



# ПРИНЦИПЫ СОЗДАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИ БЕЗОПАСНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ

**Е. ГРИШИНА**

**П**сихологические характеристики образовательной среды и её качество оказывают непосредственное воздействие на появление как положительных, так отрицательных переживаний, которые, в свою очередь, влияют на психическое состояние, обучение и здоровье школьников. Переживания безнадёжности, одиночества, беспомощности могут стать проявлением депрессивного расстройства, способствующего развитию антивитаальных переживаний и суицидального поведения у подростков.

## **Подростковый возраст и чувство взрослости**

Подростковый возраст очень сложный жизненный период, который характеризуется появлением нового уровня самосознания, называемого чувством взрослости. Выражается оно в стремлении быть и считаться взрослым. Это совершенно новая позиция по отношению к себе и окружающему миру. Подростку приходится преодолевать массу трудностей, которые сопровождаются отрицательными переживаниями и сложностями в социальной адаптации. Переживания безнадёжности, одиночества, беспомощности

могут стать проявлением депрессивного расстройства, способствующего развитию антивитаальных переживаний и суицидального поведения у подростков<sup>1</sup>.

По данным Всемирной Организации Здравоохранения 2014 г., самоубийства занимают второе место среди причин смерти молодых людей в возрасте от 15 до 29 лет. А. Beck в контексте исследований депрессии и суицидального поведения, определил безнадёжность, как пессимистический взгляд на будущее, при котором человеку кажется, что в его жизни уже ничего не изменится к лучшему.

Анализ материалов уголовных дел показывает, что 62% всех самоубийств несовершеннолетними совершается из-за неблагополучия и конфликтов в семье и школе, из-за безразличного отношения к ним значимых взрослых и близких людей. Уровень самоубийств среди российских подростков один из самых высоких в мире. В подавляющем большинстве случаев суицидальное поведение в возрасте до 15 лет связано с реакцией протеста, особенно частым источником последних являются нарушенные внутрисемейные, внутришкольные или внутригрупповые взаимодействия.

<sup>1</sup> Beck T.A., Steer R.A., Kovacs M., Garrison B. Hopelessness and eventual suicide: A 10-year prospective study of patients hospitalized with suicidal ideation // American journal of psychiatry. — 1985. — № 142. — P. 559–563.



Негативная модальность самоотношения подростка (низкое самоуважение, недостаточно хорошее понимание своего «Я», ожидание антипатичного отношения от других, повышенное самообвинение), насилие со стороны сверстников, учителей, администрации школ и родителей, находит отражение в отрицательных переживаниях, связанных с ситуацией обучения в школе, включая антивитальные переживания и суицидальные наклонности.

Антивитальными переживаниями следует считать размышления об отсутствии ценности жизни, где ещё нет чётких представлений о собственной смерти, а имеется отрицание жизни<sup>2</sup>.

Антивитальные переживания — предсуицидальные мысли, когда ещё нет настроя на суицид, но идёт отрицание жизни, отсутствие смысла жизни. Отсюда состояние беспомощности, безнадёжности, отсутствие жизнестойкости, негативный образ будущего, депрессивные убеждения, социальная тревога, одиночество, пессимистическая оценка перспективы.

Антивитальные переживания входят в структуру социально-психологической дезадаптации, в которой ведущее место занимают суицидальные тенденции в диапазоне от непосредственно антивитальных переживаний и отдельных аутоагрессивных действий до условных попыток самоубийства, серьёзных попыток и завершённого суицида<sup>2</sup>.

Само по себе, например, чувство одиночества или беспомощности далеко не всегда будет относиться к антивитальным переживаниям, но несколько показателей в комплексе, наряду с отсутствием смысла жизни могут быть антивитальными переживаниями, как первой ступенью на пути к суициду.

Депрессивные состояния у детей рассматриваются как один из ведущих факторов риска развития суицидального поведения. Являясь сложным синдромом, его часто труд-

но распознать и дифференцировать, особенно у подростков. Депрессия затрагивает все сферы человеческого существования — эмоционально-волевую, когнитивную, витальную, поведенческую.

По мнению S.E. Hetrick, A.G. Parkerи риск суицидального поведения подростка, находящегося в депрессии, существенно возрастает, если в её структуре присутствует переживание безнадёжности, заниженная самооценка и агрессивное поведение. Переживание одиночества вместе с безнадёжностью представляет собой критерий риска развития суицидальных тенденций в среде несовершеннолетних<sup>3</sup>.

Также к «группе риска» относятся подростки:

- с нарушением межличностных отношений — одиночки;
- сверхкритичные к себе;
- страдающие от недавно испытанных унижений;
- фрустрированные несоответствием между ожидавшимися успехами в жизни и реальными достижениями.

### **Образовательная среда и психическое здоровье подростков**

Психическое здоровье подростков, их психологический комфорт или дискомфорт во многом зависят от психологических характеристик и качества образовательной среды, в которой они находятся, так как подростки в силу возраста большую часть времени проводят в образовательных учреждениях. Соответственно, актуален вопрос выявления факторов образовательной среды, способствующих или препятствующих появлению негативных переживаний учащихся, которые могут быть предикторами развития опасных форм поведения, в частности, суицидальных наклонностей.

Образовательную среду можно рассматривать, как подсистему социокультурной

<sup>2</sup> Краткий толковый психолого-психиатрический словарь. Под ред. Igisheva. 2008

<sup>3</sup> Plutchik R., Van Praag H.M., Conte H.R., Picard S., Correlates of suicide and violence risk, the suicide risk measure // Comp. Psychiatry. — 1989. — № 30. — P. 296–302.

<sup>4</sup> PageR., YanagishitaJ. et.al. Hopelessnessandlonelinessamongsuicideattemptersinschool-basedsamplesofTaiwanese, PhilippineandThaiadolescents // Schoolpsychologyinternational. — 2006. — Vol. 27, № 5. — P. 583–598.





среды, как совокупность исторически сложившихся факторов, обстоятельств, ситуаций и как целостность специально организованных педагогических условий развития личности ученика.

С психологических позиций образовательная среда есть взаимодействие её участников. В этом взаимодействии важный аспект — референтность образовательной среды, которая рассматривается как значимость в плане влияния на установки личности. Личность, взаимодействуя со средой, формирует свою значимую систему отношений.

Таким образом, одной из психологической характеристики образовательной среды выступает отношение к ней — позитивное, нейтральное или отрицательное. Интегральный показатель отношения к образовательной среде служит своеобразным индикатором её референтности для участников учебно-воспитательного процесса (учителей, учеников, родителей).

Качество образовательной среды школы зависит от коммуникативных характеристик её участников и, в частности, от направленности личности в общении. Таким образом, общение также выступает одной из психологических характеристик образовательной среды. Качество общения будет либо способствовать позитивному развитию личности, либо порождать деформации, отклонения или препятствия на пути реализации личностного потенциала.

М.П. Араловой и Л.И. Рюминой установлено, что неудовлетворение взрослыми важнейшей базовой потребности в личностно-доверительном общении — одна из причин эмоциональной несбалансированности откликов детей на обращение к ним окружающих, появления у них склонности к агрессивному, деструктивному поведению<sup>5</sup>.

Следующий критерий психологической характеристики образовательной среды отражается в таких эмоционально-личностных характеристиках её субъектов, как самоот-

ношение, самоактуализация и уровень эмоционального напряжения у участников.

Но наиболее значимым ресурсом, обеспечивающим условия для позитивного развития личности, является состояние психологической безопасности образовательной среды. Сегодня в образовательной практике для создания психологической безопасности образовательной среды широко используется концепция, разработанная И.А. Баевой<sup>6</sup>.

По мнению И.А. Баевой психологически безопасной образовательной средой можно считать такую, в которой большинство участников имеют положительное отношение к ней, высокий уровень удовлетворенности характеристиками школьной среды и защищённости от психологического насилия во взаимоотношениях<sup>7</sup>.

Важно смоделировать и спроектировать среду, где все её участники чувствовали бы защищённость и удовлетворённость основных потребностей, среду с высоким уровнем психологической безопасности. Есть все основания считать, что в такой среде будет снижен риск антивитаальных переживаний и суицидальных тенденций среди подростков.

В связи с этим следует перечислить принципы создания психологически безопасной и комфортной образовательной среды:

- 1) *Принцип опоры на развивающее образование*, главная цель которого не обучение, а личностное развитие, развитие физической, эмоциональной, интеллектуальной, социальной и духовной сфер сознания. В основе такого образовательного процесса находится логика взаимодействия, а не воздействия;
- 2) *Принцип психологической защиты личности* каждого участника учебно-воспитательного процесса, устранение психологического насилия во взаимодействии. Незащищенный должен получить ресурс, психологическую поддержку и защиту прав на безопасное взаимодействие;

<sup>5</sup> Соколова Е.Т. Самосознание и самооценка при аномалиях личности. — М.: Изд-во МГУ, 1989.

<sup>6</sup> Баева И.А., Бурмистрова Е.В. Обеспечение психологической безопасности в образовательном учреждении: практическое руководство / Под ред. И.А. Баевой. — СПб.: Речь. 2006. — 288 с.

<sup>7</sup> Баева И.А., Волкова Е.Н., Лактионова Е.Б. Психологическая безопасность образовательной среды: развитие личности / Под ред. И.А. Баевой. — М.; СПб.: Изд-во «Нестор-История», 2011. с 205.



3) *Помощь в формировании социально-психологической умелости.* Под социально-психологической умелостью понимается набор умений, дающий возможность компетентного выбора личностью своего жизненного пути, самостоятельного решения проблем, умение анализировать ситуацию и выбирать соответствующее поведение, не ущемляющее свободы и достоинства другого, исключая психологическое насилие и способствующее саморазвитию личности.

Обеспечение психологической безопасности образовательной среды и, как следствие, охрана и поддержание психического здоровья её участников должно быть приоритетным направлением деятельности службы сопровождения в системе образования. Работа службы сопровождения по созданию психологической безопасности образовательной среды происходит с созданием специально организованных психолого-педагогических условий не только для развития, но и для формирования личности участников образовательного процесса. Личности свободной от антивитаальных переживаний и суицидальных наклонностей.

Предполагается, что эту цель можно достичь с помощью психотехнологий в работе службы сопровождения:

- 1) Психологическая профилактика;
- 2) Психологическое консультирование;
- 3) Психологическая коррекция;
- 4) Психологическая реабилитация;
- 5) Социально-психологическое обучение.

Работа службы сопровождения организуется в взаимодействии с учителями, администрацией школы и родителями. Основная нагрузка по выявлению отклонений в поведении и развитии учащихся ложится на учителей, так как они первые замечают трудности во взаимоотношениях подростков в школьном коллективе, непонимание собственных потребностей и потребностей группы, уход от общения, чувства одиночества и безнадёжности, как предвестников развития антивитаальных переживаний и суицидальных наклонностей в поведении подростков.

Таким образом, совместная работа службы сопровождения с учителями, родителями и администрацией, а также соблюдение правил и требований, соответствующих психологическим характеристикам образовательной среды способствует созданию развивающей, психологически комфортной, защищённой от насилия образовательной среды, в условиях которой все участники образовательного процесса функционируют гармонично, удовлетворяя потребность в личностном развитии и самостоятельном выборе дальнейшего пути.

