/psylaw.2019090406>
 14. Tatarko A.N., Mironova A.A., Maklasova E.V. *Sotsial'naya psikhologiya i obshchestvo*, 2019, vol. 10, no. 4, pp. 77-95. <https://doi.org/10.17759/sps.2019100406>
 15. Chusavitina G.N., Davletkireeva L.Z., Novikova T.B. *Sovremennye naukoemkie tekhnologii*, 2016, no. 11-2, pp. 397-400. <https://top-technologies.ru/ru/article/view?id=36423>
 16. Belasheva I.V., Petrova N.F. Psychological stability of a personality and capability of tolerant interaction as diverse manifestations of tolerance. *International Journal of Environmental & Science Education*, 2016, vol. 11, no. 10, pp. 3367-3384.
 17. Chen M., Jeronen E., Wang A. Toward Environmental Sustainability, Health, and Equity: How the Psychological Characteristics of College

- Students Are Reflected in Understanding Sustainable Development Goals. *International journal of environmental research and public health*, 2021, vol. 18(15), 8217. <https://doi.org/10.3390/ijerph18158217>
18. Di Fabio A., Rosen M.A. An Exploratory Study of a New Psychological Instrument for Evaluating Sustainability: The Sustainable Development Goals Psychological Inventory. *Sustainability*, 2020, no. 12(18), 7617. <https://doi.org/10.3390/su12187617>
19. Määttä K., Uusiautti, Satu. Educational Psychological Perspectives on Sustainability Education. *Sustainability*, 2020, vol. 12, 398. <https://doi.org/10.3390/su12010398>
20. Wiebke B., Hopwood C., Back M., Denissen J. Personality trait stability and change. *Personality Science*, 2021, vol. 2. <https://doi.org/10.5964/ps.6009>
21. Wagner J, Orth U, Bleidorn W, Hopwood CJ, Kandler C. Toward an Integrative Model of Sources of Personality Stability and Change. *Current Directions in Psychological Science*, 2020, vol. 29(5), pp. 438-444. <https://doi.org/10.1177/0963721420924751>

ДАННЫЕ ОБ АВТОРЕ

Меерсон Айзек-Лейб Соломонович, аспирант

*Ивановский государственный университет, Шуйский филиал
ул. Кооперативная, 24, г. Шуя, Ивановская обл., 155908, Рос-
сийская Федерация
isaacmeyerson@ya.ru*

DATA ABOUT THE AUTHOR

Ayzek-Leyb S. Meerson, PhD student

*Ivanovo State University, Shuya Branch
24, Kooperativnaya Str., Shuya, Ivanovo region, 155908, Russian
Federation
isaacmeyerson@ya.ru*

Поступила 12.01.2022

После рецензирования 29.01.2022

Принята 05.02.2022

Received 12.01.2022

Revised 29.01.2022

Accepted 05.02.2022