

**Каліщук С.,**

доктор психологічних наук,  
професор кафедри психології розвитку та консультування  
Київського столичного університету імені Бориса Грінченка  
s.kalishchuk@kubg.edu.ua

ORCID iD 0000-0002-1749-7856

**Цюман Т.,**

кандидат педагогічних наук,  
доцент кафедри психології особистості та соціальних практик  
Київського столичного університету імені Бориса Грінченка  
t.tsiuman@kubg.edu.ua

ORCID iD 0000-0002-2363-938X

## ГЕНЕЗА ОСОБИСТІСНОЇ БЕЗПЕКИ

**Анотація.** У статті здійснено теоретичний аналіз основних підходів до визначення поняття особистісної безпеки. Здійснено аналіз концептуальних засад аналізу особистісної безпеки у різних психологічних школах. Зазначено, що загальна трансформація безпекового середовища значною мірою впливає і на те, як на суб'єктивному рівні змінюється відчуття безпеки та небезпеки для особистості. З масиву наукових доробок вітчизняних та зарубіжних дослідників виокремлено тенденцію, що особистісна безпека неможлива без додаткового осмислення почуття захищеності, як фундаментального психологічного конструкту, формування якого упродовж життя забезпечується раннім досвідом взаємодії з близькими, а в дорослому житті розвивається у систему саморегуляції. Виявлено, що поступове переосмислення пріоритетів в інтерпретації проблеми безпеки змістило акцент із суто зовнішнього (суспільна безпека), у площину індивідуальну, де захищеність та забезпечення не сприймаються окремо від потреб особистості, її дій та інтересів. Відповідно у психологічному контексті поняття особистісної безпеки набуває глибшого трактування її змісту, і пов'язується із суб'єктивними переживаннями стану захищеності, внутрішньої стабільності та здатністю до саморегуляції. Виокремлено основні підходи до розуміння особистісної безпеки, серед яких психоаналітичний, гуманістичний та системний дають підстави стверджувати, що даний феномен є динамічним утворенням та формується впродовж життя людини. Окреслено зміст поняття особистісної безпеки, як стану захищеності особистості, який проявляється на рівні фізичного, психологічного та соціального комфорту, формується у процесі становлення особистості та визначає характер її стосунків з оточуючими та стратегії взаємодії зі світом.

**Ключові слова:** особистість; безпека; особистісна безпека; стан захищеності; фізичний, психологічний та соціальний комфорт.

© Каліщук С., Цюман Т., 2026

© Київський столичний університет імені Бориса Грінченка, 2026

**Вступ.** В останні десятиліття на тлі глобальної невизначеності, пов'язаної з технологічними загрозами, локальними та глобальними конфліктами проблема безпеки людини поступово трансформується з категорії зовнішнього захисту на внутрішні характеристики особистості, здатної не лише пасивно реагувати на загрози, а й активно конструювати власний безпечний простір. Загальна трансформація

безпекового середовища значною мірою впливає і на те, як на суб'єктивному рівні змінюється відчуття безпеки та небезпеки для особистості.

Разом з тим, інформаційне середовище, яке стрімко розвивається висуває до людини нові вимоги, як етичного так і безпекового порядку. Повсякденне життя людини все більше залежить від активності у соціальних мережах, впливу цифрових медіа, які створюють іншу

реальність для людини, її суб'єктивну цифрову реальність, в якій інформація може бути використана для маніпуляцій, як індивідуальною свідомістю так і громадською думкою.

Ще наприкінці 90-х років польсько-британський соціолог Зігмунт Бауман (Zygmunt Bauman, 2013) ввів поняття «плинна сучасність» в якому описує певну невизначеність, де звичні соціальні інститути, напрацьований досвід та практики разом з навичками замінюються новими, іноді парадоксальними стратегіями, в основі яких перебуває індивідуальна та колективна реальність. Саме життя в добу непевності змушує людину переосмислювати ставлення до власної безпеки передовсім через втрату відчуття базової опори та безпеки.

Особистісна безпека неможлива без додаткового осмислення почуття захищеності, як фундаментального психологічного конструкту, формування якого упродовж життя забезпечується раннім досвідом взаємодії з близькими, а в дорослому житті розвивається у систему саморегуляції. Почуття захищеності є важливим елементом безпеки людини, яке є результатом дбайливого та чуйного піклування значимих дорослих. Таким чином, еволюція захищеності для особистісної безпеки розпочинається із довіри до світу, поступово трансформуючись у впевненість, самоідентифікацію, що згодом стає фундаментом для стресостійкості та саморегуляції особистості. Разом з тим і безпека і захищеність мають позитивний вплив на психосоціальне функціонування, фізичне й психічне здоров'я людини.

**Метою** даної статті є окреслення витоків процесу становлення особистісної безпеки як системного психологічного феномену, що забезпечує формування внутрішньої захищеності особистості на різних етапах онтогенезу. **Завдання** полягає у здійсненні теоретичного аналізу основних підходів до розуміння особистісної безпеки та уточненні змісту поняття особистісна безпека.

**Аналіз сучасних досліджень.** Наукові розвідки останніх десятиріч демонструють інтерес дослідників до проблеми особистісної безпеки людини. Наукові напрацювання Кучеренко Н., Герасимів Т. через призму філософсько-правових детермінант аналізують становлення особистості та її безпеки (Кучеренко Н., Герасимів Т., 2017, с. 155–160). Дослідженню інформаційної безпеки особистості присвячено наукові доробки Уханової Н. (Уханова Н., 2013, с. 91–95), а вплив цифрових технологій та комунікаційних процесів на безпеку особистості відображено у дослідженнях Закірова М. та Закіро-

вої С. (Закіров М., Закірова С., 2022, с. 50–64). Феномен психологічної та соціально-психологічної безпеки особистості досліджували Савелюк Н. (Савелюк Н., 2020), Самойленко Ю., Синякова В. (Самойленко Ю., Синякова В., 2025), Литвинчук А. (Литвинчук А., 2021), Чуйко Г., Чаплак Я., Комісарик М. (Чуйко Г., Чаплак Я., Комісарик М., 2021). Найвний інтерес до проблеми засвідчує, що теоретико-концептуальної ідеї щодо феномену особистісної безпеки досі бракує, що ускладнює розробку практичних підходів для забезпечення особистості. Незважаючи на значну кількість досліджень та науковий інтерес до означеної проблематики, питання генези особистісної безпеки залишається недостатньо систематизованим, що потребує узагальнення існуючих теоретичних підходів.

**Виклад основного матеріалу.** Наукове осмислення проблеми особистісної безпеки охоплює широкий спектр філософських, психологічних, соціологічних, інформаційних та педагогічних аспектів. Сучасні доробки науковців засвідчують, що особистісна безпека розглядається як складний інтегративний феномен, який, в більшості випадків, зводиться до здатності людини протистояти зовнішнім загрозам через вміння зберігати цілісність, автономність та стійкість. Показовим є те, що поступове переосмислення пріоритетів в інтерпретації проблеми безпеки змістили акцент із суто зовнішнього (суспільна безпека), у площину індивідуальну, де захищеність та забезпечення не сприймаються окремо від потреб особистості, її дій та інтересів. Відповідно у психологічному контексті поняття особистісної безпеки набуває глибшого трактування її змісту, і пов'язується із суб'єктивними переживаннями стану захищеності, внутрішньої стабільності та здатністю до саморегуляції. А відтак, особистісна безпека є не лише зовнішньою умовою існування, а й внутрішнім ресурсом особистості.

У науковій літературі виокремлюються кілька основних підходів до розуміння особистісної безпеки, серед яких психоаналітичний, гуманістичний та системний дають підстави стверджувати, що даний феномен є динамічним утворенням та формується впродовж життя людини. Так, з позиції класичного психоаналізу Sigmund Freud (S. Freud, 1930), психіка людини прагне безпеки і намагається зменшити тривогу (*сигнал, який подається, коли «Я» відчуває небезпеку чи загрозу від зовнішнього світу*) через використання механізмів захисту, як то: витіснення, проєкцію, раціоналізацію тощо. Таким чином, Freud вважав, що безпека для лю-

дини завжди буде повністю не досяжною через тиск інстинктів, а не зовнішні загрози.

На протигагу психоаналітичній концепції Karen Horney розглядала безпеку особистості, як її фундаментальну потребу. Саме потреба в безпеці є рушійною силою розвитку, яка досягається через побудову соціальних зв'язків та комфортну емоційну атмосферу в родині, впливаючи на подальше життя особистості. У своїй праці «Невроз і особистісне зростання» (Karen Horney *Neurosis and Human Growth: The Struggle Toward Self-Realization*, 1950) науковиця стверджує, що безпека для особистості це не лише відсутність фізичних загроз чи небезпек, а основоположне прагнення до любові, прийняття, захищеності від всеосяжних небезпек навколишнього середовища. Саме задоволення цього прагнення допомагає формувати здорову, емоційно впевнену особистість.

Представники гуманістичної психології (А. Maslow, С. Rogers, R. May та ін.) суголосні із концепцією Karen Horney і розглядають особистісну безпеку як: базову потребу (А. Maslow), яка проявляється у відчутті стабільності, захищеності та впорядкованості життя й без цього відчуття людині складно рухатися до вищих цілей, таких як любов, визнання, самоактуалізація; у напрацюваннях С. Rogers безпека для особистості є умовою для зростання, а її джерелом є «безумовне прийняття» особистості, емпатія та конгруентність (щирість) у міжособистісних стосунках, адже, коли людина відчувається у безпеці вона втрачає потребу у захисних механізмах і стає відкритою до досвіду; R. May відповідно до екзистенційно-гуманістичного підходу акцентує увагу на внутрішній безпеці та усвідомленні власної відповідальності за свій вибір у непередбачуваному, а подекуди й загрозовому світі. Таким чином, гуманістичні витоки тлумачення особистісної безпеки зосередженні на створенні безпечного середовища прийняття, яке допомагає людині розвивати власну Я-концепцію, бути собою без осуду, загроз для психічного здоров'я та творчого існування.

У зв'язку з наведеним вище доцільно додатково окреслити категоріальне поле поняття особистісна безпека. Передовсім звернемо увагу на поняття психологічна безпека (*psychological safety*), трактування якого через акцент на соціальному середовищі (Amy C. Edmondson, Daisy Auger-Dominguez, Erica Keswin, Ron Carucci, 2024), дозволяє особистості почуватися вільно, самостверджуватися, підкреслювати свою унікальність, проявляти власне «Я» та демонструвати свою неповторність без ризику бути засудженою. Wanless S. B. (2016) досліджуючи

роль психологічної безпеки в розвитку людини констатує, що люди відчуваються психологічно безпечно, коли вони можуть використовувати свою свободу дій для участі в різних подіях та взаємодії протягом усього життя. Важливо, що саме психологічна безпека виступає зовнішнім стимулом для формування та розвитку внутрішньої складової особистісної безпеки. Особистісна безпека діалектично поєднана з психологічною стійкістю (*resilience*), яка виступає динамічним компонентом безпеки. Цінними є висновки Friedrich Lösel & Doris Bender (Friedrich Lösel & Doris Bender, 2009), які психологічну стійкість визначають як систему, що попри високі ризики небезпеки здатна їх долати до повного відновлення та досягнення успіху у майбутньому. Українська дослідниця Г. Лазос (Г. Лазос, 2018) додає кілька важливих аспектів до розуміння даного феномену, зокрема: психологічна стійкість є біопсихосоціальним явищем і пов'язана із здатністю психіки відновлюватися після несприятливих впливів, а також може розглядатися з позиції чи то особистісної характеристики, чи то динамічного процесу залежно від фокусу дослідницьких завдань. У системі споріднених понять базова довіра до світу (*basic trust*) є ключовою установкою, яка формується в ранньому дитинстві через взаємодію із значимими дорослими, а світ навколо сприймається як безпечно, передбачуване та приязне місце. Це поняття ввів у науковий дискурс автор теорії психосексуального розвитку Erik Erikson (Erik Erikson, 1950), акцентуючи увагу, що процес формування базової довіри залежить від низки факторів, зокрема емоційного зв'язку між дитиною та значимими дорослими (наприклад, голосовий контакт, фізичний дотик, приязна міміка тощо); фізична безпека через захист від зовнішніх загроз і небезпек для забезпечення відчуття фізичного комфорту та безпеки; передбачуваність та постійність емоційної підтримки зі сторони дорослих як елемент їхньої емоційної стабільності. Таким чином, без базової довіри формування здорової особистісної безпеки буде сумнівним.

У питаннях конструювання особистісної безпеки важливо окреслити й життестійкість (*hardiness*) особистості. Розробку цього феномену пов'язують із ім'ям американського психолога Salvatore Maddi (Salvatore Maddi, 1994), який виокремив у життестійкості три ключових компоненти: залученість, контроль, прийняття ризику. Якщо залученість загалом сприяє самоактуалізації особистості, мотивує до саморозвитку, самореалізації, включеності у різні сфери життя, незважаючи на небезпеки

та ризику, то контроль пов'язаний із самостійним прийняттям рішення, цілісним уявленням власну роль у конструюванні власного простору безпеки, або ж із відчуттям власної безпорадності, постійним очікуванням допомоги та підтримки у прийнятті рішення. А прийняття ризику — це своєрідна система переконань, що події, які трапляються у житті є важливим елементом досвіду, незважаючи на певні ризики та виклики. Таким чином, життєстійкість є внутрішнім інструментарієм, який допомагає підтримувати особистісну безпеку на належному рівні, навіть у несприятливих умовах.

Отже, матеріали проведеної аналітичної роботи дають змогу конкретизувати поняття особистісної безпеки та виокремити її структурні компоненти. З нашої точки зору *особистісна безпека — це стан захищеності особистості, який проявляється на рівні фізичного, психологічного та соціального комфорту, формується у процесі становлення особистості та визначає характер її стосунків з оточуючими та стратегії взаємодії зі світом*. Розглянемо кожен елемент детальніше.

У минулих наших розвідках ми апелювали до психологічної формули безпеки (Цюман Т., Нагула О., 2021), яка дає можливість прояснити психологічний зміст стану захищеності особистості через відображення ступеня комфортного існування та відсутність зовнішніх загроз. Водночас, стан захищеності є тим суб'єктивним переживанням, яке інтегрує когнітивні, емоційні та вольові процеси. Важливо підкреслити, що для стану захищеності характерний парадокс захищеності, який проявляється у надмірному комфорті, коли потреба в адаптації перебуває на рівні стагнації. Поступово психіка, яка звикла до комфорту стає «крихкою» тобто більш вразливою та чутливою до зовнішніх викликів чи прямих загроз (E. Aron, 1997). Стан захищеності допомагає людині зміцнювати власний безпековий потенціал, як здатність впоратися із небезпеками чи ризиками.

Фізичний комфорт важливий для розуміння самоусвідомлення, коли фізичні відчуття допомагають тілу повідомляти про свій стан. Наші сенсорні системи активно опрацьовують інформацію із зовнішнього світу та регулюють потреби і бажання на рівні тіла (наприклад, голод, спрага, біль чи задоволення), визначають наші думки чи дії, навіть коли не відбувається усвідомлення цього процесу. Проте системи реагування можуть виходити з ладу, коли тіло фіксує загрози чи тривалі небезпеки: спочатку з'являються фізичні симптоми, які повідомляються про появу дискомфорту в тілі, а потім

психіка фіксує фізичні відчуття і очікує реакції для захисту чи помсти. Аби повернути тіло у стан комфорту необхідно навчитися усвідомлювати тілесні відчуття («шепіт» відчуттів), опредмечувати їх, а відтак і контролювати рівень захищеності та безпеки.

Психологічний комфорт дозволяє зафіксувати внутрішню динаміку стану захищеності. Це стан внутрішньої рівноваги, тривалі приємні суб'єктивні відчуття, які допомагають людині перебувати у відносній гармонії. У межах особистісної безпеки психологічний комфорт виконує функцію індикатора: наприклад фіксація комфорту може свідчити, що механізми адаптації ефективні, ймовірні загрози нейтралізовані, а людина у стані відносного спокою може накопичувати психічну енергію для подальшого реагування на виклики чи загрози. Разом з тим, психологічний комфорт забезпечує позитивні почуття, емоції, переживання, а також допомагає здійснювати реальну оцінку середовища щодо безпеки/небезпеки й реагувати відповідним чином. Разом з тим, у процесі розвитку ставлення до психологічного комфорту змінюється: від тісного взаємозв'язку комфорту і безпеки у дитинстві, коли відчуття захищеності асоціюється із значимим дорослим поряд, до трансформації психологічного комфорту, як зміцнення власної безпеки через вихід із «зони комфорту» у дорослому віці. Доцільно зауважити, що психологічний комфорт функціонально пов'язаний із особистими кордонами. Ми солідарні з думкою N.G. Tawwab (Tawwab N.G., 2021), що особисті кордони це водночас і очікування і потреби, які допомагають почуватися комфортно та безпечно, залишатися емоційно та психологічно здоровими у стосунках з іншими. Реалізуються ці очікування і потреби через систему піклування про себе. Таким чином, особисті кордони підтримують та регулюють психологічний комфорт, коли потрібно визначати кого дистанціюватися, а кого впускати у власний простір. Важливо підкреслити, що без чітко сформованих особистих кордонів особистісна безпека залишається крихкою, оскільки людина стає вразливою до будь-якого зовнішнього впливу, а психологічний комфорт зазнає порушень у цілісності сприйняття цього впливу.

Можливість почуватися в безпеці поруч з іншими важливий елемент соціального комфорту, а також важлива складова психічного здоров'я та цілісності особистості. Як слушно зазначає Bessel van der Kolk (Kolk B., 2015) перебувати поруч з іншими це і про соціальну підтримку, і про взаємність, а важливою умовою взаємності є усвідомлення своєї присутності

у думках і почуттях іншої людини. Саме наявність взаємної підтримки та захисту у соціальному середовищі і визначають характер стосунків особистості, здатність до проявів симпатії, любові та емоційної близькості загалом.

**Висновки.** Таким чином, за результатами теоретичного аналізу проблеми особистісної безпеки встановлено, що особистісна безпека — це стан захищеності особистості, який проявляється на рівні фізичного, психологічного та соціального комфорту, формується у процесі становлення особистості та визначає характер її стосунків з оточуючими та стратегії взаємодії зі світом. Обґрунтовано психологічний зміст стану захищеності особистості, фізичного, психологічного та соціального комфорту для подальшого визначення характеру стосунків

з оточуючими та світом. Проаналізовано значущі елементи особистісної безпеки, де фізичний комфорт важливий для розуміння самоусвідомлення, коли фізичні відчуття допомагають тілу повідомляти про свій стан; психологічний комфорт фіксує внутрішню динаміку стану захищеності та є станом внутрішньої рівноваги, коли тривалі приємні суб'єктивні відчуття допомагають перебувати у відносній гармонії. Встановлено, що психологічний комфорт функціонально пов'язаний із особистими кордонами. Соціальний комфорт є невід'ємною складовою взаємної підтримки та захисту у соціальному середовищі. До перспективних напрямків дослідження проблеми особистісної безпеки відносимо визначення психологічних аспектів особистісної безпеки у онлайн просторі.

## ДЖЕРЕЛА

- Бауман З. Плинні часи. Життя в добу непевності / Пер. з англ. А. Марчинського. Київ : Критика, 2013. 176 с.
- Джуст А. М. Меерлу Насильство над розумом. Психологія управління думками, ментицид та промивання мізків / Пер. з англ. Анастасія Коваленко. Житомир : Морфеус, 2024. 338 с.
- Кучеренко Н., Гарасимів Т. Генеза особистості через призму філософсько-правових детермінант. *Вісник національного університету "Львівська політехніка". Серія Юридичні науки.* 2017. Вип. 4, Номер 861 (13). С. 155–160.
- Лазос Г. П. Резильєнтність: концептуалізація понять, огляд сучасних досліджень / Г. П. Лазос // Актуальні проблеми психології. Том 3.: Консультативна психологія і психотерапія. — Вип. 14. — Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України; — Вінниця, ФОП Рогальська І. О., 2018. — Вип. 14. — С. 26–64.
- Литвинчук А. Психологічна безпека особистості як актуальна проблема сучасної психології. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки.* 2021. Вип. 9. С. 154–161.
- Савелюк Н. Психологічна безпека особистості: етнокультурні та гендерні аспекти // Сучасні стратегії гендерної освіти в умовах євроінтеграції : збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної конференції (10–11 вересня 2020 р.). Тернопіль : ТНПУ, 2020. С. 103-105
- Самойленко Ю., Синякова В. Соціально-психологічна безпека особистості. *UNIVERSUM / Березень 2025*, 18, 2025. С. 185–194.
- Тавваб Н.Г. Особисті кордони. Керівництво зі спокійного життя без травм і комплексів / Пер. з англ. Олеся Мала. Харків : КСД, 2023. 303 с.
- Цюман Т., Нагула О. Психологічна формула безпеки як концептуальна основа формування навичок безпечної поведінки особистості. *Педагогічна освіта: Теорія і практика. Психологія. Педагогіка.* 2021. (35 (1)). С. 94–100.
- Чуйко Г., Чапак Я., Комісарик М. Психологічна безпека особистості в нестабільному світі. *PSYCHOLOGICAL JOURNAL.* 2021. Volume 7 Issue 1 (45). С. 65–81. URL: <https://doi.org/10.31108/1.2021.7.1>.
- Edmondson A. C., Lei Z. Psychological safety: The history, renaissance, and future of an interpersonal construct. *Annu. Rev. Organ. Psychol. Organ. Behav.* 2014. No 1(1). P. 23-43.
- Kolk B. The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma / Bessel van der Kolk. — New York. Viking, 2015. 464 p.
- Maddi S. R., Khoshaba D. M. Hardiness and Mental Health / S. R. Maddi, D. M. Khoshaba // *Journal of Personality Assessment.* — 1994. — Oct. — Vol. 63. — N 2. — P. 265–274.
- O'Donovan R., De Brún A., McAuliffe E. Healthcare Professionals Experience of Psychological Safety, Voice, and Silence. *Frontiers in Psychology.* 2021. No 12. P. 383
- Tawwab N.G. Set Boundaries, Find Peace. A Guide to Reclaiming Yourself Hardcover — / Nedra Glover Tawwab. — New York. TarcherPerigee, an imprint of Penguin Random House LLC, 2021. — 304 p.
- Wanless S. B. The role of psychological safety in human development. *Research in Human Development.* 2016. No 13(1). P. 6–14.

## REFERENCES

- Bauman Z. Plynni chasy. Zhyttia v dobu nepevnosti [Liquid Times: Living in an Age of Uncertainty] / Per. z anhl. A. Marchynskoho. Kyiv : Krytyka, 2013. 176 s. [in Ukrainian]
- Dzhust A. M. Meerlu Nasylystvo nad rozumom. Psykholohiia upravlinnia dumkamy, mentytsyt ta promyvannia mizkiv [The Rape of the Mind: The Psychology of Thought Control, Menticide, and Brainwashing] / Per. z anhl. Anastasiia Kovalenko. Zhytomyr : Morfeus, 2024. 338 s. [in Ukrainian]
- Kucherenko N., Harasymiv T. Heneza osobystosti cherez pryzmu filosofsko-pravovykh determinant. [The Genesis of Personality through the Prism of Philosophical and Legal Determinants] // Visnyk natsionalnoho universytetu "Lvivska politekhnikha". Serii Yurydychni nauky. 2017. Vyp. 4, Nomer 861 (13). S. 155–160 [in Ukrainian]
- Lazos H. P. Rezilientnist: kontseptualizatsiia poniat, ohliad suchasnykh doslidzhen / H. P. Lazos [Resilience: Conceptualization of Concepts and Review of Contemporary Research] // Aktualni problemy psykholohii. Tom 3.: Konsultatyvna psykholohiia i psykhoterapiia. — Vyp. 14. — Instytut psykholohii imeni H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy; — Vinnytsia, FOP Rohalska I. O., 2018. — Vyp. 14. — S. 26–64 [in Ukrainian]
- Lytvynchuk A. Psykholohichna bezpeka osobystosti yak aktualna problema suchasnoi psykholohii. [Psychological Safety of the Individual as a Relevant Issue in Modern Psychology] // Visnyk Lvivskoho universytetu. Serii psykholohichni nauky. 2021. Vyp. 9. S. 154–161 [in Ukrainian]
- Saveliuk N. Psykholohichna bezpeka osobystosti: etnokulturni ta genderni aspekty [Psychological Safety of the Individual: Ethnocultural and Gender Aspects] // Suchasni stratehii gendernoi osvity v umovakh yevrointehratsii : zbirnyk materialiv Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii (10–11 veresnia 2020 r.). Ternopil : TNPU, 2020. S. 103–105 [in Ukrainian]
- Samoilenko Yu., Syniakova V. Sotsialno-psykholohichna bezpeka osobystosti. [Socio-Psychological Safety of the Individual] UNIVERSUM / Berezyn 2025, 18, 2025. S. 185–194 [in Ukrainian]
- Tavvab N.G. Osobysti kordony. Kerivnytstvo zi spokiinoho zhyttia bez travm i kompleksiv. [Set Boundaries, Find Peace: A Guide to Reclaiming Yourself] / Per. z anhl. Olesia Mala. Kharkiv : KSD, 2023. 303 s. [in Ukrainian]
- Tsiuman T., Nahula O. Psykholohichna formula bezpeky yak kontseptualna osnova formuvannia navychok bezpechnoi povedinky osobystosti. [The Psychological Formula of Safety as a Conceptual Basis for Developing Safe Behavior Skills in Individuals] // Pedahohichna osvita: Teoriia i praktyka. Psykholohiia. Pedahohika. 2021. (35 (1)). S. 94–100 [in Ukrainian]
- Chuiiko H., Chaplak Ya., Komisaryk M. Psykholohichna bezpeka osobystosti v nestabilnomu sviti. [Psychological Safety of the Individual in an Unstable World] // PSYCHOLOGICAL JOURNAL. 2021. Volume 7 Issue 1 (45). S. 65–81. URL: <https://doi.org/10.31108/1.2021.7.1> [in Ukrainian]
- Edmondson A. C., Lei Z. Psychological safety: The history, renaissance, and future of an interpersonal construct. *Annu. Rev. Organ. Psychol. Organ. Behav.* 2014. No 1(1). P. 23–43 [in English]
- Kolk B. The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma / Bessel van der Kolk. — New York. Viking, 2015. 464 p. [in English]
- Maddi S. R., Khoshaba D. M. Hardiness and Mental Health / S. R. Maddi, D. M. Khoshaba // Journal of Personality Assessment. — 1994. — Oct. — Vol. 63. — N 2. — P. 265–274 [in English]
- O'Donovan R., De Brún A., McAuliffe E. Healthcare Professionals Experience of Psychological Safety, Voice, and Silence. *Frontiers in Psychology.* 2021. No 12. P. 383 [in English]
- Tawwab N.G. Set Boundaries, Find Peace. A Guide to Reclaiming Yourself Hardcover — / Nedra Glover Tawwab. — New York. TarcherPerigee, an imprint of Penguin Random House LLC, 2021. — 304 p. [in English]
- Wanless S. B. The role of psychological safety in human development. *Research in Human Development.* 2016. No 13(1). P. 6–14 [in English]

**T.Tsiuman, S. Kalishchuk**

### THE ORIGINS OF PERSONAL SAFETY

**Abstract.** This article presents a theoretical analysis of the main approaches to defining the concept of personal safety. It examines the conceptual foundations of personal safety analysis across various schools of psychology. It is noted that the overall transformation of the security environment significantly influences how individuals' subjective sense of safety and danger changes. On the basis of a wide array of national and foreign scientific sources, a trend has been identified that personal safety is impossible without a deeper understanding of the sense of security as a fundamental psychological construct, the formation of which throughout life is ensured by early experiences of interaction with loved ones, and which develops into a system of self-regulation in adulthood.

*It has been found that a gradual reevaluation of priorities in interpreting the issue of security has shifted the focus from the purely external (public security) to the individual sphere, where protection and safety are not perceived separately from the individual's needs, actions, and interests. Accordingly, in a psychological context, the concept of personal security takes on a deeper interpretation of its meaning and is associated with subjective experiences of a sense of security, inner stability, and the capacity for self-regulation. The main approaches to understanding personal safety — including psychoanalytic, humanistic, and systemic — provide grounds for asserting that this phenomenon is a dynamic construct that develops throughout a person's life. The concept of personal safety is defined as a state of personal safety manifested at the level of physical, psychological, and social comfort, formed during the process of personality development, and determining the nature of one's relationships with others and strategies for interacting with the world.*

**Keywords:** *personality, security, personal safety, state of protection, physical, psychological, and social comfort.*

*Стаття надійшла до редакції / Received: 01.04.2026*

*Прийнято до друку після рецензування / Accepted: 15.04.2026*

*Опубліковано онлайн / Available online: 30.05.2026*