

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ГОТОВНОСТЬ К УПРАВЛЕНИЮ «НЕВИДИМЫМ» СТРЕССОМ ЛЮДЕЙ, ПРОЖИВАЮЩИХ В 30-КИЛОМЕТРОВОЙ ЗОНЕ АТОМНОГО ПРОИЗВОДСТВА

Т.Г. Бохан, В.А. Непомнящая, С.А. Богомаз (Томск)

Работа выполнена при финансовой поддержке РГНФ, проект 07-06-64604 а/Т.

Аннотация. Рассматриваются проблемы психологической безопасности и психологической готовности к управлению «невидимым» стрессом людей, проживающих в зоне атомного производства. В ходе эмпирического исследования выявлены психологические параметры, обуславливающие стрессоустойчивость и уравновешенность, благополучие и здоровье, самоконтроль поведения и удовлетворенность качеством жизни у населения, проживающего в 30-километровой зоне атомного производства.

Ключевые слова: невидимый стресс, психологическая безопасность, психологическая готовность к управлению «невидимым» стрессом, 30-километровая зона атомного производства.

Увеличение числа техногенных катастроф на территории России, с одной стороны, и задача расширения атомного производства, связанная с необходимостью усиления энергетического и экономического потенциала страны – с другой, заостряют проблему психологической безопасности людей, проживающих в зоне атомного производства. Как отмечается многими исследователями, психогенное воздействие экстремальных условий складывается не только из прямой угрозы жизни человека, но и опосредованной, связанной с ожиданием ее реализации [1]. Речь идет об условиях, в которых люди подвергаются воздействию «невидимых» стрессоров – переживанию угрозы радиационного поражения. Проблемы, касающиеся переживания «невидимого» стресса в условиях присутствия угрозы неблагоприятного воздействия (без его фактического осуществления), как показал анализ литературы, исследовались в основном на лицах, непосредственно работающих с источниками ионизирующих излучений, а также на участвовавших в ликвидации последствий аварии на ЧАЭС, не страдающих лучевой болезнью и органическими поражениями головного мозга.

Исследования по проблемам психологической безопасности, «невидимого» стресса населения, проживающего и работающего в зоне атомного производства, практически не встречаются. В то же время научными работами в области экологической психологии доказано влияние места проживания на жизнедеятельность человека; показано, что регион, который люди считают неблагоприятным для своей жизнедеятельности, они будут стремиться покинуть или будут испытывать хроническую угрозу и напряжение, следствием которых являются нарушения здоровья, снижение работоспособности, социальная напряженность, неприятие нового в изменениях производства, отсутствие адекватного и конструктивного взгляда на развитие отрасли в регионе, поддержка деструктивных форм экологического движения. В связи с этим возникает необходимость разработки научной проблемы психологической безопасности людей, проживающих в зоне атомного производства, где особое внимание привлекает проблема психологичес-

кой готовности к управлению «невидимым» стрессом. Так как город Томск и Томский район входят в 30-километровую зону атомного производства, а также планируется его дальнейшее развитие, поставленные исследовательские задачи могут иметь как научную значимость, так и практическую для региона.

В психологии достаточно хорошо изучены последствия воздействия на человека «острого» стресса – промышленных и природных катастроф, боевых действий, различных форм насилия над личностью [7]. Вместе с тем почти отсутствуют исследования, касающиеся восприятия и переживания «невидимого» стресса при наличии угрозы неблагоприятного воздействия (без его фактического осуществления). В литературе указывается, что психогенное воздействие «невидимого» стресса создает ситуацию ожидания реализации угрозы для жизни человека [1, 5]. Восприятие человеком возможных неблагоприятных последствий воздействия «невидимых» стрессогенных факторов основывается как на рациональном знании об их наличии, так и на неосознаваемом эмоциональном переживании страха по поводу влияния этих факторов на жизнь и здоровье человека [4, 7]. Уровень осознанности повышается под воздействием информационного фактора, однако это не гарантирует адекватности восприятия ситуации [4, 7]. Более того, в ситуации угрозы радиоактивного заражения информационный фактор определяется как основной травматический фактор. Исследователями отмечается, что восприятие человеком «невидимого» стресса опосредовано индивидуально-личностными, интеллектуальными и эмоциональными особенностями («теорией реальности», сформированной у человека, когнитивной оценкой ситуации, эмоциональной окраской прошлого опыта, уровнем тревожности, индивидуальной устойчивостью субъекта к эмоциональному стрессу и пр.). В контексте проблемы переживания «невидимого» стресса представляется важным изучение такого системного свойства личности, как «психологическая готовность» личности, в частности в аспекте «психологической готовности к управлению «невидимым» стрессом». Чаще всего психологическая готовность исследуется в

проблематике психических состояний и понимается как фактор, опосредующий реализацию потенциальных возможностей человека в конкретных условиях. Сущность психологической готовности трактуется различно, однако большинство исследователей отождествляют психологическую готовность с установкой (Д.С. Узнадзе, А.Г. Асмолов, В.Е. Ключко). В современной науке установка понимается как «готовность к определенной активности, зависящая от наличия потребности и объективной ситуации ее удовлетворения»; так же как «готовность человека к действиям определенным образом, восприятию и пониманию информации, которую он усваивает»; «готовность человека воспринимать стимул или физическое событие во внешнем мире». Ссылки на психологическую готовность встречаются в литературе по психологии спорта и рекламы: готовность интерпретируется как феномен сформированной установки на достижение определенного результата. В работах с позиции ТПС [2, 3, 6, 8] авторы придерживаются понятия установки как «готовности, предрасположенности субъекта, возникающей при предвосхищении им определенного объекта (ситуации) и обеспечивающей устойчивый целенаправленный характер протекания деятельности по отношению к данному объекту (ситуации)». Другими словами, установка проявляется в готовности действовать. Т.О. Шептенко [8] отмечает, что постнеклассическая парадигма позволяет связать психологическую готовность с возможностью выхода за пределы адаптации, преодоления нормы в процессе самореализации, изменения условий и способов жизнедеятельности.

Разработка проблемы психологической безопасности населения, проживающего в зоне атомного производства, требует решения основной исследовательской задачи – изучения психологической готовности людей к управлению «невидимым» стрессом. Поставленная основная задача конкретизируется ее теоретическими и практическими аспектами. К теоретическим относятся уточнение критериев и уровней «невидимого стресса» у людей, проживающих в зоне атомного производства, понятий «управление «невидимым» стрессом», «психологическая готовность к управлению «невидимым» стрессом» с методологической позиции постнеклассической психологии (теории психологических систем); выявление основных характеристик психологической готовности к управлению «невидимым» стрессом»; определение основных угроз, связанных с психологической неготовностью к управлению «невидимым» стрессом, наносящих ущерб психологической безопасности людей разных возрастных и социальных категорий, проживающих в зоне атомного производства. К практическим аспектам задач проекта отнесена разработка диагностического инструментария для определения уровня психологической безопасности людей, проживающих в условиях атомного производства; основ формирования культуры психологической безопасности населения для

использования в работе организаций, отвечающих за административно-государственную, информационно-просветительскую и медико-социальную работу; методов психологической коррекции и поддержки населения разных возрастных и социальных категорий, направленных на развитие психологической готовности к управлению «невидимым» стрессом; образовательных программ для подготовки специалистов (психологов, социальных работников, администраторов, педагогов) по вопросам психологической безопасности в зоне атомного производства.

Эмпирическое исследование опирается на теоретические аспекты исследований «невидимого» стресса С.Н. Ениколопова, посттравматического стресса Н.В. Тарабриной, психогений Ю.А. Александровского. Конкретной методологией исследования явилась совокупность теорий, разрабатываемых учеными-психологами в Томском государственном университете, заявленная как системная антропология и представленная теорией психологических систем (В.Е. Ключко), общей теорией фиксированных форм поведения (Г.В. Залевский), системным подходом к самореализации (Э.В. Галажинский), культурно-историческим подходом к феноменам стресса и стрессоустойчивости (Т.Г. Бохан). Для реализации данной методологической позиции в исследовании применяется комплекс психодиагностических методов: как широко используемые, новые и адаптированные к русскоязычной выборке, так и авторские модификации методик: опросные – ОКМ С. Эпштейна, адаптированная С.В. Лебедевым и С.Н. Ениколоповым для выявления особенностей мышления в совладании с внутренними проблемами; опросник депрессивности Э. Бэка (применяется в целях оценки наличия и степени выраженности депрессивной симптоматики); опросник «Индекс качества жизни» Р. Элиота, методика определения смысловых ориентаций Д.А. Леонтьева, метод контент-анализа высказываний незаконченных предложений, адаптированный под цели исследования, методика семантического дифференциала. Для обработки данных применялись методы математической статистики. В исследовании принимали участие три группы респондентов: 36 человек – жители п. Самусь Томского района, 56 человек – жители г. Томска, 44 человека – жители г. Северска в возрасте от 19 до 54 лет, имеющие неоконченное высшее, среднее специальное и высшее образование. Всего в исследовании приняли участие 136 человек.

Контент-анализ высказываний респондентов, завершающих незаконченные предложения позволил получить следующие представления о наличии и характере «невидимого» стресса. Во всех группах респондентов есть люди, испытывающие ожидание угрозы атомного производства, и люди, не переживающие эту угрозу. Среди жителей п. Самусь есть те, которые ссылаются на необходимость защитных мер и указывают конкретные предложения по улучшению качества жизни людей, проживающих в зоне атомного производства. У респон-

дентов всех групп переживаемая угроза связана в основном с угрозой их здоровью и физическому благополучию, а также с ограничением (снижением) возможности самореализации. В отношении возможностей самореализации существуют различные установки: от понимания роли самого человека в данном процессе, переживания ограничений в возможностях самореализации до видения преимуществ проживания в зоне атомного производства для самореализации.

Большинство респондентов понимают необходимость развития атомного производства для экономики государства. При этом в группе жителей г. Северска и п. Самусь выявлено противоречие, связанное, с одной стороны, с осознанием важности развития атомной энергетики, а с другой – с переживанием угрозы жизни и здоровью человека со стороны атомного производства, что, на наш взгляд, может порождать психоэмоциональную напряженность как проявление «невидимого» стресса. В группе жителей г. Томска выявлено противоречие между выраженностью опасения за свое будущее и будущее своих детей в связи с развитием атомного производства и уверенностью, что эта проблема на сегодняшний день не касается их детей. На наш взгляд, это может свидетельствовать об определенной степени закрытости родителей в отношении оценки здоровья детей. При сохранении такого противоречия между образом мира и образом жизни родителей может возникать стресс-напряженность в ситуациях болезни детей, причину которых родители могут объяснять неблагоприятным экологической обстановки, когда они ссылаются на производственный «выброс». Наряду с переживанием угрозы своему будущему в группе респондентов п. Самусь люди высказывают надежду на совершенствование атомного производства, повышение условий, гарантирующих безопасность проживания. В данной группе респондентов выявлено как переживание угрозы здоровью своих детей, так и готовность предлагать и реализовывать конкретные меры, позволяющие отслеживать, сохранять и улучшать здоровье детей. Многие респонденты указывают на готовность сменить место жительства, что свидетельствует о высокой миграционной готовности респондентов данной выборки.

Психодиагностические данные всех использованных методик были подвергнуты статистической обработке методами корреляционного и факторного анализов. Факторный анализ позволил выделить ряд факторов, представленных достоверными связями определенных психологических показателей, указывающих на выраженность «невидимого» стресса и психологические факторы, его обуславливающие. Этим факторам были присвоены названия, отражающие их психологический смысл.

Фактор «открытости/закрытости социальным контактам, окружающему миру» включает оценки характеристик людей, проживающих в 30-километровой зоне атомного производства: целеустремленность (–0,67),

доброта (–0,68), безразличие (–0,65), активность (–0,84), самостоятельность (–0,76). Данное сочетание связей может характеризовать людей и как открытых социальным контактам, положительно относящихся к окружающим, инициативных, и как более закрытых и менее самостоятельных в своей социальной активности.

Фактор «переживания угрозы атомного производства» определяется совокупностью показателей феноменологического исследования: атомное производство опасно/неопасно (0,85), переживание/не переживание угрозы здоровью детей (0,58), наличие/отсутствие миграционной готовности (0,56), индекс психологической безопасности в отношении переживания угрозы (0,69). Совокупность этих характеристик указывает, что у людей с отсутствием переживания угрозы атомного производства нет опасения за нанесение ущерба здоровью своих детей, в меньшей мере они готовы покинуть данный регион и в целом у них выше индекс психологической безопасности в отношении переживания угрозы.

Фактор «эффективного поведенческого совладания» объединяет показатели: общий показатель депрессивности (–0,62), поведенческое совладание (0,52), личностно-суеверное мышление (–0,50), характеристики людей как благополучных (–0,64) и умных (–0,58). Связь этих показателей может свидетельствовать о том, что отсутствие симптомов депрессии связано с высоким ресурсом поведенческого совладания, когда оптимизм людей исходит из способности действовать и уверенности в эффективности своих действий, умении тщательно планировать свою деятельность, если этого требует ситуация, в меньшей склонности к устоявшимся общественным суевериям, открытостью социальным контактам.

Фактор «гибкости мышления» включает показатели: шкалу категоричность мышления (–0,57), переживания/не переживания угрозы здоровью детей (0,66), миграционной готовности (0,68). Данное сочетание свидетельствует, что гибкость мыслительных процессов связана с меньшим переживанием угрозы здоровью детей и выраженностью миграционной готовности.

Фактор «уверенности в карьере в условиях развития атомной энергетики» объединил показатели перспективности карьеры (0,57) и понимания необходимости и актуальности развития атомной энергетики (0,55). Данный фактор может указывать на то, что люди, считающие свою карьеру более перспективной, понимают необходимость и важность развития атомной энергетики.

Фактор «самоконтроля настроения» представляют показатели источника контроля настроения (0,58), возраста (0,56), переживания опасности/неопасности атомного производства (0,61), переживания/не переживания угрозы для будущего людей, проживающих в зоне атомного производства (0,63), переживания/не переживания угрозы здоровью детей (0,61). Те респонденты, для которых источником хорошего настроения является внутренний самоконтроль, а это более старшие по возрасту

люди, в меньшей степени подвержены переживанию «невидимого» стресса.

Фактор «психологической незрелости» включает показатели наивного оптимизма (0,56), переживания/не переживания угрозы здоровью детей (–0,66), ограничения самореализации (–0,72), индекса психологической безопасности (–0,60). Связь этих характеристик указывает на то, что переживание «невидимого» стресса (угрозы атомного производства своему здоровью и жизни, здоровью своих детей, будущему, самореализации) в большей степени испытывают люди, склонные к наивному оптимизму, люди необоснованно оптимистичные, когда не задумываются о смысле своего напряжения, не осознают переживаемую ими угрозу и не могут принимать адекватные меры.

Фактор «затруднения в конструктивности мышления» представлен показателями общей шкалы конструктивности мышления (–0,77), шкалы эмоционального мышления (–0,78), шкалы эзотерического мышления (0,59), шкалы категорического мышления (0,76). Этот фактор указывает на то, что чем меньше выражена конструктивность мышления и способность справляться с неприятной ситуацией без развития стресса, тем выше ригидность мыслительных процессов и максимализм, недостаточная критичность и опора в поведении на необъяснимые ощущения, что может приводить к частичной утрате принципа реальности.

Фактор «склонности к общепринятым суевериям» объединяет показатели возраста (0,84), эзотерического мышления, сферы здоровья (–0,59), переживания угрозы в отношении будущего людей, проживающих в зоне атомного производства (–0,68). С возрастом, вероятно, снижается удовлетворенность здоровьем, повышается склонность к эзотерическому мышлению и переживанию за будущее людей, проживающих в данной местности.

Вывод: данные факторы указывают на психологические параметры, взаимодействие которых обуславливает переживание «невидимого» стресса у населения, и психологические параметры, гарантирующие психологическую безопасность жителям 30-километровой зоны атомного производства.

Введение в факторный анализ наряду с имеющимися психологическими параметрами характеристик качества жизни позволило выявить условия, гарантирующие удовлетворенность качеством жизни людей, проживающих в зоне атомного производства. Были выделены наиболее весомые факторы.

Фактор «стрессоустойчивости и уравновешенности» объединяет показатели шкал эмоционального мышления (0,55), эзотерического мышления (–0,52), категорического мышления (–0,68), личностно-суеверного мышления (–0,53), а также показатели качества жизни в следующих сферах жизнедеятельности: личные устремления и достижения (0,64), мысли о будущем (0,70), физическое состояние и среда (0,57), самоуважение (0,65), жизненные

ценности и принципы (0,62). Эти показатели могут свидетельствовать, что наиболее стрессоустойчивыми людьми являются те, для которых характерна стабильная самооценка, нечувствительность к неодобрению, отказам или собственным промахам, которые не застревают на прошлых неудачах и более оптимистично мыслят. Также можно отметить у них меньшую категоричность и более выраженную гибкость мыслительных процессов, несклонность руководствоваться сложившимися суевериями. Такие люди более удовлетворены личными достижениями, не боятся думать о будущем, принимают себя, им ясны их жизненные ценности и принципы. Вероятно, следствием такого психологического благополучия является хорошее физическое состояние и позитивное восприятие окружающей среды.

Фактор «благополучия и здоровья» объединяет показатели характеристик людей благополучные (–0,63), здоровые (0,68), добрые (0,71), а также показатели сфер качества жизни: здоровье (0,57), сон (0,63), возможность обходиться без алкоголя (0,57) и тонизирующих напитков (0,51), контролирования финансов (0,61). Более благополучными в оценке собственного здоровья являются те, которые положительно относятся к другим людям, контролируют свои финансы, могут обходиться без алкоголя и тонизирующих напитков, не испытывают проблем со сном.

Фактор «самоконтроля поведения и его эффективности» представляют показатели окружающей среды (0,67), самоконтроля (0,68), принятия решения (0,54), способность говорить то, что думаешь (0,55), жизненные ценности и принципы (0,56). Совокупность данных психологических параметров указывает, что те, кто способен контролировать свое поведение, принимать самостоятельные решения, открыто заявлять свою позицию, ориентируясь на собственные ценности и принципы, удовлетворен окружающей средой и чувствует себя в ней комфортно.

Вывод: психологические параметры, обуславливающие стрессоустойчивость, благополучие в здоровье, самоконтроль в различных сферах жизнедеятельности, связаны с удовлетворенностью качеством жизни населения, проживающего в 30-километровой зоне атомного производства, повышая уровень психологической безопасности у населения.

Введение в факторный анализ полученных показателей осмысленности жизни дало возможность выделить ряд факторов, позволяющих получить представление о психологических условиях самореализации людей, проживающих в зоне атомного производства, и их связи с уровнем миграционной готовности. К ним относятся следующие факторы.

В фактор «осмысленности и удовлетворенности жизнью» вошли показатели всех шкал осмысленности жизни с положительным значением, общения с окружающими (0,66), отношения на работе (0,68), окружающей среды (0,70), самоконтроля (0,60), принятия решения

(0,72), самоуважения (0,66), жизненных ценностей и принципов (0,69). Люди, у которых показатели осмысленности жизни достаточно выражены, могут принимать самостоятельные решения, осуществлять самоконтроль, открыты как для собственных изменений, так и в социальную среду, руководствуются своими жизненными принципами и ценностями, чувствуют себя комфортно в окружающей среде. Шкалы СЖО имеют высокий показатель положительной корреляции с оценкой работоспособности.

Фактор «высоких ресурсов самореализации» объединяет показатели поведенческого совладания (0,59) и шкал СЖО: общий показатель (0,95), цель (0,79), процесс (0,85), результат (0,85), локус контроля – Я (0,80), локус контроля жизни (0,79). Эти данные говорят о том, что те, у кого имеется осмысленность жизни, как правило, в своем поведении более эффективны, для них характерна склонность мыслить так, чтобы затем эффективно действовать, они оптимистичны, активны, полны энтузиазма, энергии, уверены в эффективности своих действий, открыты и положительно настроены по отношению к другим. Как было показано выше, показатели поведенческого совладания отрицательно коррелируют с показателями депрессии и положительно – с удовлетворенностью качеством жизни.

Фактор «ограничения в самореализации» представлен переживанием ограничения в самореализации в условиях проживания в зоне атомного производства (0,57) и миграционной готовностью (–0,76). Связь этих показателей в данном факторе свидетельствует о том, что те, кто переживает невозможность самореализации, ссылаясь на условия проживания в зоне атомного производства, чаще указывают на миграционную готовность.

Анализ полученных результатов в контексте заявленной методологии позволил:

1) уточнить содержание категории «невидимый» стресс жителей 30-километровой зоны атомного производства, который рассматривается как переживание ожидания угрозы не только здоровью, жизни, но и самореализации, что проявляется в стресс-напряженности и формировании миграционной готовности;

2) установить психологические условия формирования «невидимого» стресса, которые представлены двумя вариантами закрытости психологической системы для развития:

а) слитность между образом мира и образом жизни респондентов, проявляющаяся в наличии сформировавшихся фиксированных установок на атомное производство как опасное для жизни и здоровья людей, как результат личностно-суеверного, категоричного мышления и наивного оптимизма, не позволяющего осмысливать переживаемую угрозу, и экстернальной позиции в переживании ограничений в самореализации, проявляющей-

ся в пассивных формах поведения, не позволяющих использовать собственные возможности и возможности окружающей среды в отслеживании и оценке своего здоровья и здоровья собственных детей, выбирать жизненные сферы, наиболее адекватные в плане воплощения своих возможностей;

б) расхождение между образом мира и образом жизни, проявляющееся в конфликте ценностно-смысловых полей, обусловленном пониманием важности и необходимости развития атомной энергетики на уровне государства, региона, людей, проживающих на этой территории и фиксированными установками, связанными с ожиданием угрозы, акцентированием негативных сторон атомного производства, отсутствием видения для себя положительных перспектив в будущем со стороны атомного производства в силу как собственной закрытости для изменений, так и отсутствия соответствующей информации в среде, которая соответствовала бы потребностям и возможностям респондентов, отсутствия уверенности и гарантий в безопасности, конкретных мер по заботе и охране здоровья детей и населения;

3) определить уровни переживания «невидимого» стресса, особенности проявления каждого уровня, психологические условия их формирования:

– **высокий уровень** «невидимого» стресса проявляется в переживании угрозы атомного производства для жизни, здоровья, самореализации, в неудовлетворенности качеством жизни, критическом или умеренном уровне депрессии, в миграционной психологической готовности; обусловлен отсутствием понимания актуальности развития атомной энергетики для государства и видения реализации своих возможностей в этих условиях, низкой степенью самоконтроля и неконструктивным мышлением;

– **средний уровень** «невидимого» стресса может проявляться в удовлетворенности в целом качеством жизни при отсутствии симптомов депрессии, но сохранении ожидания угрозы здоровью своих детей и переживании ограничения самореализации; обусловлен низким уровнем самоконтроля и выраженным наивным оптимизмом;

– **низкий уровень** «невидимого» стресса проявляется в удовлетворенности качеством жизни и отсутствии симптомов депрессии, в отсутствии переживания опасности атомного производства и миграционной готовности; обусловлен высоким уровнем осмысленности жизни, высоким потенциалом поведенческого совладания, гибкостью мышления, в меньшей степени – склонностью руководствоваться устоявшимися общественными суевериями, открытостью социальным контактам, самоконтролем, уверенностью в перспективах карьеры и возможностях самореализации в условиях развития атомной энергетики.

Литература

1. Александровский Ю.А., Лобастов О.С., Спивак Л.И., Щукин Б.П. Психогении в экстремальных условиях. М., 1991.
2. Бохан Т.Г. Стресс и стрессоустойчивость с методологических позиций постнеклассической психологии // Сибирский вестник психиатрии и наркологии. 2006. Вып. 2. С. 6–11.
3. Галажинский Э.В. Детерминация и направленность самореализации личности. Томск: Изд-во Том. ун-та, 2002. 182 с.
4. Дворянчиков Н.В., Стариченко Н.В., Ениколопов С.Н. Особенности восприятия и переживания «невидимого» стресса военнослужащими, работающими с источниками ионизирующих излучений // Журнал практического психолога. 2005. Вып. 1. С. 49–63.
5. Залевский Г.В. Фиксированные формы поведения. М., 2005. 415 с.
6. Ключко В.Е. Современная психология: системный смысл парадигмального сдвига // Сибирский психологический журнал. 2007. № 27. С. 15–22.
7. Тарабрина Н.В., Лазебная Е.О., Зеленова М.Е. Психологические особенности посттравматических стрессовых состояний у ликвидаторов последствий аварии на ЧАЭС // Психологический журнал. 1994. Т. 18.
8. Шептенко О.Б. Системная детерминация профессиональных установок в реальной жизнедеятельности: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. Барнаул, 1998. 22 с.

PSYCHOLOGICAL AVAILABILITY OF «INVISIBLE» STRESS MANAGEMENT BY PEOPLE, WHO LIVE IN AREA OF ATOMIC MANUFACTORY
T.G. Bokhan, V.A. Nepomnyashaya, S.A. Bogomaz (Tomsk)

Summary. The article covers the problems of psychological safety and psychological availability of «invisible» stress management by people, who live in area of atomic manufactory. Research reveals psychological characteristics, which determine stress-resistance and balance, wellbeing and health, self-control of behavior and satisfaction of quality of live of people, who live in 30-km area near atomic manufactoty.

Key words: invisible stress, psychological safety, stress management, psychological availability, wellbeing, atomic manufactoty.