

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
им. В.П. АСТФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт социально-гуманитарных технологий

Кафедра социальной педагогики и социальной работы

Непомнящая Яна Константиновна

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

Тема: формирование информационно-психологической безопасности пожилых людей,
обслуживаемых на дому.

Направление подготовки 39.03.02 Социальная работа

Направленность (профиль) образовательной программы

Социальная работа в системе социальных служб

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ
Зав. Кафедрой, руководитель
д.п.н., профессор Фурьева Т.В.

_____ (дата, подпись)

Научный руководитель
канд.исд.наук.,доцент
Кунстман Е.П.

Дата защиты _____

Обучающийся Я.К.
Непомнящая

_____ (дата, подпись)

Оценка _____
прописью

Красноярск, 2022г.

Содержание

Введение.....	3
Глава 1. Теоретические аспекты психологической безопасности, информационно-психологической безопасности пожилых людей.....	5
1.1. Содержание и сущность понятия психологической безопасности, информационно-психологической безопасности пожилых людей.....	5
1.2. Характеристика угроз психологической безопасности, информационно-психологической безопасности пожилых людей.....	13
Выводы по первой главе.....	19
Глава 2. Эмпирическое исследование формирования информационно-психологической безопасности пожилых людей.....	20
2.1. Диагностика и характеристика уровня информационно- психологической безопасности.....	20
2.2. Разработка и реализация программы, направленной на формирование информационно-психологической безопасности пожилых людей.....	24
Выводы по второй главе.....	33
Заключение.....	34
Список использованной литературы.....	36
Приложение.....	38

Введение

Актуальность темы исследования. Осознание проблемы старения населения в обществе ставит перед психологической наукой ряд вопросов, связанных с закономерностями социального развития личности пожилого человека, с динамикой ее различных идентичностей, особенностями процесса его социализации, местом этой социальной группы в обществе и тому подобное. Знание и учет психологических особенностей пожилого человека является важным условием совершенствования социально-психологической работы с лицами пожилого возраста, в частности, в условиях пандемии, повышения качества их жизни, формирования положительного отношения к ним в обществе, особенно на данном этапе развития нашего общества.

Старение — это неизбежный этап развития, связанный с изменениями в физическом, психологическом, гормональном состоянии, а также с изменениями социальных условий. В пожилом возрасте люди становятся более зависимыми от других, что делает их более уязвимыми. **Эдвард Дж. Штигиц** определяет старение «как элемент времени жизни». По его словам, «старение — это часть жизни», которая начинается с зачатия и заканчивается смертью.

Большое значение в пожилом возрасте имеет психологическая безопасность, которая влияет не только на уверенность человека в обладании внутренними ресурсами для противостояния новым угрозам и опасным ситуациям, но и на отношение к смерти. Люди, которые находятся в состоянии безопасности, как правило, меньше боятся смерти, нежели те, кто не чувствует себя в безопасности. В то же время люди, не испытывающие состояния психологической безопасности, не имеют положительной связи с миром, подавляют свой страх перед смертью и не развивают чувство символического бессмертия.

Потребность в безопасности имеет объективный характер, поскольку все люди уязвимы. При этом, в отличие от многих других, потребность в безопасности невозможно удовлетворить полностью. Она присутствует всегда и требует постоянного к себе внимания.

Важнейшая роль в сохранении психологической безопасности личности и формировании психического здоровья принадлежит самому человеку, его образу жизни, ценностям, установкам, степени гармонизации его внутреннего мира и отношений с окружающими людьми. А субъективное отношение человека к собственной психологической безопасности и своему здоровью и здоровому образу жизни является как важным фактором регуляции его здоровья, так и источником изменения его поведения по отношению к здоровью (Г.А. Апанасенко, И.И. Брехман, Ф.Ю. Василюк, Ю.В. Шленов и др.).

Проблемами психологической безопасности человека занимались многие русские психологи: И.А. Баева, Г.В. Грачев, Г.М. Зараковский, Н.В. Куликова, В.Э. Лепский, И.К. Мельник, И.М. Панарин, С.Ю. Решетина, С.К. Рощин, Г.Л. Смолян, В.А. Соснина, Н.Л. Шлыкова и др.; проблемой психологической защиты личности: Л.И. Еремеева, Р.А. Зачепиский, Т.С. Кабаченко, Т.И. Колесникова, О.М. Столяренко и др.

Вопросы информационно-психологической безопасности пожилых людей как одной из наиболее уязвимых к информационному воздействию групп населения нашли отражение в отдельных работах В.Г. Тыльца, Т.М. Краснянской, В.В. Иохвидова (Тылец, Краснянская, Иохвидов, 2019), Т.Б. Бересток (Бересток, 2020). Вместе с тем, данные работы не дают целостного понимания проблемы.

Итак, анализ научных публикаций этих ученых свидетельствует о том, что в них не полностью раскрыты все аспекты опасностей и угроз для психологической безопасности человека. Недостаточно изученными сегодня остаются вопросы особенностей воздействия опасности и угрозы на эмоциональную сферу личности, ее поведение и др.

Цель дипломной работы: выявить и теоретически обосновать условия формирования информационно-психологической безопасности пожилых людей, обслуживаемых на дому.

Задачи дипломной работы:

1. Охарактеризовать содержание и сущность понятия психологической безопасности, информационно-психологической безопасности пожилых людей.
2. Описать угрозы психологической и информационно-психологической безопасности пожилых людей.
3. Выявить и охарактеризовать уровень информационно-психологической безопасности пожилых людей.
4. Разработать и реализовать программу, направленную на формирование информационно-психологическую безопасности пожилых людей обслуживаемых на дому.

Объект исследования: Процесс формирования информационно-психологической безопасности пожилых людей, обслуживаемых на дому.

Предмет исследования: условия формирования информационно-психологической безопасности пожилых людей.

Гипотеза: информационно-психологическая безопасность будет осуществляться при условиях: знаний об угрозах и опасностях информационной безопасности и о способах её защиты, эмоционального самочувствия пожилых людей, позитивные эмоциональные переживания, умение применять способы обеспечения информационно-психологической безопасности.

Глава 1. Теоретические аспекты психологической безопасности, информационно-психологической безопасности пожилых людей.

1.1. Содержание и сущность понятия психологической безопасности, информационно-психологической безопасности пожилых людей.

Необходимо отметить, что проблема психологической безопасности человека - одна из самых актуальных проблем современного общества. Изучением данной проблематики занимались такие выдающиеся ученые, как А. Маслоу, З.Фрейд, Э. Фромм, А.Сухов, Ю. Носков. Проблемы эмоционального благополучия в контексте психологической безопасности пожилых людей затрагивали такие отечественные ученые, как В.Д. Альперович, Н.М. Амосов, И.В. Давыдовский и др.

Понятие психологической безопасности и его содержание также используются в связи с профессиональной деятельностью людей в предметной сфере. Научно обосновано это понятие впервые встречается в работе М.А. Котика и затрагивает психологические вопросы безопасности, обуславливающие профилактику несчастных случаев на производстве, которое разрабатывалось в рамках психологии труда и инженерной психологии. Важно отметить, что в третьем издании своей книги автор предлагает рассматривать психологию безопасности «не как раздел психологии труда, а как отдельную область психологической науки, изучающую психологический аспект безопасности в различных видах деятельности».

Безопасность - явление, обеспечивающее нормальное развитие личности. Потребность в безопасности является базовой в иерархии потребностей человека (А. Маслоу), без частичного удовлетворения которой невозможно гармоничное развитие личности, достижение самореализации.

Психологическая безопасность человека охватывает не только внутренние, психические процессы личности, но и иные, внешние условия, обеспечивающие безопасность психики.

Психологическая безопасность — состояние личности, при котором она способна удовлетворить базовые потребности в самосохранении и восприятии собственной (психологической) защищенности в социуме. [3, с. 89]

Психологическая безопасность — это позитивная психологическая конструкция, связанная с субъективными взглядами на самого себя и на жизнь. Психологическая безопасность личности имеет непосредственную связь с местом проживания человека, при этом среда оказывает большое влияние как на поведение, так и на развитие личности.

Психологическая безопасность пожилых людей - это поддержание определенного баланса между негативными воздействиями на пожилого человека окружающей среды и его сопротивляемостью, готовностью и способностью сохранять адаптационную активность, работоспособность и здоровье.

Представители педагогического подхода (Лызь Н.А., Маралов В.Г., В.Н. Мошкин, Тырсинова А.Д. и др.) считают, что психологическая безопасность личности связана с поиском оптимальных средств социализации, развития, подготовленности к трудным жизненным ситуациям. Проблема готовности личности к обеспечению психологической безопасности рассматривается как личностная готовность и как готовность к деятельности, включающая сформированную потребность личности в безопасности, навыки безопасного поведения, знания о способах защиты, умения находить недостающие ресурсы для преодоления рисков психологическому благополучию, оценивать и корректировать сильные и слабые стороны своих эмоциональных состояний и действий [22].

Большое значение в пожилом возрасте имеет психологическая безопасность, которая влияет не только на уверенность человека в обладании внутренними ресурсами для противостояния новым угрозам и опасным ситуациям, но и на отношение к смерти. Люди, которые находятся в состоянии безопасности, как правило, меньше боятся смерти, нежели те, кто не чувствует себя в безопасности. В то же время люди, не испытывающие состояния психологической безопасности, не имеют положительной связи с миром, подавляют свой страх перед смертью и не развивают чувство символического бессмертия [4, с. 80].

Информационно-психологическая безопасность – это способность осознавать проблему негативного воздействия информационной среды на психологическое и физиологическое здоровье, уметь применять способы обеспечения информационно-психологической безопасности.

Информационно-психологическая безопасность пожилых людей — это состояние защищенности граждан пожилого возраста, от негативных информационно-психологических воздействий, которые осуществляются в информационном пространстве .

Информационная среда наносит негативное воздействие на психологическое состояние пожилых людей, существует множество вариантов проявления: манипулирование сознанием пожилых людей, подмена целей и образа жизни навязанными стандартами, не развивается способность давать верную оценку конкретной информационной угрозе. Людям пожилого возраста все труднее ориентироваться в угрозах, нарастет немотивированная тревожность, появляется и закрепляется депрессивность, формируются асоциальные личностные черты.

Таким образом, информационно-психологическая безопасность пожилых людей направлена на защиту сознания и бессознательной сферы психики от вредных информационных воздействий, способных против воли и желания человека изменять его психологические характеристики и поведение. [23, с. 114].

Для обеспечения информационно-психологической безопасности необходимо вовлекать пожилых людей в информационную сферу, максимально содействуя осваиванию ими компьютерных и информационных технологий с целью социальной адаптации в информационной среде. Следует повышать уровень информированности данной категории граждан о потенциальных угрозах и возможностях реализации их прав посредством использования информационно-телекоммуникационных технологий.

Повышению качества жизни пожилых людей будет способствовать их вовлечение в общественно значимую деятельность через информационно-телекоммуникационные ресурсы, что будет способствовать повышению информационной грамотности людей позднего возраста. Информационная грамотность в нашем понимании определяется навыками использования пожилыми людьми компьютера, знание и умение работать с информационными порталами и сайтами, которые направлены на упрощение и реорганизацию бытовых операций, практическую значимость которых нельзя переоценить, а также на повышение социальной активности.

Таким образом, в результате воздействия информационной среды, пожилые люди подвергаются опасности, им все труднее сохранять свое психическое, физическое и социальное благополучие. Именно поэтому требуется решение проблемы обеспечения информационно-психологической безопасности пожилых людей.

В структуре информационно-психологической безопасности можно выделить следующие компоненты:

1. Мотивационный;
2. Эмоционально-волевой;
3. Когнитивный;
4. Деятельностный;
5. Поведенческий.

1. Мотивационный компонент содержит замыслы, намерения, мотивы, интересы, потребности, различные виды мотивации - мотивация к обучению, активная мотивация преодоления, мотивация к самореализации. Данный компонент позволяет стабилизировать психологическую защищенность личности от воздействия внешних и внутренних рисков и угроз. Исследователями выявлено, что при актуализации мотивов общения, социальной полезности, значимости признания и уважения окружающих, одиноко проживающие люди испытывают большую удовлетворенность жизнью. Мотивы реализации в жизни близких повышают удовлетворенность пожилых людей, проживающих в семье [25].

2. Эмоционально-волевой компонент включает позитивные или негативные эмоциональные переживания, подлинные позитивные (интерес, радость, удовольствие),

нейтральные и негативные эмоции (страх, гнева, отвращение) [3], а так же волю к жизни, условия для самоорганизации целенаправленной деятельности и поведения. Переживание психологической безопасности связано с состоянием эмоциональной сферы личности - настроением, тревожностью, фрустрацией пожилых людей. Позитивная оценка эмоциональных состояний выявлена у пожилых людей, не испытывающих проблем со здоровьем [1]. Индивид может осуществлять регулирование и контроль эмоций и их интенсивности, если он рассматривает ситуацию эмоционального характера во взаимосвязи с жизненными задачами и целями. В случае, если конкретная ситуация оценена опасной, то проявляется такая эмоция, как «страх» [7].

3. Когнитивный компонент включает в себя знание пожилых людей об угрозах и опасностях информационно-психологической безопасности и о способах защиты. Влияние информационной среды может быть направлено на самооценку человека, его мировоззрение, чувства. Возможны воздействия и на способ мышления, стиль поведения и общения, привычки, умение, навыки и прочее.

4. Деятельностный компонент определяет способности осознавать проблему негативного воздействия информационной среды на психологическое и физиологическое здоровье, уметь применять способы обеспечения информационно-психологической безопасности. Давать верную оценку конкретной информационной угрозе, предотвращать негативное воздействие информационной среды, оказывать сопротивление негативным факторам, способствовать повышению качества жизни.

Выход на пенсию является проблемной ситуацией, требующей существенной перестройки жизнедеятельности. Отсутствие в обществе устоявшихся позитивных образов старости блокирует проявление субъектности. Исследователями выявлено, что большинство людей, вышедших на пенсию, предпочитают активному взаимодействию с новой жизненной ситуацией пассивное приспособление, реальное прекращение профессиональной деятельности способствует формированию потребительской позиции. Среди работающих пенсионеров значительно больше людей с активной субъектной ориентацией, а среди неработающих – с пассивной объектной [12]. Установлено, что работающим пенсионерам свойственна приоритетная значимость ресурсов развития, для неработающим пенсионеров - ресурсов защищённости. Уровень психологической безопасности личности пенсионеров определяется спецификой характера и добровольности выбора трудового статуса, сохранением пенсионером профессиональной деятельности и приоритетом ресурсов развития [26].

Получение образования людьми пожилого возраста, позволяет им минимизировать индивидуально проявляющиеся физиологические психологические, социальные признаки старения [16]. Активные пенсионеры, включенные в образовательную деятельность, отмечают наличие некоторых заболеваний, не ограничивающих их активности и мобильности, полагают, что состояние их здоровья лучше, чем показывают результаты опроса [2]. Более удовлетворены собой и всеми сторонами жизни пожилые люди, занимающиеся в «Университете третьего возраста», у них выражен оптимальный уровень самореализации, стремление реализовать упущенные возможности в образовательной, творческой, совместной деятельности, родственных отношениях [8].

5. Поведенческий компонент предполагает удовлетворенность межличностными взаимодействиями, их продуктивность, опыт позитивного социального общения, доброжелательные взаимоотношения, доверие друг к другу, заботу о безопасности собственной и окружающих, а также психологические защиты.

С возрастом происходят существенные физические и социальные изменения, меняется субъективное отношение пожилого человека к ним. Появляется все больше факторов, от которых зависит не только физическое, но и психологическое здоровье человека. Одним из таких факторов выступает информационная среда, которая, как известно, оказывает серьезное воздействие не только на состояние здоровья и долголетие пожилых людей, но и на их психическое состояние. Именно в этот возрастной период человек становится все более уязвимым, особенно для технологического манипулятивного воздействия.

У пожилых людей развивается способность давать верную оценку конкретной информационной угрозе и предотвратить негативное воздействие информационной среды, оказав должное сопротивление негативным факторам, и способствовать повышению качества их жизни. Людям пожилого возраста все труднее ориентироваться в угрозах, нарастает немотивированная тревожность, появляется и закрепляется депрессивность, формируются асоциальные личностные черты.

Психологическая безопасность пожилых людей формируется различными факторами, в зависимости от места проживания. Так, универсальными факторами, формирующими психологическую безопасность пожилых людей вне зависимости от среды проживания, являются доверие себе в сфере быта и при осуществлении интеллектуальной деятельности. Данные факторы обусловлены возрастными особенностями этой группы (постепенное снижение физических возможностей, когнитивных способностей и пр.).

Основными факторами влияющими на психологическую безопасность пожилых людей являются:

- Выход на пенсию.
- Насилие в семье.
- Одиночество.

Проблема психологического насилия в отношении пожилых людей со стороны ближайшего социального окружения впервые рассмотрена с точки зрения защищенности личности пожилого человека. Изучена структура защищенности пожилого человека от психологического насилия.

Обнаружено, что восприятие значимости типов автобиографических событий, относящихся к социально-психологической сфере, и наличие картины будущего в представлениях о собственном жизненном пути являются отличительными свойствами пожилых людей с высоким уровнем защищенности от психологического насилия в семье.

Выявлены социально-психологические особенности и характеристики преобладающего психического состояния пожилого человека, обеспечивающие его защищенность от психологического насилия:

1. Сопrotивляемость человека является сложным психическим феноменом, отражающим свойство личности противостоять деструктивным воздействиям окружающего мира и успешно преодолевать их, сохраняя собственное здоровье и используя полученный опыт как основу для позитивных личностных изменений. Защищенность личности пожилого человека от психологического насилия в семье может быть рассмотрена как проявление сопротивляемости в конкретных жизненных условиях.

2. Переживание защищенности от психологического насилия в семье пожилым человеком не зависит от возрастных этапов старения, пола, уровня образования и состава семьи и может рассматриваться как свойство, обладающее универсальными в плане возрастнополовых различий характеристиками.

3. Ресурсами защищенности пожилого человека от психологического насилия в семье могут выступать особенности межличностного взаимодействия, заключающиеся в представлениях о собственной социальной привлекательности, менее выраженным стремлением к доминированию и более развитыми социальными способностями, а также некоторые характеристики преобладающего психического состояния, такие как устойчивый положительный эмоциональный фон, относительно низкий уровень эмоциональной напряженности и высокая степень удовлетворенности жизнью.

4. Пожилым людям с высоким уровнем защищенности от психологического насилия в семье свойственно более целостное восприятие жизненного пути, картина будущего взаимосвязана с событиями прошлого и имеет эмоционально положительное содержание.

5. Факторами, присущими человеку на протяжении всех этапов возрастного развития и повторяющимися во многих культурах, независимо от специфичности жизненных обстоятельств являются принятие себя и жизни, активность и преобладания положительного

эмоционального фона, социально-психологические умения, оптимизм. Они обеспечивают сопротивляемость личности трудным жизненным ситуациям.

Проблема одиночества в пожилом возрасте в последнее время становится всё более острой. Пожилые люди особенно часто испытывают чувство одиночества. Это люди, которым необходима помощь и поддержка окружающих. Возникновение чувства одиночества в старости связано не только с отсутствием родных и близких людей, но и с неприятием или непониманием членов семьи, с которыми живет пожилой человек. Причины, по которым люди в пожилом возрасте могут чувствовать себя одинокими, могут быть самыми разнообразными. В первую очередь это связано с тем, что начинают отделяться взрослые дети, уходят из жизни близкие люди и друзья. Помимо этого, потеря работы с выходом на пенсию для пожилых людей может вызвать сильный стресс, который может стать причиной депрессии. Также возникновение депрессии в этом возрасте может спровоцировать ухудшение здоровья, снижение социального статуса, престижа, что является естественной реакцией человека на сильный стресс.

В старости наиболее значительными оказываются такие психологические аспекты, как изоляция и самоизоляция, которые отражают осознания чувства одиночества связанного с непониманием и безучастием окружающих. Наиболее остро одиночество переживает человек, который живет достаточно долго. Круг общения у такого человека становится достаточно узким, ограниченным. Старый человек начинает ощущать себя изолированным от общества, так как все больше увеличивается разрыв с окружающими людьми.

Психологическая неудовлетворённость своим нынешним положением часто влечёт за собой довольно скорое наступление физического одряхления, иногда сопровождающегося психическим расстройством.

Пожилые люди представляют собой наиболее незащищенный слой населения, их психологическая безопасность является серьезной проблемой современного общества. Психологическая безопасность личности складывается из мер непосредственной защиты психики личности и поддержания нормальных социально-психологических отношений между людьми.

Ощущение утраты психологической безопасности лишает новые впечатления красочности и яркости, отсюда – привязанность пожилых людей к прошлому, власть воспоминаний. Самой трудной задачей этого периода можно назвать осуществление внутренней работы в системе жизнь-смерть. Старение выступает связывающим механизмом жизни и смерти, пожилой человек ощущает присутствие близкой смерти, и переживание этого присутствия носит глубоко личный характер, вносит свой вклад в ощущения одиночества пожилых людей. Действительно, часто одиночество в пожилом возрасте вызвано не объективным отсутствием близких людей, а невозможность разделить с ними присутствия в своем сознании скорого ухода из жизни. У многих обостряется страх смерти, что проявляется либо в категорическом избегании пожилыми людьми темы смерти, либо в постоянном обращении к ней в форме «скорей бы умереть, уже надоело жить», «что-то я зажилась» и т.п.

Одним из проявлений ощущения утраты психологической безопасности является старческая озабоченность: хроническая озабоченность играет роль своеобразной готовности к каким-то негативным событиям, поэтому помогает избежать сильных эмоциональных всплесков в действительно критических ситуациях. Кроме того, эмоциональные переживания озабоченности придают остроту субъективной картине настоящего, помогают избежать скуки, являются одним из способов структурирования времени. В связи с этим легко объяснить такое явление, как слишком сильные, казалось бы, неадекватные переживания пожилых людей: довольно слабые раздражители вызывают у них острые эмоциональные реакции [8, с. 116].

Типичным для поздней взрослости является возрастно-ситуационная депрессия – равномерное и стойкое понижение настроения. Пожилые люди переживают его, как чувство пустоты, ненужности, не интересности всего происходящего, остро негативного восприятия своего будущего. Человек все чаще прибывает в подавленном, грустном настроении, без наличия для этого объективных оснований. Возникает обидчивость и тревожная мнительность,

а отрицательные эмоции на те или иные неприятности становятся довольно затяжными. При этом самому пожилому человека это состояние кажется нормальным, поэтому всякая помощь отвергается. Содержанием возрастно-ситуационной депрессии является неприятие собственного старения, а основным травмирующим фактором – собственный возраст [7, с. 39].

В поздней взрослости повышается уровень страхов, это связано с тем, что с одной стороны, они накапливаются в течение жизни, с другой – угрозу представляет приближение конца. Проблема страха смерти достаточно трудна для обсуждения. Индивидуальные различия по отношению к смерти обусловлены их жизненными ценностями, адаптированностью к жизни, состоянием здоровья. Смерти боятся люди, не принявшие старость, как неизбежный этап жизни, неадаптированные к ней [7, с. 39].

Негативное влияние на психологическую безопасность пожилых людей имеет социальная изоляция, которую можно рассматривать как процесс, ограничивающий возможности людей участвовать в жизни общества, связанный с плохим здоровьем и низким качеством жизни. Социальная изоляция рассматривается как многомерная конструкция, поскольку деятельность, из которой человек может быть исключен, относится к различным сферам жизни [9].

Данное направление одно из самых малоисследованных в психологии проблем. Объектом исследования психологии безопасности личности являются различные виды предметной, социальной, профессиональной деятельности человека.

Обращение к проблемам психологической безопасности в трудах Баевой И.А., позволяет определить содержание альтернативных пониманий нарушения психологической безопасности и ее базовых элементов: безопасность – это свойство человека сохранять свою целостность и природную определенность, это специфическая деятельность по выявлению, предупреждению и устранению опасностей и угроз, это определенное состояние защищенности, благополучия, это условие жизнедеятельности личности, общества, государства, а также научная категория, отражающая отношения интересов и угроз в процессе жизнедеятельности человека [3, с. 62].

Исследования ряда ученых позволили нам заключить, что психологическая безопасность человека представляет собой сложную многофакторную категорию, определяющую уровень защищенности психики личности, его способность поддерживать оптимальный уровень функционирования, способность устранять возникающие внешние и внутренние угрозы и возможность сохранения на достаточно устойчивом дееспособном уровне. Также было определено, что психологическую безопасность человека целесообразно различать как постоянную и переходную, поскольку человек в каждый момент времени находится только в одном состоянии, а их изменение осуществляется, как правило, в промежуточную, переходную стадию; психические процессы, состояния и свойства личности разграничиваются по признаку динамичности (первые являются наиболее подвижными, вторые занимают среднее положение, третьи же наиболее стабильны).

Психологическая безопасность пожилых людей - это состояние психологической защищенности, психические состояния отличаются разнообразием и определяют особенности психической деятельности в конкретный момент времени. Они могут положительно или отрицательно сказываться на течении и результативности всех психических процессов. Состояние безопасности имеет онтологическое основание в функциональной динамике нервной системы. Например, тип нервной системы непосредственно влияет на уровень тревожности, степень принятия риска, активацию эмоции страха и т.д. Пожилые люди нуждаются в психологической поддержке и помощи в адаптации к жизни в современном обществе, так как эти люди особенно беззащитны, когда нет благожелательного окружения, способного обеспечить им поддержку - будь это семья или государственные структуры.

О.В. Краснова отмечает тенденцию к усилению у пожилых людей следующих черт: недоверчивость, раздражительность, черствость. Также исследователь пишет, что при старении изменения происходят также на биологическом уровне: меняется внешность, пожилые люди становятся менее подвижными; отмечаются менее эффективная работа сенсорных систем –

слуха, зрения, вкуса и обоняния. Изменения на биологическом уровне влекут за собой изменения и в эмоционально-волевой сфере пожилых людей, в частности, это может выражаться в снижении инициативности, росте пассивности.

Для людей пожилого возраста угрозы психологической безопасности определяются их возрастными особенностями.

Довольно часто эмоциональная сфера лиц пожилого возраста характеризуется возникновением неконтролируемого усиления эффективных реакций (сильного нервного возбуждения, склонности к грусти, слезливости). В пожилом возрасте люди могут испытывать такие эмоции, которых у них не было в молодости. Как правило, положительные эмоции (счастье, радость) не уменьшаются, однако негативные переживания становятся с возрастом менее сильными, и проявляются не так часто. Г. Крайг отмечает, что в пожилом возрасте люди менее склонны к внезапным перепадам настроения, к замешательству и лучше контролируют собственные эмоции. По мнению ученого в пожилом возрасте – продолжается эмоциональный рост человека.

Также у пожилых людей наблюдается «эмоциональная неустойчивость» проявляется перепадами настроения, импульсивностью, непоследовательностью действий, отсутствием самоконтроля, аффективными вспышками, чрезмерной раздражительностью. Данные свойства проявляются постоянно, независимо от возникшей ситуации, природных колебаний или стрессовых факторов. Создается впечатление, что пожилой человек не может себя контролировать. Такие люди часто не могут справиться со своим недовольством, они ищут поводы, чтобы получить разрядку своих эмоций. При этом они не переносят возражений или критики, чрезмерно нетерпеливы и нетерпимы к чужому мнению.

Целью формирования психологической безопасности пожилых людей является их благополучие. Исследования по изучению благополучия в старости, как правило, опираются на концепцию успешного старения. Ранее эта концепция основывалась на таких объективных показателях, как отсутствие физических, когнитивных нарушений и социальных ограничений. В последние годы данная концепция была расширена, включив в себя такие психологические показатели, как мудрость, эмоциональная стабильность, рациональное принятие решений, основанное на жизненных знаниях, сочувствие и сострадание, психологическая безопасность.

Несмотря на существенные физические и социальные изменения, происходящие с возрастом, субъективное отношение к этим изменениям играет центральную роль в прогнозировании благополучия, психологической безопасности и физического здоровья в пожилом возрасте.

Компоненты системы (психические процессы, состояния, ценностные ориентации и т.п.) могут выступать как детерминанты ее развития в целом и выполнять на разных этапах формирования психологической безопасности подчиненную или ведущую функции. Таковая реализация системного подхода позволяет представить психологическую сохранность как интегральную общность сложных психических образований.

Рассматривая человека как субъекта многоуровневой системы, нам необходимо изучить не только психические проявления на разных уровнях, но и существующие между ними взаимосвязи, а также влияние внешних условий по отношению к субъекту. Возникающие противоречия между потребностями, возможностями и ценностными ориентациями субъекта и отраженными его сознанием характеристиками среды, в свою очередь, так же взаимосвязаны, неизолированы друг от друга, что позволяет говорить об их взаимоопределенности.

Практика показывает, что пожилые люди остро переживают собственное старение. Это порождает в них чувство нарушения психологической безопасности, в результате чего проявляются различные формы поведения, отражающие индивидуальные особенности реагирования на собственное старение. Данная сторона психической жизни пожилого человека определяет его отношение к личным потерям, утрате прошлых возможностей, так же как и новое восприятие окружающего. Как следствие, в эмоциональной сфере пожилого человека происходят специфические изменения: склонность к беспричинной грусти, слезливости. У большинства пожилых людей появляется тенденция к эксцентричности, уменьшению

чуткости, погружению в себя и снижению способности справляться со сложными ситуациями. Пожилые мужчины становятся более пассивными и позволяют себе проявлять черты характера более свойственные женщинам, в то время как пожилые женщины становятся более агрессивными, практичными и властными.

Одним из факторов, определяющих ощущение психологической безопасности либо опасности, является эмоциональное самочувствие пожилого человека. Оно определяется не только уровнем его здоровья, но и особенностями его взаимоотношений с близкими, наличием значимых эмоциональных связей, ощущением защищенности и поддержки, а также другими факторами новых на этом этапе жизненных ценностей. Семья для пожилого человека становится средством удовлетворения основных потребностей. С одной стороны, это возможность получения эмоционального тепла и поддержки по отношению к нему самому, с другой стороны, это возможность помогать детям, например, в ведении домашнего хозяйства или воспитании внуков. Обрыв или отсутствие семейных связей часто приводит к резкому ухудшению эмоционально-психологического состояния. Наиболее остро ухудшение самочувствия проявляется у пожилых людей, не имеющих семьи или не поддерживающих эмоциональных отношений с другими людьми. Одиночество пожилых людей – весьма важная причина нарушения психологической безопасности пожилого человека. Без семейной поддержки пожилые люди часто болеют, не могут поддерживать на должном уровне бытовые условия, удовлетворить насущные жизненные потребности.

М.В. Ермолаева общие изменения в эмоциональной сфере пожилого человека, как следствие нарушения психологической безопасности, характеризует следующими признаками: изменение динамичности эмоциональных состояний, выражающееся либо в инертности, либо в лабильности эмоций; возрастание роли и места, занимаемого отрицательными эмоциями; высокая устойчивость высших эмоций, в том числе эмоций, связанных с индивидуальным творчеством. В пожилом возрасте значительно уменьшается контроль за проявлением эмоций (смех, радость, печаль). Нередко наблюдается и противоположное явление – эмоциональная черствость, снижение эмпатийности. [5, с. 114].

Изменение социальной роли в обществе пожилого человека, связанного с уходом на пенсию, часто является причиной ощущения утраты психологической безопасности, необходимостью адаптации к новым условиям жизни. У одних это вызывает появление негативных эмоциональных переживаний, у других – позитивных, когда человек радуется тому, что наконец-то он может свободно распоряжаться своим временем и посвятить себя делам, которые его интересуют. Люди, не желавшие выходить на пенсию, первое время чувствуют неудовлетворение, испытывают горечь и раздражение.

Принципы системного подхода при изучении психологической безопасности человека могут быть представлены следующим образом: психологическая безопасность рассматривается как элемент общей системы формируемого и развивающегося психологического субъекта, в то же время психологическая безопасность выступает как система с отдельными проявлениями субъектности человека, определяющая его особенности.

В огромном перечне факторов, влияющих на психику человека в разных условиях его жизнедеятельности, соотношение между ними в каждый момент складывается диалектически. В этой связи возникает вопрос о степени в соотношении различных причин, факторов и условий, влияющих на эффективность межсистемного взаимодействия, а также выявлении такой комбинации внутренних и внешних детерминант, обеспечивающих целостность, устойчивость этого взаимодействия и, как результат, высокий уровень психологической сохранности.

Под информационно-психологической безопасностью людей пожилого возраста понимается совокупность действий и факторов информационной среды, которые создают опасность нанесения ущерба их психологическому и физиологическому здоровью, способствуют возникновению у них состояния незащищенности от негативного воздействия информации.

Вопросы информационно-психологической безопасности пожилых людей как одной из наиболее уязвимых к информационному воздействию групп населения нашли отражение в отдельных работах В.Г. Тыльца, Т.М. Краснянской, В.В. Иохвидова (Тылец, Краснянская, Иохвидов, 2019), Т.Б. Бересток (Бересток, 2020). Вместе с тем, данные работы не дают целостного понимания проблемы.

Теперь перейдем к рассмотрению структурных элементов собственно психологической безопасности личности, ее подструктуры. Определенная позиция человека по отношению к самому себе, окружающей его действительности, построению собственного жизненного пути предполагает определенный уровень его психологической безопасности, поэтому необходимо рассмотреть его составляющие для построения модели и описания феноменологических проявлений этого уровня. На сегодняшний день специалисты в области прикладной психологии уделяют особое внимание изучению личностных особенностей, определяющих индивидуальные поведенческие реакции, психические состояния, в конце концов, особенности жизнедеятельности субъекта. Очевидно, что существует тесная взаимосвязь личностных свойств, психических состояний и психологической безопасности.

Проведенный анализ научных публикаций показал, что психологическая безопасность может относиться к категории, связанной с активностью человека, его способностями, готовностью к самореализации и другими индивидуально-психологическими и личностными характеристиками. В том случае, когда человек теряет согласованность с собой, у него возникает неуверенность в своих силах, неясность жизненных целей, происходит разрушение его психологической безопасности. Этот процесс будет усиливаться с нарастанием ощущения утраты смысла жизни. Если возникает новая ценностная система с прогрессивной формой регуляции и человек стремится сохранить данную форму жизнедеятельности, то возникают разные виды психологической защиты, создающие иллюзию внутренней целостности. Однако в результате функционирования защитных механизмов возникают психосоматические и невротические расстройства, следовательно, психологическая безопасность нарушается.

1.2. Характеристика угроз информационно-психологической безопасности пожилых людей.

Угроза определяется как возможность или неизбежность возникновения чего-то опасного, досадного, тяжкого для кого-либо; то, что может причинить какое-нибудь зло, некую неприятность; угрожающий – содержащий в себе угрозу, опасность, опасный.

Опасность – это возможность какой-то беды, несчастья, какой-то катастрофы, вреда и т.п.; состояние, когда кому-нибудь что-то угрожает; профессиональная опасность – это опасность, которая может возникнуть в процессе выполнения работы и привести к травме; потенциальный источник вреда.

Безопасность человека — такое состояние человека, когда действие внешних и внутренних факторов не приводит к смерти, ухудшению функционирования и развития организма, сознания, психики и человека в целом, и не препятствуют достижению определенных желательных для человека целей.

Угроза информационно-психологической безопасности - является та часть информационной среды общества, которая в силу различных причин не адекватно отражает окружающий человека мир. Т.е. информация, которая вводит людей в заблуждение, в мир иллюзий, не позволяет адекватно воспринимать окружающее и самого себя.

Одной из распространенной информационной угрозой является мошенничество в отношении людей пожилого возраста, к ним относятся:

- визит домой под видом представителей государственных организаций, например: Пенсионного фонда РФ, социальной службы и т.д., мошенники проникают в дом граждан, дезинформируют их совершая в отношении них преступные действия;

- телефонные звонки с заведомо ложной информацией – это могут быть звонки с просьбой о помощи, с требованием погашения задолженности, доступа к банковским картам из-за фиктивной попытки несанкционированного владельцем съёма денежных средств

или воспитании внуков. Обрыв или отсутствие семейных связей часто приводит к резкому ухудшению эмоционально-психологического состояния. Наиболее остро ухудшение самочувствия проявляется у пожилых людей, не имеющих семьи или не поддерживающих эмоциональных отношений с другими людьми. Одиночество пожилых людей – весьма важная причина нарушения психологической безопасности пожилого человека. Без семейной поддержки пожилые люди часто болеют, не могут поддерживать на должном уровне бытовые условия, удовлетворить насущные жизненные потребности.

Очень часто в социуме и в семье пожилые люди страдают от такой манипулятивной техники как газлайтинг, где используется такая форма психологического насилия, при которой заставляют пожилого человека сомневаться в адекватности своего восприятия окружающей действительности (эта форма воздействия разрушает способность доверять себе).

Наступающая социально-психологическая дезадаптация, изменение социального статуса пожилого человека – выход на пенсию, утрата близких родственников (продолжительность жизни женщин выше, чем мужчин), трудность самообслуживанием – нарушают привычные жизненные нормы, требует мобилизации собственных физических и психических резервов, которые в этом возрасте значительно снижены, всё это сильно воздействует на психику старого человека. Также негативная экономическая ситуация страны отрицательно сказывается на людях старших возрастов, усугубляя их проблемы. Большое количество информации и новые средства коммуникации приводят к тревожности. Получаемый огромный поток информации пожилыми людьми, не соответствует возможностям усвоения и понимания (например, получение пособий, интернет).

В проекте Федерального закона Российской Федерации «Об информационно-психологической безопасности», который был разработан российскими специалистами в области теории безопасности в конце 1990-х г. и подан в Государственную Думу Российской Федерации, однако так и не принят к основным угрозам информационно-психологической безопасности относится возможность наступления негативных последствий для субъектов, подвергающихся информационно-психологическому влиянию, которые могут выражаться в следующих формах: причинение вреда здоровью человека; блокирование на неосознаваемом уровне свободы волеизъявления человека, искусственное привитие ему синдрома зависимости; потеря способности к политической, культурной, нравственной самоидентификации; манипуляция общественным сознанием; разрушение единого информационного и духовного пространства государства, традиционных основ общества и общественной нравственности, а также нарушение других жизненно важных интересов личности, общества и государства.

Анализируя понятие «опасность», Ю.Г. Носков (1998) указывает, что это совокупность условий и факторов, вызывающих нарушение нормального функционирования и развития человека. По его мнению, для раскрытия содержания опасности необходимо определить конкретный список этих условий и факторов. Автор классифицировал опасность относительно: источника возникновения опасности (по сферам возникновения, скорости развития, потенциальной деструктивности, заложенной в опасности); объекта опасности (по рефлексии, восприятию, степени информированности об опасности, способности устранить опасность, степени подготовленности к реакции на опасность, степени осознания объектом возможных последствий в результате действия данной опасности, степени угрозы для объекта, опасностей, которые ему угрожают); средств действия опасности (структурной организации, возможности противодействия этим средствам); цели, содержащей источник опасности (по наличию цели, ее направленности); по количеству объектов, на которые направлено действие источника опасности; процесса воздействия опасности на объект (по способу воздействия на объект, времени действия); результата влияния опасности на объект (по степени допустимого воздействия на объект).

О.М. Сухов предлагает рассматривать структуру процесса воздействия опасности в двух основных аспектах: статическом и динамическом. Статический аспект состоит из: источника (субъекта) опасности; объекта, подвергающегося опасности; средства, которым источник опасности влияет на объект. Динамический аспект предполагает: цель, выдвигаемую

источником опасности относительно объекта; процесс самого воздействия источника опасности на объект; результат этого влияния.

Одним из первых авторов, научные интересы которого были направлены на исследование психологических аспектов безопасности человека в условиях информационно-психологического влияния на личность и общество, является Г.В. Грачев. Он считает, что на сегодняшний день нет достаточно обоснованной и подробной общей классификации угроз информационно-психологической безопасности личности и их источников. По его мнению, это связано с новизной и сложностью данной проблематики, а также зависимостью процедуры и результата классификации от задач, которые необходимо решить, и критериев, используемых для классификации. Опасность он рассматривает как наличие действия различных сил (факторов), которые являются дисфункциональными, дестабилизационными и (или) деструктивными по отношению к какой-либо системе. Опасности различаются по источникам, объектам воздействия, уровню развития и степени опасности. Основными источниками информационно-психологических угроз на человека автор считает государство (органы власти и управления, разные государственные структуры и учреждения), в том числе зарубежные, общество (разные общественные, экономические, политические организации, движения и партии), разные социальные группы, отдельные личности.

Помимо этого, автор считает, что внутренние источники угроз психологической безопасности личности заложены в самой биосоциальной природе психики человека, в особенностях его формирования и функционирования, индивидуально-личностных характеристиках индивида. В результате этих особенностей люди отличаются степенью восприимчивости к различным информационным воздействиям, возможностями анализа и оценки поступающей информации и т.п. Помимо индивидуальных особенностей, есть и определенные общие характеристики и закономерности функционирования психики, влияющие на степень уязвимости от психологического воздействия, свойственные большинству людей.

Подчеркивается, что источники угрозы и опасности, объекты их направления разные. Авторы типологизировали такие влияния на человека по видам информации, в результате чего могут возникать разные психологические реакции.

Они также нашли неблагоприятные, потенциально опасные для граждан, групп и населения в целом психологические эффекты информационных воздействий. Среди них нарушение выполнения гражданами социальных, производственных или бытовых функций вследствие ошибочного или неадекватного восприятия и интерпретации информации; изменение психического и физиологического состояния отдельных индивидуумов, групп и масс людей – рост напряженности, тревожности, чрезмерной эйфории или наоборот – депрессии, увеличение частоты и интенсивности рискованных социально-психологических ситуаций; снижение способности людей к личностному самоопределению, самореализации, самостоятельному принятию жизненно важных решений; увеличение психиатрической или психогенно обусловленной соматической заболеваемости, рост количества граничных нервно-психических расстройств; снижение психологического потенциала населения за счет сдвига в отрицательную сторону статистического распределения в обществе лиц разного психологического типа (по критериям производительности характера, акцентуаций личности, лидерских качеств, уровня интеллекта, пассионарности и т.п.).

Н.Л. Шлыкочая угрозу психологической безопасности понимает как совокупность препятствий в процессе удовлетворения потребностей субъекта в деятельности, своеобразии которой обусловлено наличием многочисленных факторов как внешней, так и внутренней среды субъекта деятельности.

Для людей пожилого возраста угрозы психологической безопасности определяются их возрастными особенностями.

Согласно точке зрения Н.Ф. Шахматова, отношение человека к своему старению является активным элементом психической жизни в старости. На оформление данного чувства существенное влияние оказывает осознание человеком возрастных изменений (физических и

психических), признание естественности ощущений физического нездоровья. В дальнейшем на разных этапах старения на отношение к физическим изменениям влияют сложившееся новая жизненная позиция и уровень самосознания. Основу формирования данной позиции составляют постоянные новые отношения пожилых людей с окружением, однако в большей мере зависит от них самих. При этом отсутствует депрессивная проекция на прошлое, отсутствуют попытки найти виноватого или винить себя в неправильно (с сегодняшней точки зрения) прожитой жизни. В случае данного варианта психического старения у пожилого человека формируется полное согласие с самим собой, с естественным ходом событий, с тем, что завершение жизни является неизбежным. С точки зрения Н.Ф. Шахматова, подобная позиция пожилого человека по отношению к своей старости способствует сохранению личности в позднем возрасте.

Если человек пожилого возраста испытывает неадекватное отношение к собственной старости, то у него возникает чувство неудовлетворенности своей жизнью, нищают чувства, появляются хронические недомогания и прогрессирует потеря интереса к окружающему миру. Все этого также ведет к негативным изменениям личности в форме «обострения» личностных черт. Эта новая позиция в большей степени зависит от самого человека пожилого возраста.

На основе проведенного выше анализа литературы можем обобщить, что отношение к своему старению у пожилых людей представляет собой важную составляющую их психической жизни, поэтому могут возникать угрозы их психологической безопасности. В случае, когда пожилые люди воспринимают процесс своего старения, физических и психических изменений как естественный и закономерный, то их самосознание переходит на качественно новый уровень, что позволяет избежать угроз психологической безопасности.

Часто пожилые люди представляют свое будущее в престарелом возрасте как угрожающее, ожидают негативных изменений, в результате этого характерной чертой их «Я-концепции» становится обращение в прошлое.

Итак, ученые высказывают разные точки зрения относительно характеристики лиц пожилого возраста, однако многие из них согласны с тем, что в данный период происходит самооценка прожитой жизни. Пожилые люди стремятся переосмыслить свою жизнь, подвести итоги собственной деятельности.

Исследуя понятие эмоционального старения, А.В. Лазарева указывает на то, что на эмоциональное старение влияют негативные переживания, которые регистрируются в памяти. К ним автор относит разочарования, потери, конфликты, кризисы социальных отношений, стрессовые ситуации, которые сопровождались негативными эмоциями.

То есть человек эмоционально стареет, когда его память на сознательном и бессознательном уровнях загрязняется негативной информацией. К негативной информации можно отнести, как отмечает А.В. Лазарева, социальный мусор: разговоры о смерти, новости в СМИ о несчастных случаях, войне, социальном кризисе, финансовых проблемах. Все это накладывается на особенности эмоциональной сферы пожилых людей, провоцирует склонность к беспричинной сумму, плаксивость, возрастную депрессию, пониженное настроение, страх за будущее.

По мнению Л.Б. Кузнецовой, конструктивное эмоциональное переживание в период геронтогенеза способствует сохранению психического здоровья лиц пожилого возраста, их психологической безопасности. В то же время, на эмоциональное переживание в социальном плане негативно влияет частичная или полная потеря привлечения в профессиональную деятельность, требующей от пожилых людей высокого уровня психологической зрелости, способности к адаптации к новым условиям, умение позитивно воспринимать и оценивать сложившуюся ситуацию и изменения в своей жизни. По результатам эмпирического исследования ученый делает выводы, что в течение периода геронтогенеза снижается эмоциональный фон и положительная оценка своего возраста, теряется оптимизм.

Анализируя общие тенденции доминирующей эмоциональной направленности, Т.Л. Шабанова отмечает, что престарелые, по сравнению с людьми среднего возраста, более интенсивно проявляют негативное отношение к различным сторонам жизни, к своему

будущему, к отношениям с другими людьми, по ее мнению, указывает на недостаточную социализацию пожилых людей. Проявления тревоги, раздражения, пессимизма, грусти связанные с негативной оценкой действительности и невозможностью удовлетворять свои объективные потребности. Специфика ценностных переживаний проявляется в увеличении потребности в романтических и акизитивних эмоциях, проявляющаяся в склонности к идеализации действительности, мечтательности.

Таким образом, угроза – это имеющееся негативное психическое явление, влияние которого может повлечь негативные изменения в содержании психологии личности.

Выводы по первой главе

Под информационно-психологическая безопасность пожилых людей рассмотрим как состояние защищенности граждан пожилого возраста, от негативных информационно-психологических воздействий, которые осуществляются в информационном пространстве .

Компоненты предлагаемой системы информационно-психологической безопасности (психические процессы, состояния, ценностные ориентации, типологические характеристики, эмоциональная нестабильность и т.п.) могут выступать в качестве детерминант ее развития в целом и выполняться на разных этапах формирования информационно-психологической безопасности.

Основной угрозой информационно-психологической безопасности пожилых людей, является эмоциональная нестабильность, доверчивость.

Угроза – это имеющееся негативное психическое явление, влияние которого может повлечь негативные изменения в содержании психологии личности. Действие угрозы проявляется в блокировании на неосознаваемом уровне свободы волеизъявления человека, прививке ему синдрома зависимости, а также потере способности к самоидентификации.

Угроза информационно-психологической безопасности - является та часть информационной среды общества, которая в силу различных причин не адекватно отражает окружающий человека мир. Т.е. информация, которая вводит людей в заблуждение, в мир иллюзий, не позволяет адекватно воспринимать окружающее и самого себя.

В силу этих особенностей пожилые люди отличаются степенью восприимчивости к различным информационным воздействиям, возможностями анализа и оценки поступающей информации и т.д. Кроме индивидуальных особенностей есть и определенные общие характеристики и закономерности функционирования психики, которые влияют на степень подверженности информационно-психологическому воздействию и присущи большинству людей.

Глава 2. Эмпирическое исследование формирования информационно-психологической безопасности пожилых людей.

2.1. Диагностика и характеристика уровня информационно-психологической безопасности.

Информационно-психологическая безопасность пожилых людей — это состояние защищенности граждан пожилого возраста, от негативных информационно-психологических воздействий, которые осуществляются в информационном пространстве .

Содержание по понятию информационно-психологической безопасности, можно выделить структурные компоненты информационно-психологической безопасности, которые состоят из следующих компонентов:

1. Мотивационный;
2. Эмоционально-волевой;
3. Когнитивный;
4. Деятельностный;

Показатели компонентов.

Таблица 1

№	Компоненты	Показатель формирования	Методы исследования	Описание уровня формирования компонентов
1	Мотивационный	Удовлетворенность жизнью, мотивы реализации в жизни.	Тест на тревожность Спилберг-Ханина.	Высокий уровень- низкий показатель тревожности, полная удовлетворенность жизнью. Средний уровень-средний уровень тревожности, частично удовлетворен жизнью. Низкий уровень- высокий показатель тревожности, отсутствие удовлетворенности в жизни.
2	Эмоционально-волевой	Позитивные эмоциональные переживания, нейтральные и негативные эмоции	Тест на тревожность Спилберг-Ханина	Высокий уровень- у получателя позитивный эмоциональный настрой, положительные эмоции. Средний уровень- не всегда позитивные эмоции, чаще всего нейтральные. Низкий уровень- высокий показатель негативных эмоций, эмоциональных переживаний.

3	Когнитивный	Знание об угрозах и опасностях информационно-психологической безопасности, и о способах защиты.	Анкетирование на выявление знаний об интернет угрозах.	Высокий уровень - все получатели владеют информацией об интернет угрозах, умеют применять способы защиты. Средний уровень - владеют информацией частично, знают только некоторые виды угроз, Низкий уровень - не владеют информацией, не знают какие существуют угрозы. И способы защиты от них.
4	Деятельностный	Умение применять способы обеспечения информационно-психологической безопасности.	Наблюдение: конкретные формы поведения, создаваемые ситуации.	Высокий уровень- получатель умеет применять способы обеспечения информационно-психологической безопасности. Средний уровень- умеет применять способы частично. Низкий уровень- не умеет применять способы обеспечения информационно-психологической безопасности.

Как мы видим, человек в пожилом возрасте сталкивается со множеством трудностей, подвергающих его жизнь значительным изменениям, к которым не всегда можно легко и быстро адаптироваться.

Поэтому необходимо изучать информационно-психологическую безопасность людей пожилого возраста в первую очередь для того, чтобы помогать создавать благоприятные условия для их жизнедеятельности.

Наша работа по исследованию информационно-психологической безопасности у пожилых людей была организована и проведена на базе Краевого Государственного Бюджетного учреждения «Комплексного центра социального обслуживания «Емельяновский». В исследовании приняли участие 5 пожилых людей обслуживаемые на дому.

Нами было проведено эмпирическое исследование информационно-психологической безопасности пожилых людей.

Достижению поставленной цели способствовало решение ряда задач:

- определение выборки исследования;
- определение методики исследования;
- проведение диагностики;
- анализ и интерпретация данных.

Выборку исследования составили лица пожилого возраста в количестве 5 человек. Возраст испытуемых – 65-70 лет.

Исследование проходило в три этапа, характеристика которых представлена в таблице 2.

Таблица 2

Характеристика этапов исследования

Этап	Цель	Метод / методика
1 этап - организационный	Цель этапа состояла в определении выборки исследования, выборе диагностической методики.	Анализ литературы по теме исследования, синтез и обобщение.
2 этап – диагностический.	Цель этапа состояла в проведении диагностики тревожности и выявление знаний об интернет угрозах лиц пожилого возраста.	1. Тест на тревожность Спилберг-Ханина. 2. Анкетирование на выявление знаний об интернет угрозах.
3 этап – интерпретационный	Цель этапа состояла в проведении анализа полученных в результате диагностики данных.	Методы количественной и качественной обработки данных.

1. Для измерения уровня тревожности по компонентам мотивационный и эмоционально-волевой для лиц пожилого возраста был использован Тест на тревожность Спилбергера Ханина. (Методика оценки тревожности Ч.Д. Спилбергера и Ю.Л. Ханина). Данный тест позволяет определить уровень тревожности у лиц пожилого возраста.

Тест на тревожность Спилбергера Ханина определяет уровень тревожности исходя из шкалы самооценки (высокая, средняя, низкая тревожность).

Тревожность ситуативная (СТ) возникает как реакция на стрессоры, чаще всего социально-психологического плана (ожидание агрессивной реакции, угроза самоуважению и т.д.).

Личностная (ЛТ) – дает представление о подверженности личности воздействию тех или иных стрессоров по причине своих индивидуальных особенностей.

Ситуативная и личностная тревожность связаны с видами темперамента (за Я. Стреляу). Так высокий уровень вовлеченности в деятельность (т.е. высокий уровень СТ) характерен для меланхоликов, средний – для флегматика, низкий – для холерика и в последнюю очередь, для сангвиника.

Применения методики Спилбергера Ханина мы получили результаты, которые представлены в Таблице 3.

Таблица 3

Результаты опроса по методике «Шкала Спилберг-Ханина».

№п/п	Группа		
	Испытуемый	Баллы	Уровень тревожности
1	Получатель 1	52	Высокий
2	Получатель 2	50	Высокий
3	Получатель 3	36	Средний

4	Получатель 4	21	Низкий
5	Получатель 5	34	Средний

В рамках диагностики уровня тревожности, данное исследование позволило выявить следующее:

№	Испытуемый	Уровень тревожности	Описание уровня
1	Получатель 1	Высокий	Отсутствует удовлетворенность в жизни, высокий показатель негативных эмоций.
2	Получатель 2	Высокий	Нет стремления к мотивации реализации в жизни, высокий показатель эмоциональных переживаний.
3	Получатель 3	Средний	Частичное удовлетворение в жизни, не всегда позитивные эмоции, частое смена настроения.
4	Получатель 4	Низкий	Позитивный эмоциональный настрой, полная удовлетворенность в жизни, умение управлять своими эмоциями и на разные ситуации смотреть положительно.
5	Получатель 5	Средний	Нейтральное отношение к мотивом реализации в жизни.

2. Для измерения уровня знаний об интернет угрозах, было проведено анкетирование по когнитивному компоненту. Которое позволит определить уровень знаний об информационных угрозах у пожилых людей обслуживаемых на дому.

Результаты анкетирования.

Таблица 4

№п/п	Группа		
	Испытуемый	Баллы	Уровень знаний
1	Получатель 1	6	Средний
2	Получатель 2	3	Низкий
3	Получатель 3	2	Низкий
4	Получатель 4	4	Низкий
5	Получатель 5	8	Средний

По результатам анкетирования данное исследование позволило выявить следующие уровни:

№	Испытуемый	Уровень знаний	Описание уровня
1	Получатель 1	Средний	владеет частично информацией, умеет применять способы защиты.
2	Получатель 2	Низкий	Не знает какие существуют интернет угрозы, не владеет информацией о способах защиты.
3	Получатель 3	Низкий	Не знает какие существуют интернет угрозы, не владеет информацией о способах защиты.
4	Получатель 4	Низкий	Не знает какие существуют интернет угрозы, не владеет информацией о способах защиты.
5	Получатель 5	Средний	Знает только некоторые виды угроз, владеют информацией частично.

Полученные результаты исследования показали:

Методика	Результаты	Показатели
Тест на тревожность	40%- высокий 40%-средний 20%- низкий	Высокий и средний уровень выражен нервно-эмоциональным напряжением, влияние информационной среды.
Анкетирование	60%- низкий 40%-средний	Низкий - не применяют знания об интернет угрозах, не знают угрозы Средний - применяют частично.

3. Наблюдение по деятельностному компоненту показало нам, что в различных ситуациях пожилые люди не всегда адекватно оценивают ситуацию. Частое смена настроения. Не всегда могут применить обеспечение информационно-психологической безопасности, и правильно применять способы ее защиты.

2.2. Разработка и реализация программы, направленной на формирование информационно-психологической безопасности пожилых людей обслуживаемых на дому.

Люди пожилого возраста – одна из тех категорий российских граждан, которая в большей мере нуждается в помощи и поддержке. Пожилым людям требуется определенная забота и опека для минимизации рисков, которым подвержены люди в старости, наиболее актуальные направления помощи: морально-психологическая, социальная.

Актуальность Программы заключается в поиске оптимальных путей решения по разъяснительной, пропагандисткой, просветительской деятельности Учреждения, направленной на повышение уровня осведомленности по информационно-психологической безопасности на интернет угрозы, и предоставление психологической помощи на уменьшение уровня тревожности для граждан пожилого возраста обслуживаемых на дому.

Цели, задачи и направления программы

Цель программы «Школа безопасности для людей пожилого возраста»: повышение уровня информационно-психологической безопасности лиц пожилого возраста, в повседневной жизни. Повышение знаний об интернет угрозах. Психологическая поддержка.

Задачи программы:

1. Ознакомление с видами интернет угроз, угрожающих человеку в повседневной жизни,
2. Изучение и освоение методов и приемов защиты.
3. Развитие способностей анализировать ситуации, принимать безопасные решения.
4. Работа психолога направленная на уменьшение уровня тревожности.

Категория обучаемых:

Пожилые граждане обслуживаемые на дому.

План программы

Таблица 4

Проблема	Что нужно сделать	Мероприятия
Отсутствие знаний об интернет угрозах	Повышение уровня знаний	Занятие № 1 " Виды интернет угроз" Занятие №2 " Способы защиты"
Высокий уровень тревожности	Выявить, что вызывает тревожность, провести работу с психологом.	Занятие №3 "Мотивация" Занятие № 4 "Положительный настрой" Занятие № 5 "События моей мечты"

Для повышения уровня знаний об интернет угрозах, и способах её защиты берем блок из 2 занятий, которые будут проводиться специалистом по компьютерной грамотности :

- занятие №1;
- занятие №2;

Эти занятия помогут пожилым людям обслуживаемым на дому узнать какие существуют интернет угрозы, способы защиты от них.

На занятие №1 пожилым людям обслуживаемым на дому представят виды угроз, которые существуют в интернет ресурсах:

1. Мошенничество в отношении людей пожилого возраста, к ним относятся:

– визит домой под видом представителей государственных организаций, например: Пенсионного фонда РФ, социальной службы и т.д., мошенники проникают в дом граждан, дезинформируют их совершая в отношении них преступные действия;

– телефонные звонки с заведомо ложной информацией – это могут быть звонки с просьбой о помощи, с требованием погашения задолженности, доступа к банковским картам из-за фиктивной попытки несанкционированного владельцем съёма денежных средств некими мошенниками

и

другие;

– обман-рассылка – сообщения о выигрыше, доступ к услугам через отправку сообщений и т.д.;

– сетевой маркетинг – предложение «выгодно» приобрести какой-нибудь товар, будь то медицинский препарат или бытовой прибор, средства бытовой химии и прочее.

Этот весомый внешний фактор оказывает мощное воздействие на старшее поколение в границах наступления пенсионного возраста, что усиливает чувство тревожности.

2. Электронные риски- это возможность столкнуться с хищением персональной информации, риск подвергнуться вирусной атаке, онлайн-мошенничеству, спам-атаке, и т.д.

3. Фэйковой информацией- это новость которая подается как правдивое сообщение, но при этом повествует о невероятных фактах и сомнительных событиях, скорее всего данная информация является недостоверной. Часто в таких новостях используются ссылки даже на вызывающие доверия источники.

4. Потребительские риски- включают в себя приобретение товара низкого качества, различные подделки, контрафактная продукция, потеря денежных средств без приобретения товара или услуги, хищение персональной информации с целью кибер-мошенничества. К сожалению, люди пожилого возраста недостаточно подкованы в вопросах безопасности в интернете, и часто становятся жертвами потребительских рисков. Лишь половина интернет-пользователей в пожилом возрасте задумываются о том, что любая финансовая операция в интернете сопряжена с определенными рисками.

Занятие №2 "способы защиты"

1. Мошенничество- в целях профилактики преступлений совершаемых в отношении лиц пожилого возраста рекомендуется:

- не открывать двери незнакомым людям, в том числе представившимся сотрудником различных социальных служб. (только после предъявления документа).

- не хранить дома денежные средства в крупном размере. Лучше положить их в банк.

- не отвечать на смс-рассылки с незнакомых номеров.

- не покупать товары предлагаемыми незнакомыми людьми по более выгодным условиям.

- телефонные звонки с ложной информацией, просьбой о помощи, или если ваш родственник в беде; (обязательно позвонить сначала родственникам и уточнить звонили ли они.)

- никому не сообщать данные своих банковских счетов.

2.Электронные риски- в целях профилактики для защиты от вирусной атаки, и хищение персональных данных, проводится консультация какие имеются антивирусные программы для защиты компьютеров, ноутбуков и т.д.

3. Фейковая информация – это ложная или вводящая в заблуждение информация, выдаваемая за реальные новости. Как правило, фейковые новости делятся на две категории:

- Заведомо ложная информация – автор, публикующий материал, знает, что в нем содержатся недостоверные сведения. Целью таких действий может быть манипулирование общественным мнением или увеличение посещаемости определенного веб-сайта.

- В целом неточная информация, но содержащая достоверные данные. В этом случае автор мог проверить не все факты или преувеличить некоторые аспекты, чтобы подчеркнуть конкретную точку зрения.

Типы фейковой информации:

Существуют разные типы фейковых новостей. Они зависят от мотивации тех, кто их создает.

Например:

- Кликбейтные заголовки

Сенсационность продает – возмутительные и необычные истории или искаженные изображения увеличивают количество просмотров и распространение публикаций в интернете. Кликбейтные заголовки используются специально для привлечения посетителей на сайт и увеличения доходов владельцев сайта от рекламы. Однако часто это делается в ущерб правдивости и точности информации.

-Пропаганда

В целях пропаганды используется ложная информация или искаженные факты, задача которых – ввести аудиторию в заблуждение и продвигать политическую программу или предвзятую точку зрения.

-Вводящие в заблуждение заголовки

Иногда сама новость может быть в целом правдивой, но чтобы побудить читателей открыть ее, используется сенсационный или вводящий в заблуждение заголовок. Это может привести к появлению фальшивых новостей, поскольку в социальных сетях – основном месте распространения новостей, обычно отображается только заголовок и небольшой фрагмент статьи.

- Подставной контент

В этом случае ложные, выдуманные истории выдаются за сведения из подлинных источников новостей, с целью ввести аудиторию в заблуждение.

Чем опасны фейковые новости?

Люди часто принимают важные решения, например, за кого голосовать на выборах или какое лечение принимать, на основе информации, полученной из новостей, поэтому достоверность новостей настолько важна.

Фейковые новости несут в себе следующие опасности:

- Когда люди не могут отличить реальные новости от фейковых, создается путаница и непонимание по важным социальным и политическим вопросам. У людей возникает общее ощущение, что «нельзя верить всему, что вы читаете». Это подрывает общее доверие к серьезным источникам новостей.
- Фейковая и вводящая в заблуждение информация о лечении серьезных заболеваний, таких как рак или Covid-19, может привести к тому, что люди примут неверные решения касательно своего здоровья.
- Многие фейковые новости нацелены на разжигание и обострение социальных конфликтов. У сторонников каждой точки зрения имеются собственные «факты», что ведет к росту поляризации общества и может повлиять на результаты выборов.

Как распознать фейковые новости

Так как же определить фейковые новости в Facebook и других социальных сетях? Как, будучи студентом, избежать фейковых новостей? Как не участвовать в случайном распространении ложной информации в интернете? Ниже приведены десять советов, как выявлять ложную информацию, распознавать поддельные новостные сайты и оценивать данные, прежде чем ими делиться.

1. Проверьте источник

Проверьте веб-адрес страницы, которую вы просматриваете. Иногда в веб-адресах сайтов фейковых новостей содержатся орфографические ошибки или используются редкие доменные расширения, такие как .infonet или .offer. Если вы не знакомы с сайтом, перейдите в раздел «О компании».

2. Оцените автора

Найдите информацию об авторе, чтобы понять, заслуживает ли он доверия: реальный ли это человек, какая у него репутация, относятся ли его статьи к конкретной области знаний и освещает ли он определенные вопросы? Оцените, в чем может быть мотивация автора.

3. Проверьте другие источники

Сообщают ли об этом факте другие авторитетные новостные источники или СМИ? Цитируются ли в статье достоверные источники? Профессиональные мировые новостные агентства в соответствии с редакционными правилами обязаны проверять достоверность фактов, кроме того, они имеют для этого обширные ресурсы, поэтому, если они также сообщают об этом факте, это хороший признак.

4. Сохраняйте критическое мышление

Многие фейковые новости составлены с целью спровоцировать сильные эмоциональные реакции, например, страх или гнев. Сохраняйте критический настрой, спросите себя: с какой целью написана эта статья? Продвигает ли она определенные взгляды или вопросы? Возможно, в статье предпринимается попытка заставить пользователя перейти на другой веб-сайт?

5. Проверьте факты

Достоверные новости включают множество фактов: данные, статистику, цитаты экспертов и прочие. Если все это отсутствует, задайтесь вопросом – почему. Отчеты с ложной информацией часто содержат неверные даты или измененные сроки, поэтому рекомендуется проверить дату публикации статьи. Это актуальная или устаревшая новость?

6. Оцените комментарии

Даже реальная статья или видео может не иметь комментариев. Часто ссылки и комментарии к статье могут автоматически создаваться ботами или пользователями, нанятыми для размещения вводящей в заблуждение информации.

7. Оцените собственные убеждения

У всех нас есть убеждения. Способны ли они повлиять на нашу реакцию на статью? Социальные сети могут создавать эхо-камеры, предлагая статьи, соответствующие вашим поисковым запросам, интересам и мнениям. Чем больше информации из разных источников и с разных точек зрения вы получаете, тем больше вероятность того, что удастся сделать правильные выводы.

8. Проверьте, не является ли статья шуточной

Сайты сатирических новостей весьма популярны, однако не всегда понятно, является ли новость шуточной или реальной. Перейдите на сам веб-сайт, чтобы понять, типично ли для него публиковать сатирические и смешные истории.

9. Проверьте подлинность изображений

Изображения в социальных сетях могли быть отредактированы или изменены. Возможные признаки редактирования изображений включают деформацию (прямые линии на

заднем фоне выглядят изогнутыми), странные тени, неровные края, нереально идеальный оттенок кожи. Кроме того, изображение может быть реальным, но использоваться в рамках вводящего в заблуждение контекста. Обратный поиск изображений в Google позволяет проверить, откуда было взято изображение и было ли оно изменено.

4. Потребительские риски - потери человеческого потенциала появляется по целому ряду причин: отсутствие информации и знаний о возможности потребительского риска; наполнение потребительской сферы некачественными товарами и подделками; недостаток денежных средств для покупки более качественных товаров; отсутствие опыта потребительского выбора и т. д.

В отличие от привычного определения потребительского риска как вероятности покупки некачественного товара мы рассматриваем этот феномен как потерю части человеческого потенциала (здоровья, душевного равновесия, денег), наступившую после осуществления потребительского поведения без должного осмысления реальной ситуации и оценки будущих результатов.

Рекомендации:

- оградить себя от интернет покупок;
- не вводить номер карты или счета на незнакомых сайтах;
- пользоваться только проверенными сайтами.

Для выявления психологического состояния и уменьшения уровня тревожности у пожилых людей, психолог комплексного центра социального обслуживания проведет занятие № 3, №4, №5.

Эти занятия позволят психологу выявить у пожилых людей обслуживаемых на дому от чего возникает высокий уровень тревожности, и как от неё избавиться.

Реализация программы

Программа реализуется по трем направлениям: теоретическое, диагностическое и практическое. Методы могут варьироваться в зависимости от требований ситуации.

Ожидаемый результат

улучшение настроения;

профилактика депрессивных (стрессовых состояний);

снятие психоэмоционального напряжения;

освоение навыков саморегуляции, восстановление сил;

активизация собственного потенциала человека;

предотвращение самоизоляции, одиночества;

повышения уровня жизненной активности.

Эффективными методами психокоррекционной деятельности являются:

- психологическая поддержка – комплекс плановых или эпизодических мероприятий, направленных на поощрение позитивных сдвигов и результатов поведения и деятельности инвалида;

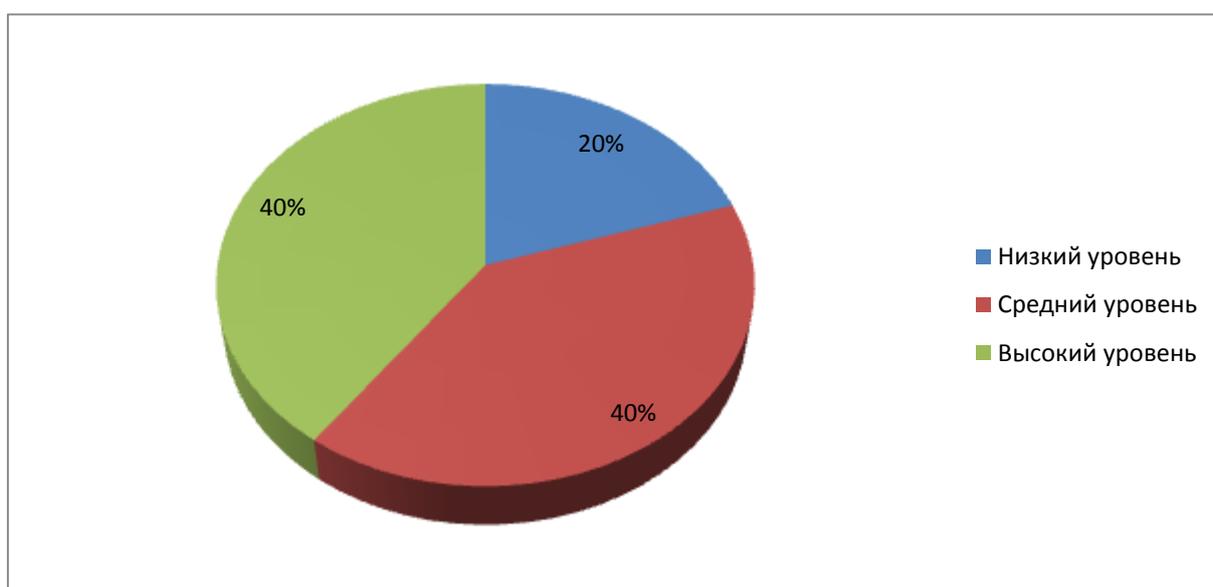
- психологическое сопровождение представляет собой альтернативный набор мероприятий, в которых проявляется психическая активность личности в присутствии и при поддержке специалиста;

- психологическое внушение – безальтернативное указание на вполне определенный порядок поведения и деятельности в соответствии с нормой;

- социально – психологическое – комплекс организационных и групповых мероприятий, направленных на создание благоприятных условий социального взаимодействия личности;

- психологическая нагрузка – способ формирования навыков преодоления психологически сложных для разрешения ситуаций в эмоциональной и рациональной сфере.

Чтобы определить уровень тревожности мы провели Тест на тревожность Спилбергера Ханина, который показал наибольший балл высокого уровня.



Занятие № 3 «Мотивация».

Необходимо составить список выгод избавления от тревоги.

- я смогу спокойно спать по ночам;
- я смогу посещать любые места и наслаждаться этим;
- в течение всего дня я буду чувствовать энергичность и радость;
- я смогу продуктивно работать и полноценно расслабляться;
- мои отношения с близкими улучшатся.

Занятие № 4 «Положительный настрой».

Чтобы настроить себя на изменения и избавиться от тревожности, необходимо добавить простые радости в свою жизнь:

- общайся с приятными людьми, занимайся любимым делом, спортом, больше гуляй на свежем воздухе;
- развивай умение жить «здесь и сейчас» (отпусти прошлое и не заглядывай далеко в будущее);
- старайся не конфликтовать, не общайся с токсичными людьми, меньше смотри телевизор (особенно новостные выпуски).

Чувство тревоги отрицательным образом сказывается на самых разных аспектах жизни. Если не бороться с этим тягостным ощущением, оно будет лишь усиливаться, из-за чего как душевное, так и физическое самочувствие будет стремительно ухудшаться.

Не бойся страхов и тревог — это эмоции, данные человеку природой для выживания. Если научишься с ними справляться, жить станет проще, самочувствие улучшится. И помни — если у тебя есть твердое «зачем», то ты преодолешь любое «как». Уверена, что каждый, кто твердо решил избавиться от тревожности, прекрасно знает, зачем это ему нужно.

В результате проведения мероприятий у пожилых людей появилось больше возможности осознать все интернет угрозы, и способы защитить себя от них.

Также работа психолога поможет вывести из высокого уровня тревожности пожилых людей, что будет способствовать положительному уровню жизни.

Занятие № 5 «События моей жизни».

Для развития адекватности жизненных планов, то есть развития соответствия планов действительности и чувства меры при планировании каких либо целей была проведена работа с упражнением " событие моей жизни" , мы предложили пожилым людям нарисовать «график событий». На горизонтальной оси «Время» указываются годы жизни не только прошедшие и настоящие, но и будущие. На вертикальной – «События» – значимость событий жизни, которая отражается высотой разноцветных столбиков от 1 до 10. Синим цветом обозначаются события прошлого, красным – настоящего, зеленым – будущего.

Интересно рассуждали на разные темы, например: Как протекала ваша жизнь до сегодняшнего дня? В чем ваши успехи и поражения? О каких событиях хотелось бы забыть? Каким вы видите свое будущее? Чего хотели бы достичь? Каких ударов судьбы ожидаете? При чем было заметно, что кто-то открыто и легко рассказывает то, что думает. А некоторым пожилым людям было тяжело раскрыться.

После внедрения разработанной программы мы повторно провели диагностику по уровню тревожности и знаний об интернет угрозах у пожилых людей обслуживаемых на дому.

Работа с психологам направленная на уменьшение уровня тревожности показала, что пожилые люди обслуживаемые на дому стали менее раздражительны, появилась мотивация к жизни, стали более открыты к общению.

После повторного проведения теста на тревожность Спилберга-Ханина, данный тест показал:

№п/п	Группа		
	Испытуемый	Баллы	Уровень тревожности
1	Получатель 1	37	средний
2	Получатель 2	35	средний
3	Получатель 3	24	низкий

4	Получатель 4	21	низкий
5	Получатель 5	18	низкий

Как мы видим высокий уровень тревожности у пожилых людей уже не проявляется, что характеризуется позитивным настроем, мотивацией к жизни.

Далее мы провели повторное анкетирование на знание об интернет угрозах и способов защиты от них.

Результаты анкетирования.

№п/п	Группа		
	Испытуемый	Баллы	Уровень знаний
1	Получатель 1	9	Высокий
2	Получатель 2	6	Средний
3	Получатель 3	10	Высокий
4	Получатель 4	5	Средний
5	Получатель 5	11	Высокий

Проведенное исследование по повторному анкетированию показало, что пожилые люди после занятий направленных на знание об интернет угрозах показали наивысший балл.

Данные занятия помогли узнать пожилым людям о распространенных интернет угрозах. Также как можно защититься от них, чтобы не стать жертвой мошенников и др.

Вывод по второй главе

Работа по выявлению интернет угроз и уровня тревожности у пожилых людей обслуживаемых на дому проходила в 3 этапах:

1. Организационный- определение выборки исследования и выборе диагностической методике.

2. Диагностический- проведение диагностики на уровень тревожности и выявление знаний об интернет угрозах. Исследование проходило в двух этапах способом тестирования:

- Тест на тревожность Спилбергера Ханина.

- Анкетирование на выявление знаний об интернет угрозах.

3. Интерпретационный- проведении анализа полученных в результате диагностики данных.

В исследовании приняли 5 пожилых людей, нами были получены следующие результаты:

Тест на тревожность- 40% имеют высокий уровень, 40% средний уровень, 20% низкий уровень.

Анкетирование на выявление знаний об интернет угрозах- 60% низкий уровень, 40 % средний.

Далее мы разработали программу направленную на изучение интернет угроз и способы защиты от них, также была проведена работа психологом с пожилыми людьми на уменьшение уровня тревожности.

Программа состояла из 4 занятий.

Заключение

Под информационно-психологической безопасностью пожилых людей в нашем исследовании понимается, состояние защищенности граждан пожилого возраста, от негативных информационно-психологических воздействий, которые осуществляются в информационном пространстве .

Компоненты предлагаемой системы информационно-психологической безопасности (эмоциональное переживание, удовлетворенность жизнью, умение применять способы обеспечения информационно-психологической безопасности и т.п.) могут выступать в качестве ее развития в целом и выполняться на разных этапах формирования информационно-психологической безопасности и защиты от интернет угроз.

Основной угрозой информационно-психологической безопасности пожилых людей, является эмоциональная нестабильность, доверчивость.

Угроза информационно-психологической безопасности - является та часть информационной среды общества, которая в силу различных причин не адекватно отражает окружающий человека мир. Т.е. информация, которая вводит людей в заблуждение, в мир иллюзий, не позволяет адекватно воспринимать окружающее и самого себя.

Необходимо провести ряд занятий, по обучению интернет угроз и способам защиты от них. Также провести работу с психологом на выявление и уменьшение уровня тревожности у пожилых людей обслуживаемых на дому.

Данная работа проходила в 3 этапах, состояла из 4 занятий:

1. Организационный- определение выборки исследования и выборе диагностической методике.

2. Диагностический- проведение диагностики на уровень тревожности и выявление знаний об интернет угрозах. Исследование проходило в двух этапах способом тестирования:

- Тест на тревожность Спилбергера Ханина.

- Анкетирование на выявление знаний об интернет угрозах.

3. Интерпретационный- проведении анализа полученных в результате диагностики данных.

В исследовании приняли 5 пожилых людей, нами были получены следующие результаты:

Тест на тревожность- 40% имеют высокий уровень, 40% средний уровень, 20% низкий уровень.

Анкетирование на выявление знаний об интернет угрозах- 60% низкий уровень, 40 % средний.

Далее мы разработали программу направленную на изучение интернет угроз и способы защиты от них, также была проведена работа психологом с пожилыми людьми на уменьшение уровня тревожности.

Проблема	Что нужно сделать	Мероприятия
Отсутствие знаний об интернет угрозах	Повышение уровня знаний	Занятие № 1 " Виды интернет угроз" Занятие №2 " Способы защиты"
Высокий уровень	Выявить, что вызывает	Занятие №3

тревожности	тревожность, провести работу с психологом.	"Мотивация" Занятие № 4 "Положительный настрой"
-------------	--	--

Таким образом, гипотеза, выдвинутая в начале исследования, нашла своё утверждение. Повышение уровня знаний об интернет угрозах и способы защиты от них, также уменьшение уровня тревожности у пожилых людей будут способствовать следующие условия:

- организация и проведение занятий по обучению, какие существуют виды угроз и способы защиты от них.

- организация и проведение занятий на выявление что вызывает тревожность у пожилых людей, и как снизить уровень тревожности.

Список использованной литературы

1. Зотова, О. Ю. Потребность в безопасности у представителей разных социально-экономических групп [Текст] / О. Ю. Зотова // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. – 2011. – № 4. – С. 84-91.
2. Зотова, О. Ю. Технологии коммуникативного взаимодействия для обеспечения безопасности и доверия [Текст] / О. Ю. Зотова // Национальный психологический журнал. – 2012. – № 1(7). – С. 88-94.
3. Литвинова А.В. Психологическая безопасность личности как ресурс биопсихологического возраста / А.В. Литвинова- Москва 2020.
4. Проект Федерального закона РФ «Об информационно-психологической безопасности» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.memo.ru/hr/gosduma/Wyp15/info.htm>.
5. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев. – СПб.: Питер, 2001. – 288 с.
6. Баева И.А. Психологическая безопасность образовательной среды: дис. ... доктора психол. наук: спец. 19.00.07 / И.А. Баева. – М., 2003. – 386 с.
7. Белашева ИВ. Психология экстремальных и чрезвычайных состояний: учебное пособие / И.В. Белашева, А.В. Суворова, И.Н. Польшакова, Н.В. Осипова, Д.А. Ершова. – Ставрополь: Изд-во СКФУ, 2015. – 262 с.
8. Гончарова О.В. Психологическая безопасность личности в экстремальных условиях // Russian Journal of Education and Psychology. – 2014. – №9 (41). – С. 3-12.
9. Грачев Г.В. Личность и общество: информационно-психологическая безопасность и психологическая защита / Г.В. Грачев. – М.: Изд-во ПЕРСЭ, 2003. – 304 с.
10. Грачев Г.В. Личность и общество: информационно-психологическая безопасность и психологическая защита / Г.В. Грачев. – М.: Изд-во ПЕР СЭ, 2003. – 304 с.
11. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2001. – 464 с.
12. Котик М.А. Психология и безопасность / М.А. Котик. – Таллинн: Валгус, 1989. – 448 с.
13. Крайг Г. Психология развития / Г. Крайг. – СПб.: Питер, 2000. – 992 с.
14. Краснова О.В. Стереотипы пожилых и отношение к ним / О.В. Краснова // Психология зрелости и старения. – 1998. – №30 (1). – С.33-45.

15. Кузнецова Л.Б. Психологические особенности переживания процесса старения / Л.Б. Кузнецова // Вопросы журналистики, педагогики, языкознания. – 2015. – №24 (221). – С. 173-181.
16. Лазарева А.В. Сопоставительный анализ взглядов на эмоциональное старение человека / А.В. Лазарева // Акмеология. – 2016. – № 1 (57). – С. 114-118.
17. Марцинковская Т.Д. Особенности психического развития в позднем возрасте / Т.Д. Марцинковская // Психология зрелости и старения. – 2000. – №3 (38). – С.16-26.
18. Носков Ю.Г. Опасность и безопасность с позиции деятельностного подхода / Ю.Г. Носков // Безопасность. – 1998. – № 1–2 (41). – С. 170-179.
19. Парсонс Т. О структуре социального действия / Т. Парсонс. – М.: Академический Проект, 2000. – 880 с.
20. Приходько И.И. Концепция психологической безопасности персонала экстремальных видов деятельности [Электронный ресурс] / И.И. Приходько // Информационно-гуманитарный портал «Знание. Понимание. Умение». – М., 2013. – № 3 (май июнь). Режим доступа: URL: http://www.zpujournal.ru/e-zpu/2013/3/Prikhodko_Psychological-Safety/.
21. Приходько И.И. Разработка психодиагностического инструментария определения психологической безопасности личности специалистов экстремальных видов деятельности // Вестник ГУУ. – 2013. – №11. – С. 242-253.
22. Психология безопасности, психологическая безопасность личности: человек и общество. Материалы Всероссийской научно-практической конференции. 13-14 октября 2011 г. / Под общей редакцией М.М. Далгатова. – Махачкала: ИП Овчинников (АЛЕФ). – 358 с.
23. Психология старости и старения: Хрестоматия: Учеб. пособие для студ. психол. фак. высш. учеб. заведений / Сост. О. В. Краснова, А.Г. Лидере. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 416 с.
24. Смолян Г.Л. Политико-идеологическая составляющая информационно-психологической безопасности / Г.Л. Смолян, Г.М. Зараковский // Общественные науки и современность. – 1997. – № 5. – С. 35-43.
25. Сухов А.Н. Социальная психология безопасности: учебное пособие / А.Н. Сухов. – М.: Академия, 2002. – 256 с.
26. Харламенкова Н.Е. Психологическая безопасность личности: имплицитная и эксплицитная концепции / Н.Е. Харламенкова, Н.В. Тарабрина, Ю.В. Быховец, О.А. Ворона, Н.Н. Казымова, Е.Н. Дымова, Н.Е. Шаталова. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2017. – 263 с.
27. Чиркина С.Е. Основы формирования психологически безопасной образовательной среды: учебно-методическое пособие / С.Е. Чиркина, Р.А. Ахмеров, К.С. Бажин, Е.В. Царева. – Казань: Издательство «Бриг», 2015. – 136 с.
28. Шабанова Т.Л. Исследование ценностных эмоций пожилых людей в контексте социальной адаптации к старости / Т.Л. Шабанова // Economic Consultant. – 2018. – №2 (22). – С. 64-70.
29. Шлыкова Н.Л. Психологическая безопасность субъекта профессиональной деятельности: дис. ... доктора психол. наук: спец. 19.00.03 / Н.Л. Шлыкова. – М., 2004. – 335 с.
30. Шлыкова Н.Л. Психологическая безопасность субъекта профессиональной деятельности: дис. ... доктора психол. наук: спец. 19.00.03 / Н. Л. Шлыкова. – М., 2004. – 335 с.
31. Мелёхин А.И., Сергиенко Е.А. Специфика социального познания в пожилом и старческом возрасте // Социальная психология и общество. 2015. Том 6. № 4. С. 60-77.

Приложение

Приложение А

Тест на тревожность.

Тест определяет уровень тревожности исходя из шкалы самооценки. Ситуативная тревожность больше зависит от текущих проблем и переживаний. Личностная тревожность является постоянной категорией и определяется типом высшей нервной деятельности, темпераментом, характером, воспитанием и приобретенными стратегиями реагирования на внешние факторы. Показатели личностной и ситуативной тревожности связаны между собой: у людей с высокими показателями личностной тревожности ситуативная тревожность в схожих ситуациях проявляется в большей степени.

Инструкция:

Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и выпишите соответствующую цифру справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете в данный момент. Отвечайте первое, что пришло в голову.

ЧАСТЬ 1. СИТУАТИВНАЯ ТРЕВОЖНОСТЬ

№	Утверждение	Нет, это совсем не так	Пожалуй так	Верно	Совершенно верно
1	Я спокоен	1	2	3	4
2	Мне ничто не угрожает	1	2	3	4
3	Я нахожусь в напряжении	1	2	3	4
4	Я испытываю сожаление	1	2	3	4
5	Я чувствую себя свободно	1	2	3	4
6	Я расстроен	1	2	3	4
7	Меня волнуют возможные неудачи	1	2	3	4
8	Я чувствую себя отдохнувшим	1	2	3	4
9	Я встревожен	1	2	3	4
10	Я испытываю чувство внутреннего удовлетворения	1	2	3	4
11	Я уверен в себе	1	2	3	4
12	Я нервничаю	1	2	3	4
13	Я не нахожу себе место	1	2	3	4
14	Я взвинчен	1	2	3	4
15	Я не чувствую скованности, напряжения	1	2	3	4
16	Я доволен	1	2	3	4

17	Я озабочен	1	2	3	4
18	Я слишком возбужден и мне не по себе	1	2	3	4
19	Мне радостно	1	2	3	4
20	Мне приятно	1	2	3	4

ЧАСТЬ 2. ЛИЧНОСТНАЯ ТРЕВОЖНОСТЬ

№	Утверждение	Нет, это совсем не так	Пожалуй так	Верно	Совершенно верно
1	Я испытываю удовольствие	1	2	3	4
2	Я быстро устою	1	2	3	4
3	Я легко могу заплакать	1	2	3	4
4	Я хотел бы быть таким же счастливым, как и другие	1	2	3	4
5	Бывает, что я проигрываю из-за того, что недостаточно быстро принимаю решение	1	2	3	4
6	Я чувствую себя бодрым	1	2	3	4
7	Я спокоен, хладнокровен и собран	1	2	3	4
8	Ожидание трудностей очень тревожит меня	1	2	3	4
9	Я слишком переживаю из-за пустяков	1	2	3	4
10	Я бываю вполне счастлив	1	2	3	4
11	Я принимаю всё слишком близко к сердцу	1	2	3	4
12	Мне не хватает уверенности в себе	1	2	3	4
13	Я чувствую себя в безопасности	1	2	3	4
14	Я стараюсь избегать критических ситуаций и трудностей	1	2	3	4
15	У меня бывает хандра	1	2	3	4
16	Я бываю доволен	1	2	3	4
17	Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня	1	2	3	4
18	Я так сильно переживаю свои	1	2	3	4

	разочарования, что потом долго не могу о них забыть				
19	Я уравновешенный человек	1	2	3	4
20	Меня охватывает сильное беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах	1	2	3	4

Обработка результатов:

Ситуативная тревожность (СТ):

Сложите баллы в вопросах указанных в скобках и отнимите от другой суммы.

$СТ = (3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18) - (1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20)$

Личностная тревожность (ЛТ):

Сложите баллы в вопросах указанных в скобках и отнимите от другой суммы и прибавьте 35.

$ЛТ = (2, 3, 4, 5, 8, 11, 12, 14, 15, 17, 18, 20) - (1, 6, 7, 10, 13, 16, 19) + 35$ (число 35)

Интерпретация теста тревожности Спилбергера Ханина:

До 30 баллов – низкая, 31-45 баллов – средняя, 46 баллов и более – высокая тревожность.

Приложение Б

Анкетирование на выявление знаний об интернет угрозах.

Данное анкетирование позволит выявить уровень знаний об интернет угрозах.

Инструкция:

Прочитав вопрос, отметьте галочкой верный ответ.

№	Утверждение	Да	Нет	Не знаю
1	Как вы считаете, если ли опасность в интернете?			
2	Знаете ли вы, какие существуют интернет угрозы?			
3	Знаете ли вы, какие существуют виды мошенничества?			
4	Отвечаете ли вы на смс-рассылки с незнакомых номеров?			
5	Имеются ли на вашем компьютере (ноутбуке) способы защиты? такие как антивирус			
6	Используете ли вы пароли для различных посещений сайтов?			
7	Пользуетесь ли вы интернет магазинами?			
8	Доверяете ли вы информации из интернета?			
9	Подвергались ли вы каким либо рискам используя интернет?			
10	Нравится ли вам пользоваться интернет ресурсами?			
11	Знакомы ли вы с правилами безопасного поведения в интернете?			

Обработка результатов:

от 1 до 4 баллов- низкий уровень;

от 5 до 18 баллов- средний уровень;

от 9 до 11 баллов- высокий уровень.

