



## Эмоциональная устойчивость личности в пространстве, незащищенном от терроризма

**Аннотация.** Развивающиеся технологии, научно-технический прогресс, нововведения в свою очередь несут в жизнь современного общества и новые проблемы. Особенно это выражается в эмоциональном реагировании на стрессовые ситуации, с которыми люди сталкиваются ежедневно. В свою очередь в условиях экономических кризисов, политической нестабильности, борьбы за власть появилось такое средство достижений поставленных целей определенного числа людей как терроризм, который является крайней формой насилия, последствия которого отражаются на психике человека, влияют на его эмоциональную устойчивость.

**Ключевые слова:** человек, эмоции, страх, тревожность, стресс, террористическая угроза, терроризм, эмоциональное состояние, террористические акты, общественная опасность, террористическая угроза, социально-психологические последствия, эмоциональная устойчивость.

**Раздел:** (02) комплексное изучение человека; психология; социальные проблемы медицины и экологии человека.

Проблемы психологии эмоций были и остаются актуальными в современной психологической науке, потому что эмоции не только переживаются человеком, но и становятся объектом его сознания. Восприятие собственных эмоций сознанием человека и эмоций других людей оказывают влияние на эмоциональную устойчивость личности. Поэтому эмоциональную устойчивость следует рассматривать, во-первых, как результат целостной функциональной системы эмоциональной саморегуляции и, во-вторых, как системное качество личности, приобретаемое человеком и проявляющееся у него в единстве эмоциональных, интеллектуальных, волевых и других отношений, в которые он вовлекался в условиях напряженной деятельности (Долгова В. И., Гольева Г. Ю., [3]).

Уровень эмоциональной устойчивости у каждого человека разный, это зависит от многих характеристик, например, таких как темперамент – природные свойства человека, которыми определяются особенности динамики его психической деятельности, тревожность, страх, психологическая защита и др. Поэтому на одну и ту же ситуацию люди реагируют по-разному. Говоря о психологических раздражителях, стрессорах, негативных ситуациях способных повлиять на социально-психологическое состояние людей, то они по своей природе очень разнообразны и имеют различную степень воздействия (Долгова В. И. [2, 4]).

Терроризм по своей природе от остальных стрессоров отличается общественной опасностью, которую он порождает.

Проблема терроризма является острой проблемой современности, т. к. терроризм представляет крайнюю опасность для всего человечества. В мирной жизни люди ориентированы на социально-культурное развитие и стремятся к миру друг с другом. Но террористические акты прерывают привычный ритм жизнедеятельности людей и приносят массовые человеческие жертвы, влекут разрушение материальных и духовных ценностей, не поддающихся порой восстановлению, сеют вражду между



государствами, провоцируют войны, недоверие и ненависть между социальными и национальными группами, которые иногда невозможно преодолеть в течение жизни целого поколения.

Терроризм сегодня – это мощнейшее оружие, инструмент, используемый не только в борьбе против власти, но очень часто – и самой властью для достижения своих целей. Современный терроризм выступает в форме: международного терроризма (террористические акты, имеющие международный масштаб); внутривластного терроризма (террористические действия, направленные против правительства, каких-либо политических группировок внутри стран, или имеющие цель дестабилизации внутренней обстановки); уголовного терроризма, преследующего чисто корыстные цели. Наиболее опасным проявлением современности стал международный терроризм, который в последнее время представляет реальную угрозу не только для отдельных государств, но и для международного мира и безопасности каждого человека.

В современном науке существует множество разнообразных определений терроризма. Каждый подход, определяя явление терроризма, задает свою специфику. В юридической литературе под терроризмом (от лат. terror – страх, ужас) принято понимать использование насилия или угрозы его применения в отношении отдельных лиц, группы лиц или различных объектов с целью достижения политических, экономических, идеологических и иных выгодных террористам результатов. В психологии понятие терроризма понимают как применение крайних форм насилия против граждан ради достижения определенных целей [5].

Следует отметить, что к терроризму часто относят любые действия, породившие страх и беспокойство в социальной среде. Однако терроризм тем и отличается от других порождающих страх преступлений, здесь страх возникает не сам по себе в результате получивших общественный резонанс деяний и создается виновными не ради самого страха, а ради других целей, и служит своеобразным объективным рычагом целенаправленного воздействия, при котором создание обстановки страха выступает не в качестве цели, а в качестве средства достижения цели. Создание обстановки страха есть выражение терроризма, проявление его сути, а не его конечная цель.

Терроризм не проходит бесследно и одним из основных видов последствий терроризма являются психологические последствия, основой которых является травматический стресс, полученный жертвой при террористическом акте, эмоциональная неустойчивость, не говоря уже о смерти.

Терроризм, как явление способен вызывать негативные последствия в психике человека, который был непосредственно жертвой террористического акта или акта терроризма, так и людей, узнавших о терроризме через средства массовой информации. То есть действие терроризма носит всеобъемлющий устрашающий характер, и, преследуя определенные, конкретные цели терроризм вызывает негативные последствия в психико-эмоциональном состоянии огромного количества людей.

Террористические акты и террористическая угроза являются стрессорами высокой интенсивности, способными вызывать разные формы психической дезадаптации как у непосредственных, так и у косвенных их жертв.

Растущий масштаб террористической активности, ее последствий является одним из остро актуальных направлений в современной психологической науке.

Последствия террористических актов на косвенных жертв условно можно объединить следующие подгруппы: клиничко-психологические, социально-психологические и собственно психологические ([1]).



К клинико-психологическим последствиям относятся психопатологическая симптоматика у косвенных жертв, которая была вызвана опосредованным воздействием терактов посредством СМИ и других источников коммуникации, также нарушение сна и концентрации внимания, раздражительность, ночные кошмары, грустные повторяющиеся мысли и воспоминания о событии.

К социально-психологическим последствиям террористической угрозы относят виктимизацию, антисоциальное поведение, рентное поведение, алкоголизацию, семейные конфликты, стигматизацию и дискриминацию, школьную неуспеваемость и т. д.

К тому же переживание террористической угрозы является интенсивным психотравмирующим стрессором, ведущим к психогенным расстройствам.

Переживание террористической угрозы сопряжено с негативными эмоциями, высоким уровнем тревоги, повышенной бдительностью, снижением адаптационных возможностей поведения, соматическим дискомфортом, с вегетативными проявлениями и т. д. Эмоционально нестабильные индивиды, склонные к переживанию отрицательных эмоций, страдающие от различных проявлений психопатологической симптоматики, в большей степени подвержены интенсивному переживанию угрозы теракта.

Проблемой эмоциональной устойчивости личности занимались и продолжают исследовать многие современные психологи.

Вместе с тем, несмотря на многочисленность исследований, посвященных этой проблеме, механизмы эмоциональной устойчивости и психологической защиты, методы их повышения психическими средствами в условиях, не защищенных от терроризма остаются малоизученными, в то время как именно от этих факторов в большой степени зависит протекание психических процессов человека.

В психологической науке существуем множество понятий эмоциональной устойчивости и подходов к ее изучению.

Так одни считают, что под эмоциональной устойчивостью следует понимать интегративное свойство личности, характеризующееся таким взаимодействием эмоциональных, волевых, интеллектуальных и мотивационных компонентов психической деятельности индивидуума, которое обеспечивает оптимальное успешное достижение цели деятельности в сложной эмотивной обстановке, то есть эмоциональную устойчивость следует рассматривать как свойство психики, благодаря которому человек способен успешно осуществлять необходимую деятельность в сложных условиях.

Польский психолог Я. Рейковский [6], останавливаясь на эмоциональной устойчивости как гипотетической особенности человека, говорит о двух ее значениях: 1) человек эмоционально устойчив, если его эмоциональное возбуждение, несмотря на сильные раздражители, не превышает пороговой величины; 2) человек эмоционально устойчив, так как, несмотря на сильное эмоциональное возбуждение, в его поведении не наблюдается нарушений.

Советский психолог О. А. Черникова [7] понимает под эмоциональной устойчивостью: а) относительную устойчивость оптимального уровня интенсивности эмоциональных реакций; б) устойчивость качественных особенностей эмоциональных состояний, т. е. стабильную направленность эмоциональных переживаний по их содержанию на положительное решение предстоящих задач.

Таким образом, эмоциональную устойчивость можно определить как такое свойство личности, которое обеспечивает стабильность эмоций и эмоционального возбуждения при воздействии различных стрессоров. Эмоциональная устойчивость, которая дополнена высоким качеством управлений эмоциональным состоянием – одно



из важнейших условий обеспечения здоровья, надежности деятельности, сохранения высокой психической и физической работоспособности в стрессовых условиях.

Показателями эмоциональной устойчивости (самообладания, выдержки, хладнокровия) являются: сохранение у человека оптимистического настроения, отсутствие чувства страха, растерянности, подавленности и прочего при возникновении какой-либо угрожающей ситуации (или, во всяком случае, эти эмоции сознательно подавляются, уменьшаются до минимальных размеров). При наличии эмоциональной устойчивости у человека не возникает излишнего возбуждения или апатии, скованности, приводящих к ухудшению мыслительных способностей, нарушению координации движений, упадку сил.

Эмоциональная устойчивость личности зависит от силы нервных процессов, от индивидуальных особенностей эмоциональной сферы.

Эмоциональная устойчивость определяет нашу способность адаптироваться и восстанавливаться от таких обстоятельств, как потери, лишения, травмы, угрозы, болезни, несчастные случаи и тому подобное. Сила устойчивости влияет на наше настроение и на физическое самочувствие во время кризиса, а также на длительность и силу воздействия на нас травмирующего события. Это позволяет формировать основные жизненные навыки, характер и волю. Но выработка эмоциональной устойчивости у каждого из нас проходит по-разному, поэтому и реагируем на стрессовые ситуации мы все не одинаково. Порог устойчивости разный.

Поэтому от уровня эмоциональной устойчивости человека зависит его способность к адекватному реагированию на различные стрессовые ситуации, психологические раздражители, умение сконцентрироваться в определенных негативных для человека условиях найти оптимальный выход, не травмируя свою психику.

Терроризм носит публичный характер, направлен на создание обстановки страха и напряженности. Его суть заключается в том, чтобы держать общество в состоянии постоянной напряженности, всеобщего страха. Террористическая агрессия, как правило, направлена на неопределенный круг людей, и невозможно предвидеть, когда и где произойдет следующая гряда террористических актов и актов терроризма.

На сегодняшний день при высоком уровне научно-технического прогресса стало проще предотвращать террористические акты, но в то же время с каждым днем последние стали более хорошо организованными, более жестокими, с применением новых средств, нового оружия. То есть можно сказать, что терроризм подстраивается под общество и даже в некоторых случаях идет вперед.

Существование угрозы пострадать от террористического акта вызывает эмоциональный стресс. Возникновение стресса не столько следствие существования этой угрозы, сколько интегративный ответ на её когнитивную оценку и связанное с ней эмоциональное возбуждение. Психологическими признаками стресса являются: фобии, проявляющихся интенсивным страхом потери близких людей, лишения условий необходимых для нормальной жизнедеятельности. Причём, у людей уже переживших травматическое событие, психологические реакции в связи с существованием угрозы пострадать от террористического акта, имеют более интенсивный характер. Это может выражаться в фобиях, проявляющихся интенсивным страхом перед «лицом терроризма», острым переживанием, как следствие, неконструктивных поведенческих реакциях, имеющих крайние формы.

Поэтому, говоря об эмоциональной устойчивости личности (в общем) в пространстве незащищенном от терроризма необходимо отметить, что как очень мощный по своей природе стрессор – терроризм направлен на ее подавление. Потому





что в основе терроризма лежит страх достаточно большого числа людей. Это чувство, которое в первую очередь вызывается у людей террористическим актом. Нет страха – нет террора. Страх определяется как эмоция, вызываемая надвигающимся бедствием. Страх – это предвосхищение угрозы. Страх – это сильное специфическое отрицательное переживание, негативная эмоция особой интенсивности. Страх может стать причиной ужаса, паники, агрессии, а также апатии и смирения – когда двигательная и психическая активность человека падают вследствие панических или агрессивных реакций. Естественно и эмоциональная устойчивость снижается, становится очень гибкой и неустойчивой.

Говоря о пространстве незащищенном от терроризма, мы говорим о том, что терроризм есть везде от него нельзя спрятаться, убежать, так как он носит общественный характер, он там, где есть люди, а люди в свою очередь чувствуют свою незащищенность от него.

В свою очередь возникает вопрос, неужели люди так уязвимы и беззащитны от терроризма, неужели при его действии невозможно сохранить эмоциональную устойчивость, неужели люди стали средством достижения целей терроризма.

Поэтому отвечая на вышеперечисленные вопросы, в заключении хотелось бы отметить, что терроризм безусловно носит устрашающий характер, он негативно влияет на психику людей, в том числе и на эмоциональную устойчивость каждого из нас, он направлен на подавление, запугивание, возникновения мысли о его всеобщности. Действительно каждый из нас живет в пространстве незащищенном от терроризма и каждый в какой-то мере чувствует свою беспомощность. Государственные институты в свою очередь обязаны обеспечить обстановку не всеобщего страха, а стабильности, защищенности, уверенности, устойчивости. Но в тоже время в ответ терроризму люди должны продолжать жить, быть внимательными, бдительными, учиться регулировать свое эмоциональное состояние, связанное с внешними факторами и внутренней оценкой личности на определенные условия окружающей действительности.

## Ссылки на источники

1. Быховец Ю. В. Психологическая оценка переживания террористической угрозы: метод рекомендации. - М., 2010. – 150с.
2. Dolgova V. I. Aspects of Emotional Stability in Volunteers of Gerontology Programs//Advances in Gerontology, 2014, Vol. 4, No. 4, pp. 275–279.
3. Долгова В. И., Гольева Г. Ю. Эмоциональная устойчивость как ключевая компетенция: монография. – Челябинск: АТОКСО, 2006 – 253с.
4. Dolgova V. I. Impact of The Arch Suburb on The State of Health, Activity and Mood of A Person// *BIO-SCIENCES BIOTECHNOLOGY RESEARCH ASIA*, November 2014. Vol. 11(Spl. Edn. ), p. 307-311.
5. Емельянов, В. П. Терроризм в современном мире / В. П. Емельянов. – М., 2008.
6. Рейковский, Я. Экспериментальная психология эмоций / Пер. с польск. / Я. Рейковский. - М., 1979.
7. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2007.
8. Черникова, О. А. Исследование эмоциональной устойчивости в условиях напряженной деятельности / О. А. Черникова // Тезисы сообщений на XVIII Международном психологическом конгрессе. - М., 1966.

**Ekaterina Novgorodtseva,**

*graduate student in the psychology Department, Chelyabinsk State-Hydrated Pedagogical University, Chelyabinsk*

[catyny@mail.ru](mailto:catyny@mail.ru)

**Emotional stability of a person in space unprotected against terrorism**

ISSN 2304-120X



9 772304 1120159



**ART 75029**

**УДК 159.9**

**Abstract.** Emerging technologies, scientific-technical progress, innovation-tion, in turn, are in modern society and new challenges. This is especially expressed in the emotional response to stressful the situation that people face on a daily basis. In turn, the conditions of economic crises, political instability, power struggle had such a tool achievements a number of people as terrorism, which is an extreme form of violence, the consequences of which affect the psyche of a person affect his emotional stability.

**Keywords:** people, emotions, fear, anxiety, stress, terrorist Skye threat, terrorism, emotional state, terrorist attacks, social danger, the threat of terrorism, socio-psychological consequences of emotional stability.

**Рекомендовано к публикации:**

*Горевым П. М., кандидатом педагогических наук, главным редактором журнала «Концепт»;*

*Утёмовым В. В., кандидатом педагогических наук*