

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет»

М.Ю. Буслаева

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ: УСЛОВИЯ, МЕХАНИЗМЫ,
РИСКИ И УГРОЗЫ**

Учебно-методическое пособие

Челябинск 2021

УДК 371. 015 (021)
ББК 88. 840:74.104 я 73
Б92

© Буслаева М.Ю., 2021
© Издательский центр «Титул», 2021

Рецензенты:

О. Г. Филиппова, доктор педагогических наук, профессор
(«Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет»);

О.А. Кондратьева, кандидат психологических наук, доцент
(«Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет»)

Буслаева М.Ю.

Б92 Психологическая безопасность образовательной среды: условия, механизмы, риски и угрозы / М.Ю. Буслаева. — Челябинск : Издательский центр «Титул», 2021. — 107 с.

ISBN 978-5-6046748-5-7

В пособии рассматриваются условия, механизмы, риски и угрозы психологической безопасности образовательной среды дошкольной образовательной организации. Первый и второй разделы предлагают комплексное изучение психологической безопасности как социокультурного феномена, рассматривает принципы создания психологически безопасной образовательной среды. Третий раздел представляет проблему эмоционального благополучия участников образовательного процесса в контексте проблемы психологической безопасности образовательной среды дошкольной образовательной организации. Четвертый и пятый разделы рассматривают проблему насилия над ребенком в разных его контекстах: физическом, психологическом и сексуальном и предлагает способы его противодействию. Шестой раздел пособия рассматривает проблему психологической безопасности в семейной среде. Седьмой раздел предлагает методические инструменты для изучения распространенности насилия над детьми. Восьмой раздел предлагает рекомендации для педагогов дошкольной образовательной организации по профилактике профессионального «выгорания» педагога. Девятый раздел представляет рекомендации для педагогов дошкольной образовательной организации по профилактике насилия над ребенком.

Данное пособие адресовано преподавателям педагогических университетов и педагогам дошкольного образования, студентам педагогических университетов и педагогических колледжей.

УДК 371. 015 (021)
ББК 88. 840:74.104 я 73
Б92

ISBN 978-5-6046748-5-7

© Буслаева М.Ю., 2021
© Издательский центр «Титул», 2021СО

СОДЕРЖАНИЕ

	Введение.....	4
Раздел 1	Психологическая безопасность образовательной среды дошкольной образовательной организации как социокультурный феномен.....	5
Раздел 2	Условия, механизмы, принципы создания психологически безопасной образовательной среды.....	12
Раздел 3	Психологическая безопасность и эмоциональное благополучие участников образовательного процесса...	19
Раздел 4	Проблема насилия над ребенком в контексте вопросов психологической безопасности.....	40
Раздел 5	Психологическое проблемы насилия в образовательной среде и способы противодействия.....	53
Раздел 6	Проблема психологической безопасности в среде семьи	61
Раздел 7	Методические инструменты для изучения распространенности насилия над детьми.....	78
Раздел 8	Психолого-педагогические рекомендации для педагогов дошкольной образовательной организации по профилактике профессионального «выгорания» педагога.....	83
Раздел 9	Психолого-педагогические рекомендации для педагогов дошкольной образовательной организации по профилактике насилия над ребенком.....	87
	Терминологический словарь.....	98
	Рекомендуемый список литературы.....	103

Введение

В рамках концепции национальной безопасности Российской Федерации, вопрос психологической безопасности образовательной среды детского сада и всех её субъектов – педагогов, воспитанников и их родителей становится особенно актуальным и может рассматриваться как защищенность жизни, здоровья, прав, чести и достоинства, а также как защита общественного порядка и спокойствия, духовных ценностей, прав и свобод учебных учреждений и их нормальной деятельности. Психологическая безопасность образовательной среды придает ей развивающий характер и способствует сохранению психического и социального здоровья её участников.

Современную дошкольную образовательную организацию можно рассматривать как объект высокого риска, так как она взаимодействует со «сверхтонкой материей» – детской психикой и решает одну из главных задач современности – формирует гармоничную и психологически здоровую личность.

В настоящее время понятие «психологическое здоровье» становится ключевым понятием для психологической службы образовательных организаций в плане создания комфортной образовательной среды, свободной от всех видов психологического насилия, профилактики возникновения негативных эмоциональных переживаний ребенка в образовательном процессе.

В данном пособии мы предлагаем к обсуждению различные аспекты проблемы психологической безопасности образовательной среды дошкольной образовательной организации, рассматриваем проблему насилия в различных его контекстах, предлагаем методический инструментарий для изучения распространенности насилия над детьми, представляем психолого-педагогические рекомендации по работе с эмоциональным выгоранием педагога и профилактике насилия над ребенком.

Раздел 1. Психологическая безопасность образовательной среды дошкольной образовательной организации как социокультурный феномен

Понятие психологии безопасности. Содержание и структура психологии безопасности детей дошкольного возраста

Современное понимание психологии безопасности в контексте учета оптимального соотношения интересов личности и общества выдвигает задачу рассмотрения нового аспекта этой проблемы – психологической безопасности дошкольной образовательной среды. Выделение психологической безопасности в качестве самостоятельного предмета теории и социальной практики связано также с тем, что процессы и технология воздействия информационной среды на духовную сферу обладает качественной спецификой, которая определяет необходимость рассмотрения этой проблематики в концептуальном, методологическом и методическом плане.

Содержание понятия "психологическая безопасность" в общем виде можно обозначить как состояние защищенности индивидуальной, групповой и общественной психологии и, соответственно, социальных субъектов различных уровней общности, масштаба, системно-структурной и функциональной организации от воздействия информационных факторов, вызывающих дисфункциональные социальные процессы.

Несмотря на большое разнообразие объектов обеспечения психологической безопасности, в качестве которых выступают социальные субъекты различного уровня общности, масштаба, системно-структурной и функциональной организации, основным структурным элементом и центральным объектом информационного воздействия, как уже отмечалось, является человек, индивид, ребенок дошкольного возраста.

Именно человек как личность и активный социальный субъект, его психика подвержены непосредственному действию информационных

факторов, которые, трансформируясь через его поведение, действия (или бездействие), оказывают дисфункциональное влияние на социальные субъекты разного уровня общности, различной системно-структурной и функциональной организации.

Психологическую безопасность личности можно рассматривать как состояние защищенности ее психики, от действия многообразных информационных факторов, препятствующих или затрудняющих формирование и функционирование адекватной ориентировочной основы социального поведения человека (и в целом, жизнедеятельности в обществе), а также адекватной системы его субъективных (личностных, субъективно-личностных) отношений к окружающему миру и самому себе.

В более общем виде психологическая безопасность личности – это состояние защищенности личности, обеспечивающее ее целостность как активного социального субъекта и возможностей развития в условиях информационного взаимодействия с окружающей средой.

Важность психологической безопасности личности в общей проблематике информационной и психологической безопасности определяется следующими основными причинами:

1) в связи с переходом к информационной цивилизации, увеличением масштабов и усложнением содержания и структуры информационных потоков и всей информационной среды многократно усиливается ее влияние на психику человека, а темпы этого влияния стремительно возрастают. Это определяет необходимость формирования новых механизмов и средств выживания человека как личности и активного социального субъекта в современном обществе;

2) взаимодействие психики человека с информационной средой отличается качественной спецификой и не имеет адекватных аналогов в информационном взаимодействии других биологических структур, технических, социальных и социотехнических систем;

3) основной и центральной целью информационного воздействия является человек, его психика. Именно от отдельных личностей, их взаимосвязей и отношений зависит нормальное функционирование социальных субъектов различного уровня сложности, любых общностей и социальных организаций – от малой группы до населения страны в целом.

Психологическая безопасность в специальном смысле слова раскрывается в социально-психологическом контексте. Социально-психологическая безопасность – особое состояние, обусловленное, соответственно, определенной системой отношений в целом и межличностными отношениями, в частности.

Критерии социально-психологической безопасности:

– удовлетворенность межличностными отношениями, которая понимается как показатель положительно оцениваемой взаимосвязи, позволяющей реализовать потребности и интересы субъектов отношений. Ее критерием становится высокая удовлетворенность–неудовлетворенность;

– гармоничный характер отношений, рассматриваемых как согласие, договор, мирное сосуществование или согласованность мнений, суждений как самого субъекта относительно своих отношений с другими, так и тех, с кем он вступает в отношения. Критерием здесь является высокая гармоничность/дисгармоничность отношений;

– защищенность, которая, с одной стороны (объективный показатель), понимается как отсутствие нарушений и трудностей в отношениях, с другой, предполагает устойчивость человека к неблагоприятным воздействиям (оскорблениям, угрозам, принуждению, игнорированию, манипулированию и т. п.). В качестве основного критерия защищенности принимается толерантность/интолерантность.

Важнейшей психологической причиной попадания человека в опасные ситуации является несовершенство его процессов восприятия, не позволяющее построить адекватную картину окружающего мира и, в том числе, своевременно выделить признаки опасности.

В образовательной среде дошкольной образовательной организации к угрозам нарушения психологической безопасности относится несоответствие уровня требований возможностям ребенка, трудности его контакта с педагогом, пассивную позицию ребенка, отсутствие интеграции между образовательными задачами и трудностями в выполнении задач. В перечень угроз, оказывающих влияние на личность ребенка можно включить также адаптационные трудности, несоответствие уровня требований педагогического процесса уровню его начальной подготовки, конфликтные ситуации, чрезмерный объем информации, дефицит времени и снижение уровня мотивации.

Стратегии обеспечения личной и психологической безопасности достаточно многообразны. Можно выделить шесть стратегий обеспечения безопасности:

1. Стратегия избегания. Это поведенческая стратегия, при которой ребенок старается избежать контакта с окружающей его действительностью, уйти от решения проблем.

2. Консервативная стратегия. Большинство детей склонно отдавать предпочтение знакомым и привычным вещам. В свою очередь, неожиданно возникшая угроза хаоса у большинства детей вызывает регресс мотивации с высших ее уровней к уровню безопасности.

3. Стратегия копирования. Это копирование поведения окружающих с оглядкой на меняющиеся внешние условия. Стратегия копирования поведения окружающих очень напоминает «отзеркаливания». Это выгодная, но энергозатратная стратегия выживания в социуме.

4. Стратегия ассимиляции или «впитывающая стратегия». Это процесс познавательной адаптации, который складывается из двух разнонаправленных процессов – ассимиляции и аккомодации. Ассимиляция и аккомодация – противоположно направленные, но неразрывно связанные и взаимодополняющие тенденции в поведении.

5. Стратегия коммуникативного резонанса. Это создание благоприятных контекстов для успешного проведения коммуникации. Одна коммуникативная составляющая начинает функционировать таким образом, чтобы заменить собой все остальное. Резонансная коммуникация строится на активизации уже имеющихся у получателя информации представлений. При этом уровень воздействия гораздо меньше получаемого в результате эффекта.

6. Стратегия развития. Рассматривается в качестве наиболее перспективного решения проблемы личной безопасности субъекта в силу того, что она представляет собой совершенствование ряда психических особенностей субъекта, позволяющих ему проявлять готовность к спонтанному обеспечению личной безопасности в любой экстремальной ситуации. Успешность выбора стратегии безопасности основывается на объективном анализе потребностей, ситуации и наличных ресурсов субъектом.

Характеризуя представление о психологической безопасности как об основе поведения человека в условиях конкретной ситуации, необходимо обратить внимание на тот факт, что освоение и осознание явлений действительности может происходить путем усвоения извне знаний, понятий, взглядов, которые человек получает в общении, либо в иных формах коммуникаций.

Структура психологии безопасности детей дошкольного возраста включает следующие компоненты.

1. Комфортность образовательной среды определяются как условие, обеспечивающие удобство, спокойствие, уют, нивелирующие стрессообразующие факторы образовательного и воспитательного процессов и вызывающие состояние радости, удовольствия и удовлетворения. Она включает:

– уют и комфорт организации образовательного пространства учреждения, соблюдение физиолого-гигиенических требований к условиям, позитивное влияние особенностей режима и требований на состояние детей;

- ощущение уверенности, успешности, продвижения вперед;
- удовлетворенность качеством взаимоотношений в диаде «ребенок-ребенок» и «ребенок-педагог»;
- внутриличностную комфортность (чувство спокойствия, отсутствие необходимости от кого-либо защищаться).

Степень психологической комфортности участников образовательной среды определяют следующие критерии:

1) преобладающее эмоциональное состояние (эмоциональное благополучие) участников образовательных отношений при нахождении в образовательной организации.

Об эмоциональном благополучии в образовательной организации свидетельствует положительно окрашенное эмоциональное самочувствие детей, родителей и педагогов в стенах учреждения: чувство внутренней гармонии между потребностями и их удовлетворением, нормальный уровень ситуативной и личностной тревоги, оптимальный уровень активности и работоспособности, возможность и готовность адекватно действовать в различных жизненных ситуациях, наличие хорошего настроения, эмоциональная устойчивость (самообладание), минимизация чувства страха, свободное, естественное проявление чувств, управление негативными эмоциями и контроль реакций.

2) социально-психологический климат в коллективе и в организации в целом.

Социально-психологический климат – это устойчивое состояние группы, относительно стабильный и типичный для нее эмоциональный настрой, проявляющийся в отношении друг к другу, к труду, к окружающим событиям и к организации в целом на основании индивидуальных, личностных ценностей и ориентаций, и который отражает реальную ситуацию внутригруппового взаимодействия и меж-личностных отношений.

В понятии психологического климата выделяются три уровня:

Первый уровень – социальный климат, который определяется тем, насколько в данном коллективе осознаны цели и задачи деятельности, насколько здесь гарантированно соблюдение всех прав и обязанностей его членов.

Второй уровень – моральный климат, который определяется тем, какие моральные ценности в данном коллективе являются приоритетными.

Третий уровень – психологический климат, те неофициальные отношения, которые складываются между людьми, находящимися в непосредственном контакте друг с другом. То есть, психологический климат – это микроклимат, зона действия которого значительно локальнее морального и социального.

2. Психологическая защищенность образовательной среды – состояние образовательной среды, свободное от проявлений всех видов насилия во взаимодействии.

Включает в себя:

– психологическую защищенность – положительное эмоциональное переживание и осознание возможности удовлетворения своих основных потребностей и обеспеченности собственных прав: чувство принадлежности к группе, адекватная самооценка, реалистичный уровень притязаний и отсутствие повышенной тревожности, неврозов, страхов и т.д.

– физическую защищенность – состояние защищенности жизненно-важных интересов от угроз, источниками которых являются злоумышленные противоправные (несанкционированные) действия физических лиц.

– информационную защищенность (безопасность) – защищенность от информации, причиняющей вред здоровью и развитию, умение выбирать безопасную информацию через ее адекватное восприятие, оценку и критическое осмысление на основе нравственных и культурных ценностей.

3. Удовлетворенность образовательной средой – это удовлетворенность детей, их родителей, педагогов образовательной деятельностью, проходящей в образовательной организации, и включающей в

себя демократичность образовательной среды, условия реализации образовательного процесса, способствующие успешности и эффективности обучения и развития детей, сохранению их психического и физического здоровья, поддержанию интереса к познавательной деятельности, содействие формированию познавательной мотивации и познавательных интересов детей, качество предоставляемых образовательных услуг, значимость и место образовательной организации в системе ценностей участников образовательного процесса.

Раздел 2. Условия, механизмы, принципы создания психологически безопасной образовательной среды

Психологическая культура как условие создания и поддержания безопасной среды образовательной организации

Важнейшим фактором и условием создания и поддержания безопасной среды выступает психологическая культура, которая раскрывается в культуре педагогической деятельности и культуре педагогического взаимодействия.

Психологическую культуру мы рассматриваем как интегральную характеристику образовательной среды, которая наряду с психологической безопасностью обеспечивает психическое здоровье детей и педагогов.

Психологическая культура – это высокого уровня обобщенности интегральное образование, которое включает в себя связанные по координационному и субординационному принципам различные психологические свойства и образования человека, такие как: мотивационные, эмоциональные, интеллектуальные, коммуникативные, рефлексивные, регулятивные и др.

Психологическая культура подразумевает психическое образование, которое включает в себя все, что касается субъект-субъектных и самосубъектных взаимосвязей и отношений. Это образование имеет

отношение к способам и стилям взаимодействия с другими и с самим собой, оно также включает содержание отношений к другому человеку и к самому себе.

В развитии психологической культуры следует выделять три уровня:

– психологическую грамотность – как некоторый минимум психологических знаний и умений, которые обеспечивают более или менее адекватное поведение и социальное взаимодействие;

– психологическую компетентность, обеспечивающую эффективность поведения, деятельности или социального взаимодействия с людьми;

– зрелую психологическую культуру – как развитый механизм личностной саморегуляции, которая обеспечивает и эффективное, и безопасное, и гуманное взаимодействие с людьми.

Можно полагать, что психологическая культура этого уровня выступает как психологическое новообразование, отражающее высокий уровень зрелости личности.

Структура психологической культуры включает в себя следующие компоненты:

– когнитивный (система научных психологических знаний о человеке и социальном взаимодействии людей, система адекватных представлений о своем внутреннем психическом мире и личностно-индивидуальных качествах, развитый социальный интеллект, креативность, склонность к социальному творчеству);

– рефлексивно-перцептивный (наблюдательность, внимательность к людям, психологическая проницательность, умение адекватно воспринимать самого себя и других людей, прогностические способности, способности к идентификации);

– аффективный (чуткость к людям, развитая эмпатия и умение сопереживать, богатство и действенность переживаний, эмоциональная стабильность, отзывчивость, доброжелательность, великодушие, милосердие, чувство собственного достоинства, чувство юмора);

– волевой (способность противостоять внешнему давлению, способность подавить отрицательные эмоциональные воздействия и сильные переживания, способность не допускать срывов деятельности при значительных психических и физических нагрузках, самоконтроль, выдержка, настойчивость в утверждении нравственных ценностей и отстаивании нравственных принципов, надежность);

– коммуникативный (умение общаться с разными людьми, адекватно воспринимать и передавать информацию, умение строить и излагать свои мысли логично, доказательно и понятно, речевая культура);

– когнитивный (умение проникать в сущность вопросов и проблем, умение выдвигать новые задачи и находить пути их решения, прогностические способности, критичность и самокритичность, целостная система психологических знаний и умение применять их в жизни гуманность, порядочность, справедливость, ответственность, нравственность, самоуважение).

– подсистема опыта социального взаимодействия (установки и стереотипы культурного поведения, развитые умения и навыки социального взаимодействия, социальная активность, терпимость к людям, вежливость, дипломатичность, добросовестность, внутреннее достоинство, интеллигентность);

– ценностно-смысловой (социальные нормы, ценности и отношения к ним, интерес к людям, толерантность, гуманность, порядочность, справедливость, ответственность, нравственность, самоуважение).

Три последних компонента в этом многомерном психологическом образовании являются системообразующими, а ценностно-смысловой компонент в этой системе, кроме того, выступает стержневым, интегрирующим.

Психологическая культура выступает социально-психологическим механизмом эффективной и продуктивной адаптации человека в социуме, условием полноценного и успешного взаимодействия личности с

окружающими людьми и культурой, детерминантой психологического здоровья человека, фактором качества любой человеческой деятельности, в том числе и образовательной.

Рассматривая психологическую культуру как условие создания и поддержания безопасной среды образовательной организации, целесообразно рассматривать понятие психологической безопасности на разных уровнях. М.Ю. Михайлина выделяет:

- уровень общества – психологическая безопасность как характеристика национальной безопасности, в структуре которой присутствует социальная безопасность, что означает выполнение социальными институтами своих функций по удовлетворению потребностей, интересов, целей всего населения страны, фактически обеспечивая качество жизни;

- уровень локальной среды обитания – это семья, ближайшее окружение, референтные группы, учебные группы;

- уровень личности, в которой возникает аспект переживания своей защищенности – незащищенности, когда возможно говорить о понимании и представлении о психологическом насилии и когда конкретные поведенческие акты способствуют нарушению безопасности другого или саморазрушению.

Принципы проектирования психологически безопасной образовательной среды дошкольной образовательной организации

Проектирование психологически безопасной образовательной среды дошкольной образовательной организации опирается на следующие принципы.

Первый принцип – проектирование безопасной образовательной среды детского сада, прежде всего, должно исходить из принципа защиты личности каждого субъекта воспитательного процесса. Через развитие и реализацию его индивидуальных потенций, устранение психологического насилия между участниками. Незащищенный должен получить ресурс, психологическую

возможность, чтобы быть равноправным.

Второй принцип – опора 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.

Третий принцип – помощь в социально–психологической умелости. Под социально–психологической умелостью понимаем набор умений, дающий возможность компетентного выбора личностью своего жизненного пути, умение анализировать ситуацию и выбирать соответствующее поведение, не ущемляющее свободы и достоинства другого и способствующее саморазвитию личности, исключая психологическое насилие.

Согласно подходу В.А. Ясвина, механизмами создания и поддержания психологической безопасности образовательной среды являются:

- координация деятельности всех субъектов данной образовательной среды;
- обеспечение значимости образовательной среды в системе ценностей субъектов образовательного процесса;
- создание благоприятного социально-психологического климата;
- содействие формированию познавательной мотивации обучающихся;
- четкая ориентированность ее образовательных целей на социальный заказ, на создание и распространение социально значимого продукта, повышение качества образовательных услуг;
- органичные эволюционные изменения в контексте взаимоотношений с внешней средой и др.

Таким образом, безопасная образовательная среда выступает как эффективное межличностное взаимодействие, способствующее развитию психологически здоровой личности. Человек может быть здоровым только в определенных условиях. Таким условием является безопасная

образовательная среда.

Механизмы обеспечения психологически безопасной образовательной среды

Обеспечение психологической безопасности образовательной среды дошкольной образовательной организации достигается при помощи следующих механизмов:

- проведение психологического мониторинга исследуемых показателей;
- использования методов и средств образовательной деятельности;
- проведение психологической экспертизы программ развития образовательной организации с целью определения степени безопасности и комфортности образовательной среды;

- консультирование педагогов образовательной организации по выбору образовательных технологий с учетом индивидуально-психологических особенностей детей;

- оказание психологической поддержки педагогам, воспитанникам и родителям в проектной деятельности по совершенствованию образовательного процесса.

Реализация данных механизмов позволяет педагогу-психологу организовать работу по созданию взаимодействий педагогов с воспитанниками и детей между собой, разработать совместно с педагогами траектории развития с учетом индивидуальных возможностей детей, а также отдельные блоки основной образовательной программы (по формированию экологической культуры и здорового и безопасного образа жизни), участвовать в воплощении этих разработок в образовательном процессе. Соответствие принципов проектирования психологически безопасной образовательной среды и механизмов обеспечения психологически безопасной образовательной среды представлены в таблице 1.

Таблица 1

Принцип моделирования психологически безопасной образовательной среды	Механизм обеспечения психологически безопасной образовательной среды
Принцип защиты личности	<p>Проведение психологического мониторинга</p> <p>Проведение психологической экспертизы программ развития образовательной организации с целью определения степени безопасности и комфортности образовательной среды;</p> <p>Консультирование педагогов и преподавателей образовательных организаций по выбору образовательных технологий с учетом индивидуально-психологических особенностей обучающихся</p>
Принцип опоры на развивающее образование	<p>Использования методов и средств образовательной деятельности</p> <p>Консультирование педагогов и преподавателей образовательных организаций по выбору образовательных технологий с учетом индивидуально-психологических особенностей обучающихся;</p> <p>Оказание психологической поддержки педагогам и преподавателям в проектной деятельности по совершенствованию образовательного процесса</p>
Принцип помощи в социально-психологической умелости	<p>Консультирование педагогов и преподавателей образовательных организаций по выбору образовательных технологий с учетом индивидуально-психологических особенностей обучающихся;</p> <p>Оказание психологической поддержки педагогам и преподавателям в проектной деятельности по совершенствованию образовательного процесса</p>

Раздел 3. Психологическая безопасность и эмоциональное благополучие участников образовательного процесса

Профессиональное «выгорание» педагога. Проблемы, способы решения, профилактика

Профессиональный стресс – многоуровневый феномен, который выражается в физиологических и психических реакциях. Ни один профессионал не застрахован от стресса. В последнее время психологи говорят не только о профессиональном стрессе, но и о синдроме эмоционального выгорания (далее СЭВ). Этот синдром развивается на фоне постоянного профессионального стресса. Синдром эмоционального выгорания связан с постоянными эмоциональными перегрузками, с постоянным межличностным общением.

Когда говорят «синдром эмоционального сгорания», имеют в виду конкретные изменения отношения специалиста к предмету профессиональной деятельности и к самому себе:

- 1) усталость, утомление, истощение после активной профессиональной деятельности;
- 2) психосоматические проблемы (колебания артериального давления, головные боли, заболевания пищеварительной и сердечно-сосудистой систем, неврологические расстройства, бессонница);
- 3) появление негативного отношения к клиентам (вместо имевшихся ранее позитивных взаимоотношений);
- 4) отрицательная настроенность к выполняемой деятельности;
- 5) агрессивные тенденции (гнев и раздражительность по отношению к коллегам и клиентам);
- 6) функциональное, негативное отношение к себе;
- 7) тревожные состояния, пессимистическая настроенность, депрессия, ощущение бессмысленности происходящих событий, чувство вины.

Синдром профессионального выгорания включает в себя три основные составляющие: эмоциональную истощенность, деперсонализацию и редукцию профессиональных достижений.

Эмоциональное истощение ощущается как эмоциональное перенапряжение, опустошенность, истощенность собственных эмоциональных ресурсов. Человек не может отдаваться работе как прежде, чувствует приглушенность, притупленность собственных эмоций, возможны эмоциональные срывы.

Деперсонализация – тенденция развития негативного, бездушного отношения к раздражителям. Возрастает обезличенность и формальность контактов. Негативные установки, имеющие скрытый характер, могут начать проявляться во внутреннем сдерживаемом раздражении, которое входит со временем наружу в виде вспышек раздражения или конфликтных ситуаций.

Редукция личных (персональных) достижений – снижение чувства компетентности в своей работе, недовольство собой, уменьшение ценности своей деятельности, негативное самовосприятие в профессиональной сфере. Возникновение чувства вины за собственные негативные проявления или чувства, снижение профессиональной и личной самооценки, появление чувства собственной несостоятельности, безразличия к работе.

"Подгорающего" педагога можно отличить по психофизическим, психологическим и поведенческим проявлениям. Как правило, он изнурен эмоционально и физически: снижена активность, восприимчивость и реакция на изменения внешней среды. Среди прочих психофизических признаков выгорания специалисты называют частые головные боли, резкие изменения массы тела, бессонницу, сонливое состояние, нарушение дыхания. Работник становится раздражителем, у него случаются вспышки гнева, он избегает общения. Вместе с этим его гложет чувство вины, гипертрофированной ответственности, страха.

Актуальность проблемы усиливается возросшими требованиями к личности учителя и его профессиональным качествам, а также

необходимостью поиска оптимальных методов коррекции синдрома эмоционального выгорания.

В настоящее время существуют следующие определения синдрома эмоционального выгорания: долговременная стрессовая реакция, или синдром, возникающий впоследствии продолжительных профессиональных стрессов, процесс постепенной утраты эмоциональной, когнитивной и физической энергии, проявляющийся в симптомах эмоционального, умственного истощения, физического утомления, личной отстранённости и снижения удовлетворения исполнением работы.

Педагоги испытывают интеллектуальные, физические, эмоциональные нагрузки, вынуждены подолгу работать за компьютером, это приводит к переутомлению, нарушениям деятельности сердечно-сосудистой системы и сна – симптомам, указывающим на наличие синдрома эмоционального выгорания.

В работе преподавателя синдром эмоционального выгорания проявляется в:

- эмоциональной несдержанности, аффективном характере отрицательных эмоций;
- экономии положительных эмоций;
- потере личностно-ориентированного подхода в работе с детьми,
- потере интереса к работе и личности студента.

Развитие данного синдрома, по словам исследователей, следует за периодом повышенной активности, сопровождающимся полным поглощением работой, отказом от собственных нужд и отдыха. Далее появляются симптомы физического и эмоционального истощения, от которых не удастся избавиться с помощью отдыха на выходных. Следующей характерной чертой является личная отстраненность, когда работник не реагирует ни положительно, ни отрицательно на окружающие его события.

Сидоров П. Указывает на организационные факторы, способствующие развитию СЭВ:

- высокая рабочая нагрузка, недостаток или отсутствие социальной поддержки со стороны коллег и руководства;
- недостаточное вознаграждение за работу;
- высокая степень неопределенности в оценке выполняемой работы, невозможность влиять на принятие решений, двусмысленные требования к работе;
- бесперспективность деятельности;
- необходимость внешне проявлять эмоции не соответствующие реалиям;
- отсутствие интересов вне работы.

Меры, принимаемые для борьбы с профессиональным выгоранием, принадлежат трем парадигмам:

- организационной, включающей снижение стрессогенности ситуаций;
- медицинской, подразумевающей лечение вызванных стрессом заболеваний;
- психологической, означающей собственно психологическую помощь, которая помогла бы педагогу в профилактике и борьбе с уже возникшими стрессовыми ситуациями.

На сегодняшний день используется целый арсенал методов, помогающих преодолеть СЭВ. Следует отметить, что исследователи сходятся в одном: наилучший способ снижения уровня СЭВ – профилактика данного состояния.

Необходимой и базовой частью профилактики СЭВ является личностная психологическая подготовка специалиста. Здесь имеется в виду практическое обучение, направленное на развитие стрессоустойчивости профессионала. Лечебная педагогика тесно связана с психологией, с психотерапией. Эффективным способом повышения здоровья педагога является тренинг саморегуляции, так как способность человека к саморегуляции поддается тренировке. Самым доступным способом саморегуляции является аутогенная тренировка. Это система упражнений, направленных на регуляцию

психическим и физическим состоянием. Основан метод на сознательном воздействии на собственный организм с целью его релаксации и активации.

С другой стороны, ответственные лица организации, в которой трудится педагог, напрямую заинтересованы в высокой мотивации своего персонала, для чего должны прикладывать некоторые усилия, а также принимать необходимые меры, например, оборудование классов современными техническими средствами, снабжение современными УМК, предоставление преподавательскому составу возможности достойного заработка, карьерного и личностного роста. Не существует универсальных средств профилактики синдрома профессионального выгорания, как не существует и одинаковых людей.

Профилактика «синдрома профессионального выгорания»:

1. Важна общая дружеская атмосфера поддержки и взаимопонимания в коллективе

2. Необходимо постоянно делиться своим опытом и проблемами с профессиональным сообществом

3. Профессиональное развитие и самосовершенствование. Развитие профессиональных качеств, постоянная рефлексия своего опыта переживаний, связанных с общением с людьми. Новые знания избавят от эмоционального и интеллектуального застоя.

4. Тайм-ауты. Для того, чтобы отвлечься от работы хороши любые методы: моцион после работы, поездка за город на выходные, короткий отпуск, прогулка пешком до ближайшего кафе внесёт необходимое разнообразие в рабочие будни.

5. Спорт, фитнес. Любые активные физические упражнения и занятия.

6. Положительное эмоциональное общение. Родные и друзья не только поддерживают в трудную минуту, но и помогают нам создать собственную «копилку» светлых воспоминаний, которые помогут тогда, когда никого из близких нет рядом.

7. Хобби. Нельзя жить только обязанностями. Должно быть что-то для души, занятие, помогающее отвлечься от повседневности. Чем больше у вас таких занятий – тем лучше.

8. Баня. Особенно русская парилка с веником. Она помогает вывести лишний адреналин, расслабиться и успокоиться.

9. Психотехнические упражнения не требуются большого количества времени и специальных помещений. В любой профессии, изобилующей стрессогенными ситуациями, важным условием сохранения и укрепления психического здоровья работника выступает его умение вовремя «сбрасывать» напряжение, снимать внутренние зажимы, расслабляться. В течение небольшого времени, затраченного на выполнение психотехнических упражнений, можно снять усталость и обрести состояние внутренней свободы, стабильности, уверенности в себе.

10. Большое значение для противостояния выгоранию и сохранения профессионального.

Ресурсы противодействия синдрому эмоционального выгорания:

Каждый человек имеет индивидуальный, изменчивый профиль ресурсов противодействия выгоранию.

Под ресурсами понимаются внутренние и внешние переменные, способствующие психологической устойчивости в стрессогенных ситуациях. Ресурсы подобны иммунитету, имея который можно избежать не только синдрома выгорания, но и других негативных сторон профессии и современной жизни.

Внутренние (личностные) ресурсы противодействия профессиональному выгоранию:

К ресурсам личности относят: умения и навыки, знания и опыт, модели конструктивного поведения, актуализированные способности. Они дают возможность человеку быть более адаптивным и стрессоустойчивым, успешным и удовлетворенным качеством своей жизни.

Можно выделить четыре уровня личностных ресурсов противодействия выгоранию:

1. Физиологический уровень является базовым, к нему относится то, что биологически задано. Он включает в себя тип нервной системы (ее силу, слабость, устойчивость и др.), пол, возраст, состояние здоровья, способы реагирования организма на стресс.

2. Психологический уровень. Он включает в себя три подуровня:

а) Эмоционально-волевой. Эмоциональное противодействие (преодоление) – осознание и принятие своих чувств и эмоций, потребностей и желаний, овладение социально приемлемыми формами проявления чувств, контроль динамики переживания, устранение застреваний, неполного реагирования и другое.

б) Когнитивный. Когнитивное противодействие – понимание причин стресса, осмысление ситуации и включение ее образа в целостное представление субъекта о себе, окружении и взаимосвязях с ним. Психологическая компетентность, позитивность и рациональность мышления, гибкость мышления, поиск и оценка возможных средств, которые могут быть мобилизованы для преодоления стресса, поиск конструктивных стратегий преодоления, самооценка, поиск самоподкрепления и поддержки.

в) Поведенческий (деятельностный). Поведенческое (деятельностное) противодействие – активность и гибкость поведения, перестройка поведения, коррекция стратегий и планов, задач и режимов деятельности, активизация или дезактивизация поведения или деятельности.

3. Социальный уровень: социальные роли, позиции и установки, отношение к другим людям.

4. Духовный уровень. К этому уровню относятся три психологических ресурса.

Надежда – психологическая категория, способствующая жизни и росту. Это активное ожидание и готовность встретиться с тем, что может появиться на свет. Надеяться – значит в каждый момент времени быть готовым к тому,

что еще не появилось на свет, несмотря ни на что, не отчаиваться, если на том или ином участке жизненного пути это рождение не произошло.

Рациональная вера – убежденность в том, что существует огромное число реальных возможностей, нужно вовремя обнаружить эти возможности. Вера – рациональная интерпретация настоящего.

Душевная сила – мужество. Душевная сила – способность сопротивляться попыткам подвергнуть опасности надежду и веру и разрушить их, превращая в «голый» оптимизм или в иррациональную веру. Спиноза под душевной силой понимал способность сказать «нет», когда весь мир хочет услышать «да».

Ключевым ресурсом противодействия «выгоранию» можно считать способность личности к смысловому творчеству. Потеря смысла жизни ведет к ряду профессиональных и личностных деформаций, к числу которых относится синдром профессионального выгорания.

Смысл жизни может быть утрачен в силу непропорциональности тех психических и личностных затрат, той цены, которую личность платит за свои реальные достижения. Слишком высокая психологическая цена, затраченная на жизненные достижения, понижает мотивацию, притязания и подрывает смысл жизни. Когда цена бывает слишком малой, когда успех приходит без всяких усилий со стороны личности, личность также перестает испытывать удовлетворение, а это, в свою очередь, разрушает смысл ее жизни.

Обновление смыслов профессиональной деятельности происходит постоянно, обостряясь в периоды кризисов. Умение находить новые смыслы в профессии, переоценивать свою роль и открывать в ней новые грани, ставить перед собой новые цели – все это является факторами преодоления профессионального выгорания. Человеку необходима гибкость в построении новых смыслов, помогающих адаптироваться к изменившимся условиям.

Оптимальный смысл жизни представляет собой генеральную линию жизни, задающую высокую планку активной жизнедеятельности человека, помогает ему максимально использовать собственные резервы, направляя их

на преобразование обстоятельств и собственной личности. Принятие ответственности за каждый жизненный выбор позволяет человеку почувствовать свою жизненную силу.

Внешние (социальные) ресурсы противодействия выгоранию:

К наиболее выраженным внешним ресурсам относятся сферы профессиональной деятельности, семейной жизни и «свободного времени».

Практика показывает, что наиболее стрессоустойчивым оказывается тот, кто получает положительные эмоции и поддержку в семье, удовлетворение от работы и имеет «отдушину» в виде какого-либо увлечения, позволяющего почувствовать, что жизнь больше, чем работа. Напротив, при сильных рабочих стрессах, перегрузке в семье, нехватке либо саморазрушающей трате свободного времени внутренние ресурсы истощаются.

«Сквозным ресурсом», пронизывающим все три уровня является поддержка. Здесь наиболее важно обеспечить поддержку от коллег и администрации школы, ведь основная причина возникновения проблемы – это профессиональная напряженность, связанная с большой растратой внутренних ресурсов.

Конструктивными следует считать поиск социальной поддержки и уверенные действия. Неконструктивные способы поведения – избегание, манипулятивные и агрессивные действия – сопряжены с высоким уровнем выгорания и профессиональной дезадаптацией педагогов.

Каждый человек может осознанно выбрать – будет ли он выгорать под напором внешних обстоятельств, иногда действительно очень неблагоприятных, или прилагать энергию для поиска новых ресурсов своей личности через нахождение новых смыслов, позитивных моментов и просто через переживание сиюминутных приятных ощущений.

Способы эмоциональной саморегуляции участников образовательного процесса

Саморегуляция – это управление своим психоэмоциональным состоянием, которое достигается путем воздействия человека на самого себя с

помощью слов, мысленных образов, управлением мышечным тонусом и дыханием. Главная задача саморегуляции – научиться разряжаться, сбрасывать лишнее напряжение, отреагировать цивилизованным путем или правильно направлять энергию на творчество и созидание, чтобы избежать разрушения (внешнего и внутреннего).

В результате саморегуляции могут возникать три основных эффекта:

- эффект успокоения (устранение эмоциональной напряженности);
- эффект восстановления (ослабление проявлений утомления);
- эффект активизации (повышение психофизиологической реактивности).

Своевременная саморегуляция выступает своеобразным психогигиеническим средством, предотвращающим накопление остаточных явлений перенапряжения, способствующим полноте восстановления сил, нормализующим эмоциональный фон деятельности, а также усиливающим мобилизацию ресурсов организма.

К естественным приемам регуляции организма можно отнести:

- смех, улыбка, юмор;
- размышления о хорошем, приятном;
- различные движения типа потягивания, расслабления мышц;
- наблюдение за пейзажем за окном;
- рассматривание цветов в помещении, фотографий, других приятных или дорогих для человека вещей;
- мысленное обращение к высшим силам (Богу, Вселенной, великой идее);
- «купание» (реальное или мысленное) в солнечных лучах;
- вдыхание свежего воздуха;
- чтение стихов;
- высказывание похвалы, комплиментов кому-либо просто так.

В профессиональной деятельности педагога важную роль играет умение управлять своими эмоциями. Эмоциональная саморегуляция базируется на навыках управления состоянием мышечной системы организма, на активном волевом включении мыслительных процессов в анализ эмоциогенных ситуаций.

Существует большое количество разнообразных техник и приемов саморегуляции своего поведения, например:

дыхательные техники, которые способствуют успокоению личности;

- релаксационные техники, которые снимают напряжение;
- медитативные техники, снимающие эмоциональное напряжение и останавливают поток мыслей; эти техники саморегуляции основаны на различных способах сосредоточения внимания (например, на каком-либо объекте, олицетворяющем покой);

- аутогенные техники, способствующие снятию эмоционального и мышечного напряжения, а также улучшают психическое состояние здоровья педагогов, повышают его работоспособность и увеличивают его педагогическую отдачу; любой педагог сможет освоить аутогенную тренировку и самостоятельно применять ее на практике;

- мотивационно-волевые техники, способствующие улучшению психологической устойчивости личности.

Способности детей в произвольной регуляции эмоций, в сравнении с движением, еще менее развиты: им трудно скрыть радость, огорчение, вину, страх, подавить раздражение или негодование. Пока эмоции детей еще непосредственны, не подчинены давлению социально-культурного окружения – самое удобное время, учить понимать их, принимать и полноценно выражать.

Для этого ребенку необходимо овладеть такими умениями:

- произвольно направлять свое внимание на эмоциональные ощущения, которые он испытывает;

- различать и сравнивать эмоциональные ощущения, определять их характер (приятно, неприятно, беспокойно, удивленно, страшно и т.п.);
- одновременно направлять свое внимание на мышечные ощущения и на экспрессивные движения, сопровождающие любые собственные эмоции и эмоции, которые испытывают окружающие;
- произвольно и подражательно “воспроизводить” или демонстрировать эмоции по заданному образцу.

В комплекс занятий направленных на развитие саморегуляции детей необходимо включать дыхательные упражнения, массаж, растяжки, постизометрическую релаксацию (ПИРС) и аутогенную тренировку.

Дыхание – важнейший физиологический процесс, происходящий автоматически, рефлекторно. Дыхательная гимнастика призвана освободить дыхание от напряжения, ограничений, мешающих дыханию привычек. Существуют различные дыхательные техники, призванные вернуть человека к его естеству, правильному дыханию, экономному расходованию энергии и т.д. Важно научить ребенка (с проблемами) чувствовать свое дыхание, т.е. обращать внимание на то, как он дышит: ртом или носом, задерживает ли дыхание. Естественное дыхание (так дышит здоровый ребенок) вовлекает в работу все тело, т.е. на работу каждой отдельной части тела влияют дыхательные волны, проходящие по всему телу.

Массаж традиционно включается в комплексы общеоздоровительных мероприятий в целях активизация отдельных систем организма. Элементы общего массажа (поглаживание, растирание, разминание, постукивание) сочетаются с точечным воздействием на определенные точки и зоны. Используются наиболее активные зоны с максимальным количеством биологически активных точек (БАТ) – зоны кистей, стоп, головы, лица и отдельно выделенная зона ушной раковины. Массаж в парах проводится под контролем взрослого.

Растяжки – прекрасный способ, позволяющий снимать эмоционально-психическое напряжение и одновременно повышать двигательную

активность, что так важно для ребенка. Растяжки основаны на естественном движении. Каждый знает, как хочется потянуться всем телом, пробудившись ото сна. Растягивание помогает избавиться от мышечной скованности, улучшить осанку и манеру двигаться, снять утомление. Растягивание представляет собой динамическую работу мышц, причем внимание сосредоточено не на какой-то одной мышечной группе, а на движении всего тела. Концентрируя внимание на движениях, ребенок постепенно учится владеть своим телом, что оказывает положительное влияние на его физическое и психическое состояние. Гимнастикой на растягивание можно заниматься индивидуально с ребенком или в небольшой подгруппе. Растягиваемый партнер обычно пассивен, он должен, по возможности, расслабиться. Но ребенок, одолеваемый страхами, тревогой, не может расслабиться и довериться партнеру. Поэтому растяжки рекомендуется применять, когда установлен контакт с ребенком.

Постизометрическая релаксация (ПИРС) – предварительное напряжение в течение определенного времени вызывает естественное расслабление мышц. При этом нет необходимости дозировать упражнения. Релаксация возникает естественным путем за счет утомления мышц, и ребенок сам регулирует этот процесс. Существенным моментом является сохранение определенной позы в течение некоторого времени (движения практически отсутствуют). Для преодоления внутреннего напряжения необходимо научить ребенка расслабляться, расслаблять свое тело, т.е. учить приемам релаксации.

Релаксация – это расслабление. Приемы релаксации основаны на сознательном расслаблении мышц. Понижая мускульное напряжение, мы способствуем снижению и нервного напряжения, поэтому состояние расслабленности уже само по себе обладает психогигиеническим эффектом. Техника релаксации направлена на снятие ненужного напряжения, связанного с переутомлением, нарушением осанки, недостатком потребности организма в движении.

Для снятия эмоционального напряжения у детей применяют методику **аутогенной тренировки**. Занятия аутотренингом можно проводить как в плане психокоррекционного направления психологической службы, так и в плане психопрофилактики для предупреждения возможных негативных поведенческих реакций у детей. Аутотренинг может выступать как целостное комплексное занятие, состоящее из упражнений на различные группы мышц. Иногда возможно давать некоторые упражнения релаксационного характера на групповых занятиях по игровой терапии (для восстановления и успокоения). И тогда аутотренинг выступает как часть занятия.

У каждого человека при напряженных эмоциональных состояниях меняется мимика, повышается тонус скелетной мускулатуры, темп речи, появляется суетливость, приводящая к ошибкам в ориентировке, изменяются дыхание, пульс, цвет лица. Эмоциональное напряжение, скорее всего, пойдет на убыль, если внимание человека переключится от причины гнева, печали или радости на их внешние проявления.

Мускулатура – самый простой, но достаточно эффективный способ эмоциональной саморегуляции - расслабление мимической мускулатуры. Научившись расслаблять лицевые мышцы, а также произвольно и сознательно контролировать их состояние, можно научиться управлять и соответствующими эмоциями. Чем раньше (по времени возникновения эмоций) включается сознательный контроль, тем более эффективным, он, оказывается. Так, в гнев сжимаются зубы, меняется выражение лица. Возникает это автоматически, рефлекторно. Однако стоит "запустить" вопросы самоконтроля ("Не сжаты ли зубы?", "Как выглядит мое лицо?"), и мимические мышцы начинают расслабляться.

Дыхание. Важным резервом в стабилизации своего эмоционального состояния является совершенствование дыхания. Как ни странно, не все люди умеют правильно дышать.

Методика выполнения дыхательных упражнений:

1. Сядьте на стул (боком к спинке), выпрямите спину и расслабьте мышцы шеи.

2. Руки свободно положите на колени, и закройте глаза, чтобы никакая визуальная информация не мешала вам сосредоточиться. Сосредоточьтесь только на своем дыхании.

3. При выполнении дыхательного упражнения дышите через нос, губы слегка сомкнуты (но не сжаты).

В течение нескольких минут просто контролируйте свое дыхание. Обратите внимание на то, что оно легкое и свободное. Ощутите, что вдыхаемый воздух более холодный, чем выдыхаемый. Следите лишь за тем, чтобы дыхание было ритмичным.

Визуализация. Эффективной эмоциональной саморегуляции способствует также использование приемов воображения или визуализации.

Визуализация — это создание внутренних образов в сознании человека, то есть активизация воображения с помощью слуховых, зрительных, вкусовых, обонятельных, осязательных ощущений, а также их комбинаций. Визуализация помогает человеку активизировать его эмоциональную память, воссоздать те ощущения, которые он испытал когда-то.

Разновидностью визуализации являются упражнения "сюжетного воображения", основанные на преднамеренном использовании цвета и пространственных представлений сознания человека. Сознательные представления окрашиваются в нужный цвет, соответствующий моделируемому эмоциональному состоянию.

Психологическая безопасность образовательной организации и личная безопасность участников образовательного процесса

Если рассматривать понятие «безопасность» в самом широком смысле этого слова, то оно включает не только организацию защиты населения, в том числе участников образовательного процесса, от чрезвычайных ситуаций,

таких как пожары, природные, экологические и техногенные катастрофы, террористические угрозы, экстремизм и насилие над личностью, но и транспортный и бытовой травматизм, недостаточно защищенные условия труда и учебы, незаконное вторжение в личное и информационное пространство. Это также умение правильно оценивать внешние факторы и оперативно и адекватно реагировать на них. Только при одновременном учете всех этих факторов можно говорить о создании действенной системы комплексной безопасности.

С учетом всего перечисленного можно выделить два основных направления работы.

Первое направление – это обеспечение индивидуальной безопасности личности, которая включает профилактику попадания в травматичные в физическом или психологическом плане ситуации, формирование навыков безопасного поведения в различных ситуациях.

Второе направление – также организация коллективной безопасности, предполагающая создание защищенного пространства, не являющегося источником опасности, и условий для спокойной и максимально комфортной жизнедеятельности.

В этой связи возникает немаловажная проблема: обеспечение безопасности зависит не только от оснащенности объектов образования самыми современными техникой и оборудованием, но и прежде всего от человеческого фактора, т. е. от степени профессионализма управляющего этим оборудованием персонала, от грамотности и компетентности людей, отвечающих за безопасность образовательных учреждений и учебного процесса, от слаженности их совместной работы с администрацией и педагогами, от подготовленности обучающихся и работников учебных заведений к действиям в чрезвычайных ситуациях.

Есть еще несколько важных этапов в организации решения проблемы обеспечения комплексной безопасности образовательного процесса, в

реализации которых принимает непосредственное участие Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки (Рособрнадзор).

Первым шагом стала разработка Министерством образования Российской Федерации отраслевой программы “Безопасность образовательного учреждения”. Это совместно реализуемый Рособразованием и подведомственными ему образовательными учреждениями комплекс мер по укреплению режима безопасности объектов образования в части выполнения противопожарных и антитеррористических мероприятий. За три года реализации данной Программы за счет средств федерального бюджета были профинансированы мероприятия, направленные на повышение уровня оснащенности образовательных учреждений средствами по обеспечению противопожарной безопасности объектов образования, техническими средствами защиты от террористических угроз.

Наиболее крупные и значимые мероприятия программы: оснащение образовательных учреждений автоматической пожарной сигнализацией, системами оповещения о пожаре, дымоулавливания и вентиляции, автоматического пожаротушения, тревожной сигнализации и оповещения о нарушении общественного порядка, видеонаблюдения и внутреннего охранного телевидения, электронными системами контроля за доступом сотрудников и обучающихся в здания учебных корпусов и общежитий, детекторами опасных предметов и веществ, металлоискателями и датчиками охранной сигнализации. Кроме того, в рамках Программы проводится обучение и переподготовка кадров – специалистов по безопасности учебных заведений, разрабатывается и совершенствуется нормативная, правовая и методическая база, регламентирующая организацию деятельности по указанным направлениям, оказывается поддержка созданию региональных центров безопасности образовательных учреждений. Наша задача – общими усилиями достичь максимального уровня оснащенности объектов образования самым современным оборудованием и техническими средствами защиты от всех видов потенциальной опасности.

Угрозы современной социальной ситуации развития ребенка

Социальная ситуация развития дошкольника представляет собой один из фундаментальных компонентов того или иного возрастного периода. Она характеризует основные аспекты взаимодействия ребенка с окружающими его людьми: семьей, сверстниками, другими взрослыми.

К началу этого периода ребенок имеет достаточно развитые органы чувств, способность ориентироваться в пространстве и перемещаться в нем. Именно поэтому дошкольник имеет большую тягу к самостоятельности, растущее из года в год. Он постепенно покидает пределы родительского дома; в его жизнь входят как сверстники, так и другие взрослые люди, а так же прочие внешние факторы. Социальная ситуация развития современного детства в полной мере свидетельствует о правомерности введения в научный оборот и в практику образования понятия «безопасность». Мы уже давно вступили в XXI век, и человечество столкнулось с беспрецедентной ситуацией развития цивилизации: такого не было никогда в истории человечества. Чем отличается этот век от предыдущих эпох?

- изменение климата на планете, землетрясения, наводнения, активность солнца;

- биологические открытия: генома человека, генная инженерия, клонирование;

- демографический взрыв, увеличение продолжительности жизни людей, но: старение человечества (до середины XX века – дети большинство населения мира);

- научно-техническая революция, информационные технологии: тревожные следствия;

- глобальный терроризм – с 11 сентября 2001 года;

- высокий динамизм социальной жизни, психоэмоциональная напряженность;

- психотехнологии психозондирования и коррекции сознания человека.

Социальная ситуация развития дошкольника не ограничивается его контактами с окружающими взрослыми. Кроме реально окружающих ребенка взрослых в жизни и в сознании дошкольника появляется еще один – идеальный взрослый.

Он идеален, во-первых, потому, что существует только в сознании ребенка как идея, а не как конкретный реальный человек; а во-вторых, потому, что воплощает в себе совершенный образ какой-либо общественной функции: взрослый – папа, доктор, продавец, шофер и т.д. Причем этот идеальный взрослый не только представляется или мыслится ребенком, но становится мотивом его действий. Дошкольник хочет быть таким, как этот идеальный взрослый. Его главная потребность – быть членом взрослого общества, жить и чувствовать себя вместе со взрослыми. Но реально включиться во взрослую жизнь современный дошкольник, конечно, не может в силу сложности этой жизни и своих ограниченных возможностей.

Противоречие социальной ситуации развития ребенка – дошкольника как раз и заключается в разрыве между его стремлением быть как взрослый и невозможностью реализовать это стремление непосредственно. Единственной деятельностью, которая позволяет разрешить это противоречие, является сюжетно-ролевая игра. В такой игре ребенок берет на себя роль взрослого как носителя общественных функций и вступает в определенное отношение с другими «идеальными взрослыми». Взрослый в ролевой игре присутствует не непосредственно, а опосредованно, через ту роль, которую берет на себя ребенок. Поведение ребенка в игре, его отношения к вещам и другим детям, выполняющим другие роли, опосредованы образом идеального взрослого и направляются им.

Именно поэтому, что ролевая игра дает ребенку возможность вступить во взаимодействие с такими сторонами жизни, которые недоступны ему в реальной практике, она и является ведущей деятельностью дошкольника. В ней, с одной стороны, благодаря речевому действию происходит усвоение норм общественных отношений, а с другой – формирование самого механизма

личностного поведения, т.е. подчинение своего поведения идеальному образу, ставшему мотивом деятельности ребенка. Основным мотивом игровой деятельности ребенка является возможно лучшее выполнение взятой на себя роли, действовать «как взрослый». Это мотив подчиняет себе непосредственные побуждения ребенка и является ведущим. С этой точки зрения, дошкольный возраст может быть понят как период интенсивного усвоения человеческих отношений - норм и правил поведения, которые существуют в мире взрослых.

Кроме взрослого в социальной ситуации развития ребенка в дошкольном возрасте все большую роль начинают играть сверстники. Общение и отношения с другими детьми становятся не менее значимыми для ребенка, чем его взаимоотношения со взрослыми.

Итак, социальная ситуация развития ребенка в дошкольном возрасте усложняется и дифференцируется. Взрослый человек остается центром жизни ребенка, но отношения с ним существенно меняются. Если в раннем возрасте социальная ситуация определялась исключительно отношениями ребенка с его близкими взрослыми, то начиная с дошкольного возраста ребенок вступает в отношения с более широким социальным миром. Человеческие отношения, которые существуют в мире взрослых, становятся предметом игровой деятельности детей, где взрослый присутствует опосредованно, в идеальной форме. Общение с реальными близкими взрослыми приобретает внеситуативный характер и побуждается новыми потребностями. Выделяется новая сфера социальных контактов ребенка - его отношения со сверстниками.

Анализ социальной ситуации развития детства как своего рода переживание ребенком условий существования в современной России открывает негативные изменения по всем трем направлениям трисоставной структуры личности ребенка: ее телесности, душевных проявлений и духовного бытия. Участники образовательной среды и сама среда могут подвергаться как внутренним, так и внешним угрозам. К основным внутренним угрозам на личностном уровне можно отнести внутренний

дисбаланс и психологическое напряжение личности, нарушение и нестабильность ее психического здоровья и развития. Это – неустойчивость к психологическим воздействиям со стороны других людей и условий образовательной среды, неудовлетворенность ее психологическими характеристиками, трудности в общении ее участников и их негативное отношение к образовательной среде. К основным внешним угрозам на уровне образовательной среды можно отнести: нарушение порядка и спокойствия в образовательном учреждении, криминализация общественных отношений и чрезвычайные ситуации в технической, социальной и экологической сферах. Важнейшим фактором обеспечения безопасного развития детства является состояние информационной среды, информационного пространства.

Детское информационное пространство содержит в себе следующие единицы. Это традиционные формы информации (на бумажных носителях – книги, журналы), которые используют в образовании, в детских СМИ. Другой исключительно важной единицей информационного пространства различные формы информационных технологий на электронных носителях экранов – телевизора, компьютера, ай-падов, смартфонов, сотовых телефонов и т.п.. Исключительная сила воздействия данных видов информации на детскую психику убедительно показана тысячами исследований по всему миру.

Возможно, наибольшую угрозу безопасному развитию современного ребенка в информационной среде представляют такие информационные технологии как интернет. Исследования свидетельствуют следующее. Больше 40% детей сталкиваются в интернете с изображениями сексуального характера, причем 6% – каждый день. Второй значимый риск – встречи в онлайн с незнакомцами, выдающими себя сначала за сверстников, затем все более и более втягивающих детей в общение, затем используя их для своих целей: педофилы и развратники, мошенники и воры – вот кто может скрываться за партнером по общению.

Специфическим выражением детской информационной среды является игрушка. Игрушка как объект информационного воздействия, в отличие от

прочих форм, способна задействовать все органы чувств ребенка (визуальный, тактильный, слуховой, обонятельный, вкусовой), поскольку находится в максимальном интерактивном взаимодействии с ребенком.

Антиигрушка – это игрушка, не отвечающая прежде всего критерию духовно-нравственной безопасности, являющаяся побудителем и средством передачи разрушения, способствующей формированию аморальности, возникновению психических заболеваний и нервных расстройств, в крайних проявлениях – побуждающим к жестокости и насилию, и даже совершению самоубийств.

По мнению ученых и специалистов сферы образования, состояние игровой среды является одной из актуальных проблем современного детства. Ее безопасность, качество, интеллектуальная и эмоциональная насыщенность напрямую отражаются на благополучии и здоровье детей, их интеллектуальном, психическом и нравственном развитии, общей психологической безопасности.

Таким образом, социальная ситуация развития современного детства представляет собой определенные риски для безопасного развития ребенка в различных сферах: физической, ментальной, психологической и духовно-нравственной.

Раздел 4. Проблема насилия над ребенком в контексте вопросов психологической безопасности

Параметры выявления признаков осуществления насилия над детьми

Каждый случай насилия, пережитый человеком, оставляет свой травматичный след. Особенно серьезными эти последствия являются в случае, если насилие совершилось над человеком в детском возрасте. Тяжесть последствий зависит, с одной стороны, от вида и интенсивности насилия, а с

другой – от наличия защитных факторов у человека. Различают физические, психологические и социальные последствия насилия. Как правило, большая часть физических последствий наиболее очевидна. Сломанные кости, раны и другие физические повреждения легко заметить. Поэтому и ребенок, переживший трагедию, и взрослые, его окружающие, могут незамедлительно оказать ребенку помощь и поддержку. Даже физические повреждения не всегда можно распознать и оценить сразу же после случившегося. Например, нарушение мозговой деятельности после повреждения головы может быть сначала не так заметно, но служит причиной проблем ребенка, подвергнувшегося насилию на всю жизнь.

Дети, подвергшиеся жестокому обращению, часто отстают в росте и/или массе от своих сверстников. Они позже начинают ходить, говорить, реже смеются, они, чем их одногодки. Внешне эти дети выглядят своеобразно: у них припухлые, «заспанные» глаза, бледное лицо, всклокоченные волосы, неопрятность в одежде, другие признаки гигиенической запущенности – педикулез, сыпи, плохой запах от одежды и тела. При физическом насилии имеются повреждения частей тела и внутренних органов различной степени тяжести, переломы костей и др. При сексуальном насилии могут быть заболевания, передающиеся половым путем: инфекционно-воспалительные заболевания гениталий, сифилис, гонорея, СПИД, острые и хронические инфекции мочеполовых путей, травмы, кровотечения из половых органов и прямой кишки, разрывы прямой кишки и влагалища, выпадение прямой кишки. Независимо от вида и характера насилия у детей могут наблюдаться различные заболевания, которые относятся к психосоматическим: ожирение или, наоборот, резкая потеря веса, что обусловлено нарушениями аппетита.

При эмоциональном (психологическом) насилии нередко бывают кожные сыпи, аллергическая патология, язва желудка, при сексуальном насилии – необъяснимые (если никаких заболеваний органов брюшной полости и малого таза не обнаруживается) боли внизу живота. Часто у детей развиваются такие нервно-психические заболевания, как тики, заикание,

энурез (недержание мочи), энкопрез (недержание кала), некоторые дети повторно поступают в отделения неотложной помощи по поводу случайных травм, отравлений.

Как правило, психологические последствия пережитого насилия отличаются латентностью проявления. Самое серьезное травматическое воздействие насилия оказывает на самосознание личности. Образ Я ребенка, пережившего насилие, упрощается. В этом образе отмечается гипертрофированное представление о себе как о жертве, преувеличенное (или преуменьшенное, практически исключенное) представление о тех частях своего тела, которые были в центре событий. Наиболее универсальной и тяжелой реакцией на любое насилие является низкая самооценка, которая способствует сохранению и закреплению психологических нарушений, связанных с насилием. Человек с низкой самооценкой переживает чувство вины, стыда, для него характерна постоянная убежденность в собственной неполноценности, в том, что «ты хуже всех». Общей характеристикой самосознания становится его ригидность как известная закрытость новому опыту. Возможности познания мира, сравнения себя с ним, развитие представлений ребенка о самом себе становятся все более суженными и ограниченными. Вследствие этого ребенку трудно добиться уважения окружающих, успеха, общение его со сверстниками затруднено. Такой ребенок испытывает трудности социализации: он пытается избегать отношений с другими людьми. Дети, подвергшиеся различного рода насилию, сами испытывают гнев, который чаще всего изливают на более слабых: младших по возрасту детей, на животных. Часто их агрессивность проявляется в игре, порой вспышки их гнева не имеют видимой причины. Некоторые из них, напротив, чрезмерно пассивны, не могут себя защитить. И в том, и в другом случае нарушается контакт, общение со взрослыми и сверстниками. Отличительной особенностью таких детей является отчужденность, замкнутость или, напротив, гипертрофированное чувство боязни одиночества, навязывание себя во взаимодействии, заискивающее поведение, стремление

любой ценой удержать общение с другим человеком.

Наиболее часто специалисты отмечают различные нарушения эмоциональной жизни человека в результате пережитого насилия. Повышенная эмоциональность и нестабильность или, напротив, эмоциональная глухота неспособность к сопереживанию свойственны таким детям. При повышенной эмоциональности травмированного ребенка отмечается преобладание негативных эмоций над позитивными. Основные эмоциональные переживания такого ребенка связаны с чувством вины за случившееся, а также недоверием и страхом перед возможным будущим. У таких детей часто наблюдаются «дурные привычки»: сосание пальцев, обкусывание ногтей, раскачивание, занятие онанизмом.

В более старшем возрасте отмечается развитие депрессии и других видов посттравматических стрессовых расстройств. Одним из распространенных последствий пережитого насилия является снижение познавательных возможностей человека, его интеллектуальных и когнитивных способностей и, как следствие, академической успеваемости. Например, у большинства детей, живущих в семьях, в которых применяются тяжелые физические наказания, эмоциональное или иные виды насилия, имеются признаки задержки физического и нервно-психического развития. У них ухудшается память: процессы запоминания и сохранения затруднены, резко возрастает избирательность в запоминании. Внимание становится рассеянным, обедняется речь, часто появляется заикание. Дети значительно хуже успевают в школе, труднее протекают процессы школьной адаптации. Решение своих проблем дети – жертвы насилия часто находят в криминальной асоциальной среде, что нередко сопряжено с формированием пристрастия к алкоголю, наркотикам. Девочки нередко начинают заниматься проституцией, у мальчиков может нарушаться половая ориентация. Такие дети в дальнейшем испытывают трудности при создании собственной семьи, они не могут дать своим детям достаточно тепла, поскольку не решили свои собственные психологические проблемы.

Таким образом, к признакам осуществления насилия над детьми относятся: гиперактивность, отсутствие желания возвращаться домой, изменение в привычках по опорожнению кишечника или мочевого пузыря, жалобы соматического плана, скрытые травмы

Признаки физического насилия

Одной из самых распространенных форм насилия над детьми является физическое насилие. Физическое насилие – любое неслучайное нанесение повреждения ребенку в возрасте до 18 лет родителем, родственником или другим лицом. Эти действия могут осуществляться в форме избияния, истязания, сотрясения, в виде ударов, пощечин, прижигания горячими предметами, жидкостями, зажженными сигаретами, в виде укусов и с использованием самых различных предметов. Эти повреждения могут привести к смерти, вызвать серьезные (требующие медицинской помощи) нарушения физического, психического здоровья или отставание в развитии. Признаками физического насилия являются синяки, царапины, рубцы, ожоги, ссадины, раны, переломы, а также грубое обращение, которое может привести к увечьям.

Физическое насилие – жестокость и другие целенаправленные антигуманные действия, причиняющие боль ребенку и препятствующие его развитию (причинение физической боли: побои, укусы, прижигания, преднамеренное удушение или утопление ребенка, а также ситуации, когда ребенку дают яды и неадекватные лекарства).

Физические симптомы:

– царапины и рубцы (царапины на лице, на спине; царапины необычной формы, свидетельствующие о применении инструментов; укусы; след от веревки);

– ожоги (ожоги от погружения в горячую жидкость, сигаретные ожоги, сухой ожог, как если бы ребенка заставили сесть на горячую поверхность или что-то горячее приложили к коже);

– ссадины (ссадины на губе, глазу или другой части лица; ссадины на внешних половых органах; ссадины, нанесенные каким-либо инструментом или рукой, ссадины на различных стадиях лечения);

– травмы скелета (переломы ребер, челюсти; черепные травмы; перелом или травма позвоночника; повторная травма одного и того же места; травмы, причиненные вследствие сильного выкручивания или вытягивания; смещение суставов и др.);

– травмы головы (отсутствие волос и синяки, кровоподтеки на коже головы; гематомы на черепе, полученные в результате сильного удара; кровоизлияния на сетчатке глаза или отслоение сетчатки; переломы челюсти и носа; расшатанные или выбитые зубы);

– ушибы тела, ягодиц или головы (синяки на ягодицах или ниже спины; синяки в области гениталий).

Поведенческие и психологические маркеры:

– исключительная замкнутость или агрессивность ребенка;

– малоподвижность, пассивность, слабая эмоциональная реакция;

– негативная ориентация на группу детей (настороженность и агрессия на любые изменения в группе);

– стеснительность, избегание контактов со сверстниками;

– предпочтение игр только с маленькими детьми, а не с ровесниками;

– саморазрушающее поведение (например, членовредительство);

– ношение одежды, неподходящей для погодных условий, но скрывающую тело;

– тревожность в отношениях с другими людьми;

– страх взрослых, страх физического контакта;

– боязнь идти домой;

– побег из дома;

– повышенная тревога, когда плачут другие дети;

– тики, сосание пальцев, раскачивание и др.

Признаки сексуального насилия

Сексуальное насилие над ребёнком – это насилие взрослого человека или старшего подростка над ребёнком с целью сексуальной стимуляции. Под сексуальным насилием подразумевается вовлечение ребёнка в сексуальные действия, направленные на физическое удовлетворение человека, осуществляющего насилие, или на извлечение им прибыли. К формам сексуального насилия над ребёнком относятся предложение или принуждение ребёнка к сексуальным действиям (вне зависимости от результата), демонстрация ребёнку гениталий, демонстрация ребёнку порнографии, сексуальный контакт с ребёнком, физический контакт с гениталиями ребёнка, рассматривание гениталий ребёнка без физического контакта, использование ребёнка для производства детской порнографии.

Последствиями сексуального насилия в детстве могут быть чувство вины, самообвинения, ночные кошмары, бессонница, страхи, связанные с воспоминаниями о насилии (в том числе страхи объектов, запахов, мест, посещений врача и др.), проблемы самооценки, сексуальные расстройства, хронические боли, химические зависимости, самоповреждения, суицидальные мысли, соматические расстройства, депрессия, посттравматическое стрессовое расстройство, тревожность, другие психические расстройства (в том числе расстройство личности и диссоциативное расстройство личности, булимия).

Сексуальное насилие – использование детей для удовлетворения сексуальных потребностей взрослых. Применение угроз, силы, хитрости для вовлечения ребенка в сексуальную деятельность. Использование детей для изготовления порнографической продукции, а также демонстрация им порнографической продукции. Вовлечение детей в занятия проституцией.

Физические симптомы:

– наличие ушибов, покраснения, разрывов или потертостей и ссадин в генитальной или анальной областях;

– наличие гематом и укусов на груди, ягодицах, ногах, нижней части живота, бедрах;

- наличие передающейся половым путем болезни, например, трихомониаза, гонореи или сифилиса;
- необъяснимое вагинальное или ректальное кровотечение;
- уретральное воспаление, воспаление паховых лимфатических желез или подобные типы воспаления или заразные болезни в пределах генитальной области;
- наличие боли при уринации, опухоли или выделений, относящихся к половому члену, у мальчиков;
- беременность, особенно у младших подростков.

Поведенческие и психологические маркеры:

- ночные кошмары, страхи;
- несвойственные характеру сексуальные игры, несвойственные возрасту знания о сексуальном поведении;
- стремление полностью закрыть свое тело;
- депрессия, низкая самооценка;
- отчужденность.

Признаки психологического насилия

Психологическое насилие, также эмоциональное или моральное насилие – это форма насилия, которая может приводить к психологической травме, в том числе тревожности, депрессии и посттравматическому стрессовому расстройству. К проявлениям психологического насилия также относят действия, направленные на подрывание самооценки и самоуважения ребенка (например, постоянную критику, преуменьшение способностей, оскорбления), запугивание, угрозы причинения физического вреда детям. Эмоциональное насилие может быть намеренным или неосознанным, но это всегда длящееся поведение, а не единичный случай.

Психологическое насилие – ребенок испытывает постоянную нехватку внимания и любви, угрозы и насмешки, что приводит к потере чувства собственного достоинства и уверенности в себе. К нему предъявляют чрезмерные требования, не соответствующие его возрасту, которые ребенок

не в состоянии выполнить. Ложь и невыполнение обещаний со стороны взрослых, нарушение доверия ребенка.

Психологическим насилием является:

– отвержение ребенка, открытое неприятие и постоянная критика ребенка;

– оскорбление или унижение его человеческого достоинства;

– угрозы в адрес ребенка;

– преднамеренная физическая или социальная изоляция ребенка, принуждение к одиночеству;

– предъявление к ребенку требований, не соответствующих возрасту или возможностям;

– ложь и невыполнение взрослым обещаний;

– однократное грубое физическое воздействие, вызвавшее у ребенка психическую травму;

– обвинение в адрес ребенка (брань, крики);

– принижение его успехов, унижение его достоинства;

– длительное лишение ребенка любви, нежности, заботы и безопасности со стороны родителей;

– совершение в присутствии ребенка насилия по отношению к супругу или другим детям;

– похищение ребенка;

– подвергание ребенка аморальным влияниям;

– причинение боли домашним животным с целью запугать ребенка.

Психологическое насилие проявляется:

– в задержке в физическом, речевом развитии, задержке роста (у дошкольников и младших школьников);

– в импульсивности, вредных привычках (кусание ногтей, вырывание волос), злости;

– в уступчивости, податливости;

– в ночных кошмарах, нарушениях сна, страхах темноты, людей, боязнь гнева;

– в депрессии, печали, беспомощности, безнадежности, заторможенности;

– в отсутствии роста, набора веса (ребенок постоянно голодает, попрошайничает или крадет пищу);

– в усталости, апатии, отклонении в поведении, противоправном поведении.

Воздействие психологического насилия на личность имеет самые серьезные травмирующие последствия для ребенка. В дошкольном и младшем школьном возрасте последствия эмоционального насилия могут проявляться в задержке физического, речевого развития, задержке роста ребенка; формировании таких личностных особенностей, как импульсивность, взрывчатость, враждебность, агрессивность; формировании вредных привычек (сосание пальцев, вырывание волос). Лишение родительской любви в младенческом и отроческом возрасте способствует развитию неутолимого эмоционального голода, искажает формирующийся образ «Я» ребенка.

Личностные и поведенческие особенности ребенка, подвергшегося психологическому насилию:

– задержка речевого развития и восприятия;

– задержка в эмоционально-волевом развитии: инфантильность, нерешительность, безынициативность, боязливость и т.д.;

– нарушение сна (сокращение, увеличение, прерывистость, однотипные кошмарные сновидения и др.);

– соматические и психосоматические расстройства (язва желудка, аллергии, избыточный вес, энурез, нервные тики и т.п.);

– агрессия в отношении со сверстниками;

– агрессия в отношении взрослых (учителей, воспитателей и т.д.);

– неуважение и недоверие к взрослым,

– демонстрация псевдозрелости и псевдонезависимости как защиты;

– утрата доверия к миру, неверие в искренность оказываемой ему поддержки;

– неумение внутренне почувствовать успех, считает себя незаслуживающим его;

– низкая самооценка: ребенок чувствует себя нелюбимым, ненужным и др.;

– подавленность;

– тревожность;

– уступчивость, угодливость;

– коммуникативная некомпетентность;

– склонность к уединению;

– аффективно-тревожное восприятие одиночества;

– личностные психопатии различной этиологии (наркотические зависимости, булимия, анорексия, нарциссические, мазохистские и прочие личностные расстройства);

– суицидальные попытки.

Поведенческие особенности ребенка дошкольного возраста, переживающего состояние психологического насилия:

0-1 год: нарушение сна и аппетита, плаксивость, отсутствие реакций на окружающих, либо небезопасная привязанность;

1-3 года: недостаточность активного внимания (не задерживается внимание на объектах), агрессивность, задержка речевого развития, неразборчивая привязанность к малознакомым взрослым, отсутствие навыков самообслуживания;

3-6 лет: трудности взаимоотношений со сверстниками, стремление привлечь внимание взрослых любыми средствами, несформированность социальных навыков, прилипчивость.

Признаки пренебрежительного отношения к основным нуждам детей

Пренебрежение интересами и нуждами ребенка – отсутствие должного

обеспечения основных нужд и потребностей ребенка в пище, одежде, жилье, воспитании, образовании, медицинской помощи со стороны родителей или лиц, их заменяющих. Особенно это значимо для детей до 5-летнего возраста, поскольку в этот период детства происходит быстрый рост на фоне утраты пассивного иммунитета, передаваемого от матери (после отнятия от груди) и недостаточно развитой собственной иммунной защиты против инфекций. В этот период неадекватное возрасту питание или его недостаток приводят не только к задержке развития неорганической природы, но и являются потенциальной угрозой для жизни. Такие явления могут происходить в силу объективных причин (бедность, психические болезни, неопытность) и без таковых.

Физические последствия пренебрежения основными нуждами ребенка:

- тело худое, истощенное, тонкий подкожно-жировой слой, худые руки и ноги;

- стопы и ладони могут быть отечными, покрасневшими и холодными;

- живот большой, вздутый;

- волосы тусклые, тонкие, висят клочками, выпадают;

- физическое развитие может быть нарушенным, включая плохую осанку.

Психологические последствия пренебрежения основными нуждами ребенка:

- задержка в развитии: моторного, речевого, интеллектуального, социального, поведенческого компонентов;

- эмоциональная сфера: растерянность, беспокойство, сниженный эмоциональный фон, депрессия, фрустрированность, слезливость, молчаливость, склонность к одиночеству, негативизм.

Особенности поведения:

- постоянный голод и жажда, может красть пищу, рыться в отбросах;

- неумение играть;

- поиск внимания/участия;

- крайности поведения;
- инфантилен или принимает роль взрослого и ведет себя в псевдовзрослой манере;

- агрессивен или замкнут, апатичен;
- гиперактивен или подавлен;
- неразборчиво дружелюбен или не желает и не умеет общаться;
- склонность к поджогам, жестокость к животным;
- мастурбация, раскачивание, сосание пальцев.

Какие родители или лица, их заменяющие, чаще других пренебрегают основными нуждами детей?

- алкоголики, наркоманы;
- с психическими расстройствами;
- юные родители, не имеющие опыта и навыков родительства;
- с низким социально-экономическим уровнем жизни;
- с хроническими заболеваниями, инвалидностью, умственной отсталостью;
- перенесшие жестокое обращение в детстве;
- социально изолированные.

Пренебрежительное отношение – когда не удовлетворяются жизненные потребности ребенка в жилье, пище, одежде, лечении. А также оставление детей без присмотра.

1. Недостаток заботы:

- очень маленькие дети, оставленные без присмотра;
- дети оставлены под присмотром других детей, которые слишком малы, чтобы заботиться о младших;
- дети, о которых мало заботятся в течение длительного времени, не обращают внимание на то, что они занимаются опасной деятельностью.

2. Отсутствие подходящей одежды и хорошей гигиены:

- дети одеты не по погоде, постоянно болеют простудными заболеваниями;

– дети с обморожениями или с солнечными ожогами, что связано с отсутствием подходящей одежды, ухода и внимания;

– сильная сыпь или другие кожные заболевания, появившиеся в результате плохой гигиены;

– дети постоянно грязные, гигиенически запущенные.

3. Нехватка медицинской помощи.

4. Недостаток соответствующего образования: дети, которые постоянно пропускают занятия в школе или вообще не посещают школу.

5. Недостаток необходимого питания:

– дети, которых мало кормят или кормят некачественной пищей;

– дети, которые постоянно жалуются на голод, ищут еду в мусорных баках, выпрашивают и т.д.;

– дети с сильным отставанием в физическом развитии.

6. Нехватка необходимого крова:

– структурно небезопасное жилье, открытая электрическая проводка и т.д.;

– слишком сильное или слишком плохое отопление;

– антисанитарные жилищные условия.

Раздел 5. Психологические проблемы насилия в образовательной среде и способы противодействия

Определение насилия в разных сферах социальной практики. Классификация видов насилия

В широком смысле насилие можно определить, как принудительное воздействие на кого-либо: оскорбление, унижение, использование в своих целях и т. д. Цель любого насилия – подавить волю и личность жертвы.

Хорошее определение насилия дали А.А. Гусейнов и Р.Г. Апресян: «Насилие есть узурпация свободной воли, такое отношение между людьми,

в ходе которого одни силой, внешним принуждением навязывают свою волю другим». Однако далее утверждается, что под «насилие не попадают такие формы принуждения, когда одна воля господствует над другой с ее согласия, как, например, в отношениях: учитель - ученики, законодатели - граждане и т. п.». Как правило, действия учителя также связаны с подавлением воли учеников, и их можно рассматривать как внешнее принуждение. То же можно говорить и о связке «законодатель - гражданин», ибо закон есть ограничение свободы, принуждение к определенным действиям, запрет на что-либо, влекущий за его нарушение соответствующие санкции.

Насилие – это все формы физического и/или эмоционального жестокого обращения, сексуальное насилие, пренебрежение или пренебрежительное отношение, коммерческая или иная эксплуатация, которая ведет к реальному или потенциальному урону жизни ребенка, его здоровью, физическому и духовному развитию или чувству собственного достоинства в контексте отношений ответственности, доверия или силы.

В самом общем виде насилие определяется как принудительное воздействие на кого-либо. Наиболее распространена классификация видов насилия:

Физическое насилие – это толчки, пощечины, удары кулаком, ногой, использование тяжелых предметов, оружия и другие внешние воздействия, которые приводят к болевым ощущениям и травмам. Такие деяния (оскорбление действием), согласно Уголовному кодексу Российской Федерации, квалифицируются как преступление.

Психологическое (эмоциональное) насилие – это угрозы, грубость, издевательства, оскорбление словом и любое другое поведение, вызывающее отрицательную эмоциональную реакцию и душевную боль. Эмоциональные оскорбления идентифицировать гораздо труднее. Они, хотя и не оставляют синяков на теле, могут быть намного разрушительнее и вкуче с другого рода воздействиями, в том числе физическими, сильнее травмируют психику.

Сексуальное насилие – вид домогательства, выражаемый в форме как навязанных сексуальных прикосновений, сексуального унижения, так и принуждения к сексу и совершения сексуальных действий (вплоть до изнасилования и инцеста) против воли жертвы.

Домашнее, бытовое насилие, или насилие в семье, включает в себя физические, психические, эмоциональные и сексуальные оскорбления. Оно распространяется не только на замужние пары, но и на сожителей, любовников, бывших супругов, родителей и детей. Оно не ограничивается гетеросексуальными отношениями.

Экономическое насилие в семье, такое как единоличное распределение средств семейного бюджета доминирующим членом семьи и строгий контроль за расходом денег с его стороны, является одной из форм выражения эмоционального давления и оскорбления.

Таким образом, насилие – форма проявления психического или физического принуждения по отношению к одной из взаимодействующих сторон, которая заставляет эту сторону делать что-либо вопреки своей воле, желаниям, потребностям. Под стороной в данном случае может пониматься отдельная личность или группа людей.

Уровень психологического насилия во взаимодействии как показатель психологической безопасности образовательной среды

Здоровье и безопасность сегодня выдвигаются на первое место, как в государственной политике, так и в системе образования. Наряду с этим сегодня в образовательных организациях актуальны действия по созданию безопасной образовательной среды.

В образовательных организациях на процесс создания безопасной образовательной среды оказывает отрицательное влияние отсутствие взаимодействия участников образовательных отношений: педагогов, специалистов психолого-педагогического сопровождения, родителей.

Психологически безопасная образовательная среда как педагогически организованная система условий, влияний и возможностей необходима для

удовлетворения комплекса потребностей всех участников образовательных отношений и трансформаций этих потребностей в жизненные ценности обучающихся и преподавателей.

Показателями психологической безопасности образовательной среды являются:

- 1) низкий уровень психологического насилия;
- 2) преобладание диалогической направленности субъектов общения;
- 3) позитивное отношение к основным параметрам образовательной среды у всех ее участников;
- 4) преобладание гуманистической центрации у субъектов образовательной среды;
- 5) высокий уровень удовлетворенности образовательной средой.

При этом интегральным показателем психологически безопасной образовательной среды должно являться переживание эмоционального благополучия всеми участниками образовательных отношений. Вместе с тем, между психологической безопасностью образовательной среды и определенными группами ценностей была установлена связь.

Социальные и социально-психологические причины насилия, последствия насилия

Социальные причины насилия – это особенности общества, в котором проявляется насилие: характер социально-экономической формации, уровень безработицы, бедность, наличие гражданских войн и локальных военных действий, уровень преступности, слабость законов, отсутствие целостной и действенной системы защиты детей, а также особенности установок общества с точки зрения терпимости к насилию по отношению к детям, убеждение, что физические наказания являются эффективным способом воспитания.

К социально-психологическим причинам насилия относят нарушения системы общения и отношений детей с родителями, педагогами, сверстниками.

Дисфункциональная семья – источник высокого риска насилия. Большая часть насильственных действий совершается членами семьи и близкими родственниками детей: родителями, старшими братьями или сестрами, дядями и тетями.

Социально-психологические причины насилия:

- нарушение социализации (социально-педагогическая запущенность и социально-психологическая дезадаптация, в том числе, школьная);
- нарушения психо - социального и личностного развития;
- возрастные кризисы;
- ситуативные, социально-средовые обстоятельства (межличностные отношения, конфликты с персоналом, отсутствие контроля, надзора);
- глубокий психологический дискомфорт, хронический дистресс;
- психотравмы;
- депривация в определенный возрастной период.

Социальные последствия – изменения в способностях ребенка строить эффективные социальные отношения:

- тенденция к изоляции от социальных контактов из-за депрессии и травмированного образа себя;
- сложности в сознании отношений из-за агрессивного поведения и импульсивности;
- сложности образовывать устойчивые отношения из-за недоверия и нарушенной самооценки;
- воспроизведение и тиражирование насильственных отношений в собственных семьях и с собственными детьми.

Среди отдаленных социальных последствий насилия на первый план выступают саморазрушающее поведение и воспроизведение насильственных отношений в будущем.

Психологические последствия насилия:

- вызывают нарушения в познавательной сфере;
- снижают продуктивность психической деятельности в целом;

– проявляются в виде тревожных и депрессивных переживаний и экстраполируются в будущее.

Физические последствия – изменения в физическом здоровье и развитии ребенка:

- задержка физического, речевого или моторного развития;
- физические ранения и травмы;
- нарушение действия и развития нервной и других жизненно важных систем организма;
- появление невротоподобной симптоматики (расстройства сна, аппетита, различные тики и пр.);
- приобретение психосоматических заболеваний;
- приобретение физических травм и увечий.

Профессиональные и личностные особенности педагога как причина насилия над ребенком

В настоящее время наиболее распространено домашнее насилие над ребенком, но острее всего дети сейчас реагирует не на насилие в семье, а на эмоциональное насилие со стороны взрослых (учителей, воспитателей) в образовательном учреждении. Именно там они проводят больше всего времени, находят основной круг друзей, знакомых.

Исследования не смогли выявить личностные особенности педагогов, склонных к жестокому обращению с детьми. Единственный факт, который удалось им установить, заключается в том, что многие взрослые, проявлявшие жестокость в обращении с детьми, сами в детстве подвергались подобному обращению. Большинство взрослых, жестоко обращающихся с детьми, часто переживали физическое жестокое обращение, отвержение, депривацию и пренебрежение со стороны родителей в период своего детства.

Но И. А. Алексеева и В. М. Фирсова выделяют три основные причины, которые вызывают применение насилия по отношению к воспитанникам в детских садах:

1. Исторические предпосылки, обусловившие механическое перенесение в наше время педагогических систем воспитания, традиционных для Советского Союза. Советская педагогика основывалась на стирании индивидуальности ребенка, превращении его в "винтик" и отличалась авторитаризмом, диктатом, стрессовой воспитательной стратегией формирования личности.

2. Психологическая неустойчивость педагогов. Как известно, их труд относится к числу наиболее напряженных в эмоциональном плане, требующих большого самообладания и саморегуляции. Недостаточный уровень психологической культуры, слабое владение коммуникативными навыками зачастую приводят к "эффекту выгорания" и делают педагога в многочисленных стрессовых ситуациях одновременно "палачом" и "жертвой".

3. Профессиональная несостоятельность, выражающаяся в неумении или нежелании педагога с уважением отнестись к личности и проблемам ребенка, провоцирующим нестандартное поведение. В результате вместо помощи ребенок слышит обвинение в возникновении этих самых проблем, что приводит к нервному срыву и даже к попыткам суицида.

По мнению С. В. Кривцовой, существуют иные причины, по которым педагоги в образовательном процессе используют различные формы насилия, а именно:

- особенности личности учителя (ригидность, тревожность, доминирование, низкий уровень эмпатии, агрессивность, раздражительность);
- нелюбовь (негативное отношение) к детям и своей работе;
- неудовлетворенность своим социальным положением;
- низкий уровень социальных навыков;
- проблемы со здоровьем;
- незнание способов работы с непослушными детьми;
- решение трудных (конфликтных) ситуаций.

По данным исследований, чаще всего дети решают оборвать свою жизнь из-за конфликтов в образовательных учреждениях, которые стоят на первом

месте и составляют не менее четверти от всех причин побудивших детей покончить жизнь самоубийством.

Профилактика насилия в образовательной среде.

Во всех регионах Российской Федерации внедряются новые практики работы, происходят системные изменения в организации социальной защиты семьи и детства, осуществляется комплексная и планомерная работа с неблагополучными семьями и детьми, создаются социальные службы, отвечающие современным требованиям, действуют специальные реабилитационные центры для пострадавших от насилия, многие из таких центров ориентированы на защиту женщин и детей от домашнего насилия.

Для предотвращения необратимых последствий педагог-психолог проводит определенную профилактическую работу со всеми субъектами процесса – с родителями, с воспитанниками и педагогами. Прервать насилие в отношении детей способны следующие меры:

- обучение методам ненасильственной педагогики и оказание психолого-педагогической помощи участникам воспитательного процесса;
- моделирование позитивных подходов к ребенку, предлагая варианты решения возникающих проблем;
- систематическое освещение проблемы насилия над детьми с целью воздействия на общественное мнение и трансформации стереотипов воспитания;
- информирование представителей педагогического коллектива о сущности и последствиях насилия для ретрансляции в дальнейшем педагогами полученных знаний родителям;
- обучение детей безопасному поведению в целях защиты от агрессии окружающих;

Основным результатом проведения профилактической работы по предупреждению насилия в образовательной организации является формирование безопасной среды, то есть таких условий, при которых

максимально снижено влияние факторов, провоцирующих насилие, и сведена до минимума потребность проявления агрессии любого рода.

Раздел 6. Проблема психологической безопасности в среде семьи

Стили семейного воспитания, их влияние на формирование личности ребенка

Семья является интеллектуальным и посредническим звеном передачи ребенку социально-исторического опыта, и, прежде всего, опыта эмоциональных и демократических взаимоотношений между людьми, опыта отношения к явлениям, продуктам жизни.

Семейное воспитание – это управляемая система взаимоотношений родителей с детьми, и ведущая роль в ней принадлежит родителям. Существует несколько разнообразных классификаций стилей семейного воспитания. И у каждого стиля семейного воспитания свои характеристики. Базовой считается модель американского психолога Дианы Баумринд.

Автор взяла за основу два критерия.

- 1) Уровень эмоционального принятия ребенка родителями
- 2) Уровень контроля со стороны родителей

Благодаря сочетаниям этих критериев были определены четыре стиля семейного воспитания:

- авторитетный;
- авторитарный;
- индифферентный;
- либеральный.

Авторитетный стиль воспитания (или демократический)

Авторитетный стиль воспитания детей – один из самых распространенных среди современных семей. Его суть заключается в том, что

и родители, и дети живут по одинаковым семейным законам. В семьях, придерживающихся такой системы развития, старшие более лояльны к младшим, родители прислушиваются к мнению детей в различных бытовых или жизненных ситуациях, у всех есть право выбора и право голоса. Все всегда готовы прийти на помощь, отсутствует недопонимание и натянутость отношений, родители открыты и с удовольствием идут с детьми на контакт. Особенностью авторитетного стиля является полное отсутствие какой-либо иерархии, все члены малой социальной группы равны друг перед другом.

Особенности

Родители в семье занимают лидирующие позиции, являясь авторитетом для ребенка. Этот стиль характеризуется теплым эмоциональным принятием ребенка и высоким уровнем контроля со стороны взрослых. При таком стиле общения родители ориентированы на личность ребенка, его активной роли в семье, собственной жизни. Ребенок воспитывается как самостоятельная, самобытная личность. В такой семье практически отсутствуют физические наказания и словесная агрессия, родители стараются использовать логику в общении с детьми, стремятся договориться. Уважают себя и своих детей. Родители обладают хорошим жизненным опытом и несут ответственность за своих детей.

Для родителей, придерживающихся этого стиля, характерны:

- активно-положительное отношение к ребенку;
- адекватная оценка его возможностей, успехов и неудач;
- им свойственны глубокое понимание ребенка, целей и мотивов его поведения;
- умение прогнозировать развитие личности ребенка.

При авторитетном стиле воспитания происходит наиболее гармоничное и разностороннее развитие личности ребенка. Для детей, воспитанных в подобных семьях, характерны:

- высокая самооценка, самопринятие, самоконтроль;

- умение самостоятельно принимать решения и отвечать за свои поступки;
- инициативность и целеустремленность;
- умение строить близкие и доброжелательные отношения с окружающими;
- способность договариваться, находить компромиссные решения;
- наличие собственного мнения и способность считаться с мнением окружающих.

Авторитарный стиль воспитания

При авторитарном стиле воспитания родители подавляют инициативу ребенка, жестко руководят и контролируют его действия и поступки. Воспитывая, используют физические наказания за малейшие проступки, принуждения, окрики, запреты. Дети лишены родительской любви, ласки, заботы, сочувствия.

Авторитарный стиль воспитания является полным антиподом авторитетному. Его главная задача состоит в том, чтобы добиться полного подчинения от ребенка, загнать его в жизненные рамки, не позволять сделать ни единого шага самостоятельно. Родители при такой модели воспитания берут на себя доминирующую роль, занимая очень выгодную позицию, но совершенно забывая о том, что ребенок должен самовыражаться. Для них важно не столько психическое состояние малыша, сколько уровень его образования и послушания. Взрослые губят детскую индивидуальность, что крайне негативно сказывается как на психике ребенка, так и на его взаимоотношениях с родителями. Постоянно упрекая ребенка, отчитывая и запрещая ему все, взрослые добьются абсолютного разрушения взаимопонимания и любви между поколениями.

В случае, если ребенок будет воспитываться по авторитарной методике, он никогда не сможет выразить своего мнения в определенных вопросах, будет лишь потакать всем и каждому, стараясь угодить и наступая при этом на горло собственной гордости. Также пострадает самооценка личности. Даже

если ребенок будет самым талантливым на свете, умным, ответственным, он никогда этого не признает, постоянно будет винить и принижать себя, думая, что он ничтожен, и в этом будет исключительно родительская вина.

Особенности

Родители, придерживающиеся этого стиля, требуют от ребенка высоких достижений, наказывают за неудачи, жестко контролируют, вторгаются в личное пространство ребенка, подавляют силой, решают за ребенка, что ему лучше, не интересуются личным мнением ребенка, не признают его права. «Как я сказал, так и будет», «Я родитель, значит я прав». При этом стиле воспитания ребенок не имеет возможности проявлять инициативу, так как все вопросы, касающиеся его жизни, решаются родителем единолично, без его участия. Авторитарный стиль воспитания подразумевает решение конфликтов методом «кнута и пряника», запретами и угрозами, а не нахождением компромиссного решения.

Последствия

В подростковом возрасте родительский авторитет теряет свою силу и страх перед родителями, характерный для авторитарного стиля воспитания, исчезает. Поэтому, в таких семьях в этом возрасте часто возникает большое количество конфликтов, дети становятся «неуправляемыми», т.к. все прежние средства воздействия родителей теряют свою силу.

Характерными чертами личности ребенка, воспитанного в авторитарном стиле, могут быть следующие варианты:

1 вариант – развитие слабой жизненной позиции:

- потеря чувства собственного достоинства;
- потеря способности принимать решения, отвечать за выбор;
- потеря собственных желаний («чего же Я хочу?»);

2 вариант – развитие деспотической личности:

- ненависть к родителям;
- решение вопросов только силой (кто сильнее, тот и прав);

– грубое, циничное, деспотичное и хамское поведение и отношение к окружающим;

3 вариант – повышенная агрессивность и конфликтность.

Индифферентный стиль воспитания

Отстраненность, холодность, безразличие – все эти слова являются характеристикой индифферентной системы воспитания детей. Особенность этого способа заключается в предоставлении абсолютной свободы ребенку, в нежелании или не способности родителя участвовать в развитии своего ребенка. Взрослые при такой модели воспитания делятся на два типа: первые удовлетворяют первичные потребности ребенка (еда, одежда, крыша над головой), вторые не делают и этого. Оба варианта объединяют полная отрешенность и равнодушие к судьбе ребенка.

Находясь в семье, которая придерживается такой модели воспитания, ребенок не получает должной ласки и заботы, ему не хватает внимания, а это может привести к тому, что из него вырастет озлобленный человек, склонный к асоциальному поведению. Личность будет очень замкнута, потому как не произошел процесс социализации, в детстве его просто не учили общаться с людьми. К минусам данного стиля воспитания можно также отнести: склонность к алкоголю и наркотикам, суицидальные наклонности, предрасположенность к депрессии. К тому же, такому человеку будет очень трудно полюбить и завести семью, потому что он попросту не будет знать, что испытывают люди, когда влюбляются и как проявляются родительские теплые чувства.

Особенности

И самый неблагоприятный с точки зрения формирования психики и развития личности ребенка является индифферентный стиль семейного воспитания. Здесь, к отрицательным характеристикам предыдущего стиля семейного воспитания прибавляется еще и отсутствие теплоты в отношении к ребенку. К ребенку относятся с пренебрежением, игнорируя его эмоциональные потребности. Это случаи, скорее всего, случайного или

нежелательного появления ребенка в семье. Ну, раз уж родился, живи, но не мешай.

Последствия

При индифферентном стиле семейного воспитания возможно развитие у детей эмоциональной отчужденности, тревожности, замкнутости и недоверия к окружающим. Существует опасность вовлечения детей в асоциальные группы, поскольку родители неспособны контролировать их поступки. Чаще всего, в индифферентных семьях вырастают либо безответственные и неуверенные в себе дети, либо наоборот неуправляемые и импульсивные. В лучшем случае дети таких родителей все же становятся сильными, творческими, активными людьми. Формирование личности в таком случае во многом зависит от среды вне семьи.

Либеральный стиль воспитания (попустительский)

При либеральном стиле ребенок должным образом не направляется, практически не знает запретов и ограничений со стороны родителей или не выполняет указаний родителей, для которых характерно неумение, неспособность или нежелание руководить детьми.

Либеральная модель воспитания чем-то схожа с индифферентной и противоположна авторитарной. Решая следовать данному стилю воспитания, родители делают выбор в пользу теплых чувств и дружелюбной атмосферы, отказываясь от дисциплины и жесткости. Отношения в такой семье больше похожи на дружеские, нежели на клишированные и общепринятые связи родителей и детей.

Казалось бы, вот она, идеальная модель воспитания, но даже здесь выявляются пагубные последствия. Дети, воспитанные по либеральной системе, вырастают либо теми, кто не привык жить в рамках общества и подчиняться каким-либо правилам, нормам, безответственным; либо же немного отстраненным, словно потерянным, в обществе, зато крайне самоуверенным человеком с высокой самооценкой. Эгоист, который

совершенно не умеет помогать и поддерживать других людей. Таким людям будет проще жить в одиночестве, посвятив всю свою жизнь работе.

Особенности

При этом стиле воспитания родитель формирует у ребенка «свободу», самостоятельность и раскованность, позволяет ему делать абсолютно всё, что он хочет, не накладывает никаких ограничений. Родитель не помогает подростку и не мешает, не принимает никакого участия в становлении личности. Либеральный стиль общения предполагает тактику невмешательства, основу которой, по сути, составляют равнодушие и незаинтересованность проблемами ребенка. Общими особенностями либерального и авторитарного стилей общения, несмотря на кажущуюся их противоположность, являются дистантные отношения, отсутствие доверия, явная обособленность, отчужденность, демонстративное подчеркивание своего доминирующего положения.

Последствия

При либеральном стиле воспитания возможны следующие варианты развития личности:

- 1 вариант – свободный, но безучастный:
 - неспособность к близости и привязанности;
 - безучастность в отношении близких («это не мои проблемы, мне все равно»)
 - отсутствие желания позаботиться о ком-то, помочь, поддержать;
 - мало «душевного тепла».
- 2 вариант – личность «без тормозов» и «без запретов»:
 - хамство и вседозволенность;
 - воровство, вранье, распущенность;
 - безответственность, не умение «держаться слова».

Далеко не всегда эти стили проявляются в чистом виде в семье. Родители в разных ситуациях могут применять разные стили воспитания. Например, в ситуации конфликта родители действуют методом диктата, а в «мирное

время», наоборот – допускают попустительство. Однако такое чередование стилей, такая непоследовательность, также неблагоприятно влияет на ребенка. В семье необходимо установить единый стиль воспитания, понятный ребенку, учитывающий его потребности и возможности.

Опасности, связанные с непедагогическим отношением родителей к детям

Нарушение родительского отношения к ребенку или родительских установок приводит к серьезнейшим дефектам в развитии личности ребенка. Так, например, отсутствие должного контроля за поведением ребенка в сочетании с излишним эмоциональным сосредоточением на нем, обстановка изнеженности, заласканности, беспринципной уступчивости, непрерывное подчеркивание существующих и несуществующих достоинств формирует истерические черты характера. Те же последствия возникают и при безразличном отношении по типу «отвержения».

Чрезмерный контроль, предъявление слишком строгих нравственных требований, запугивание, подавление самостоятельности, злоупотребление наказаниями, в том числе и физическими, ведут, с одной стороны, к формированию у ребенка жестокости, а с другой – могут подтолкнуть его к покушению на самоубийство.

Отсутствие эмоционального контакта, теплого отношения к ребенку в сочетании с отсутствием должного контроля и незнанием детских интересов и проблем приводит к случаям бегства из дома, бродяжничества, во время которого часто совершаются проступки.

Перечислим основные опасности, сопровождающие непедагогическое отношение родителей к детям.

Игнорирование, отвержение, навешивание ярлыков на ребёнка.

Довольно часто детям отказывают в праве чувствовать то, что они испытывают, и так сильно, как они это переживают. Нам неприятно, когда нашим детям плохо, и велик соблазн оберегать самих себя, стараясь отвлечь детей от отрицательных эмоций: огорчения, страха, гнева, зависти. Иногда

детям навязывается невыполнимое требование, диктуемое стереотипом, или желательное выдаётся за необходимое. Мальчики не плачут, девочки не пачкаются, сильные не трусят, умные не совершают глупых поступков, старшие дети любят младших – и так до бесконечности.

Дети могут сильно расстраиваться по пустякам. Между тем мы, взрослые, тоже дорожим одним и тем же с неодинаковой силой. Если вы огорчены тем, что разбили фарфоровую куколку, оставшуюся от бабушки, то вам не покажется уважительным утешение вроде «Пустяки, ничего страшного».

Нестабильность требований или угроза невыполнимым действием.

Быть последовательным в требованиях, которые мы предъявляем (особенно маленьким детям), непросто. Но надо понимать, что если ребёнок понял, что «нет», иногда «точно нет», а в других случаях может оказаться «ладно, да», то он будет каждый раз испытывать ваше терпение. Во-первых, потому что будет надеяться получить желаемое. Во-вторых, потому, что захочет установить логику. Если мама иногда терпелива, а иногда кричит, надо же разобраться, какие именно обстоятельства вызывают каждую из реакций.

Детоцентризм.

Развитие цивилизации приводит к тому, что детей становится меньше, а внимания им уделяется больше. Казалось бы, это должно приводить к тому, что дети вырастают окружённые заботой, большими возможностями, а значит, более счастливыми, умными, образованными, зрелыми. Но статистика говорит об обратном: количество инфантильных, не умеющих брать на себя ответственность, эмоционально нестабильных молодых людей неуклонно растёт. Основная причина этой печальной тенденции – формирование образа родителей, соревнующихся в том, как много они вложили в воспитание своих детей. Многие дети не находят удовольствия в заботе и помощи. Если от ребёнка не начинают ожидать большей эмоциональной зрелости, ответственности и личного вклада в отношения как с родителями, так и с другими людьми, то постепенно природное желание сотрудничать угасает.

Став старше, ребёнок, даже понимая умом, что он не центр Вселенной, в глубине души, на уровне впитанного в детстве отношения, тоскует о привилегированном положении, вместо того чтобы наслаждаться возможностью быть активным и деятельным как в отношениях, так и в любой деятельности.

Семейные разногласия.

Не бывает семей, в которых бы ни возникали разногласия, и полностью избавить ребенка от конфликтов не только невозможно, но и не нужно. Тем не менее, если в семье часто происходят скандалы, ребенок сильно переживает, что не может не сказаться на его здоровье и внутреннем состоянии. Малыш проецирует на себя все негативные эмоции родителей и начинает считать себя главной причиной конфликтов между ними. Как следствие – чувство вины, которое является разрушительным для детской психики и может стать настоящей психологической травмой. Да, дети, как порой и сами родители, не понимают истинных причин родительских ссор, но они чутко считывают все негативные эмоции, эмоциональные барьеры и дистанцию, возникающие между мамой и папой. Если скрывать недовольство друг другом и ждать удобного момента, когда можно высказаться, есть риск того, что все накопленные негативные эмоции рано или поздно выльются на ребенка.

Ребенок – объект эмоциональной разрядки родителей.

Свое недовольство друг другом родители нередко переносят на ребенка. Негативные чувства, которые неосознанно хочется выплеснуть на супруга, перенаправляются на детей в виде нетерпимости, недоверия и даже физических наказаний. Пытаясь воспитывать друг друга, родители не задумываются о том, что используют сына или дочь в качестве эмоциональной разрядки. А между тем, у ребенка, растущего в такой атмосфере, формируется комплекс неудачника из-за постоянной неуверенности в себе и в своих возможностях.

Условия, методы создания благоприятного психологического климата в семье и организации оптимального общения

Психологический климат – это эмоциональная окраска психологических связей членов коллектива, возникающая на основе их близости, симпатии, совпадения характеров, интересов, склонностей.

Важными показателями благоприятного психологического климата семьи являются стремление ее членов проводить свободное время в домашнем кругу, беседовать на интересующие всех темы, вместе выполнять домашнюю работу, подчеркивать достоинства и добрые дела каждого. Такой климат способствует гармонии, снижению остроты возникающих конфликтов, снятию стрессовых состояний, повышению оценки собственной социальной значимости и реализации личностного потенциала каждого члена семьи. Исходной основой благоприятного климата семьи являются супружеские отношения. Совместная жизнь требует от супругов готовности к компромиссу, умения считаться с потребностями партнера, уступать друг другу, развивать в себе такие качества, как взаимное уважение, взаимное доверие, взаимопонимание.

Когда члены семьи испытывают тревожность, эмоциональный дискомфорт, отчуждение, в этом случае говорят о неблагоприятном психологическом климате в семье. Все это препятствует выполнению семьей одной из главных своих функций – психотерапевтической, снятия стресса и усталости, а также ведет к депрессиям, ссорам, психической напряженности, дефициту в положительных эмоциях. Если члены семьи не стремятся изменить такое положение к лучшему, то само существование семьи становится проблематичным. Психологический климат семьи выражается в том, какие преобладают отношения и настроения: восторженное, радостное, светлое, спокойное, теплое, тревожное, холодное, враждебное, подавленное.

При благоприятном микроклимате каждый член семьи чувствует себя равным среди равных, нужным, защищенным и уверенным. Он ощущает семью своеобразным пристанищем, куда приходит отдыхать, или колодецем, где черпает живительную свежесть, бодрость и оптимизм. Главное в семье – чувство самооценки и стремление уважать право каждого быть личностью, а не

только мужем, отцом, хозяином дома или партнером. Благоприятная психологическая атмосфера связана с таким общением, которое не в тягость кому-то из членов семьи.

Благоприятная психологическая атмосфера присутствует в гармоничной семье. В такой семье ощущается радость жизни. Все обитатели Дома уверены, что их с интересом и радостью выслушают. Здесь все знают, что с ними считаются и всегда учитывают позицию других. Потому люди открыто проявляют свои чувства: радости и огорчения, успехи и поражения. В такой семье люди не боятся рисковать, так как знают - семья поймет, что поиск нового всегда сопряжен с возможными ошибками. Ошибки говорят о том, что человек растет, меняется, совершенствуется и развивается. В гармоничной семье все чувствуют себя на своем месте, и они таковы, какими хотят себя видеть - признанные и любимые. Здесь привыкли смотреть друг на друга, а не в потолок. И даже младенцы выглядят открытыми и дружелюбными. В семье царит молчаливое спокойствие (но не безразличное молчание из-за страха быть непонятым). Буря в таком Доме – это признак какой-то очень важной активности членов семьи, а вовсе не попытка затеять ссору. Ведь каждый знает: если его не слушают сейчас, то лишь потому, что на это нет времени, а не потому, что не любят. В таких семьях люди чувствуют себя уютно и комфортно. Взрослые и дети не скрывают нежности и в любом возрасте проявляют ее не только в поцелуях, но и в том, что открыто беседуют друг с другом о себе и своих делах.

Семья – сложная система взаимоотношений между супругами, родителями, детьми, другими родственниками. В совокупности эти отношения составляют микроклимат семьи, который непосредственно влияет на эмоциональное самочувствие всех ее членов, через призму которого воспринимается весь остальной мир и свое место в нем. В зависимости от того, как ведут себя с ребенком взрослые, какие чувства и отношения проявляются со стороны близких людей, ребенок воспринимает мир притягательным или отталкивающим, доброжелательным или угрожающим. В результате у него

возникает доверие или недоверие к нему. Это является основой для формирования позитивного самоощущения ребенка. Эмоционально-благоприятные взаимоотношения в семье стимулируют у всех ее членов чувства, поведение, действия, направленные друг на друга. Благополучие человека в семье переносится на другие сферы взаимоотношений (на сверстников в детском саду, школе, на коллег по работе и т. д.). И напротив, конфликтная обстановка в семье, отсутствие душевной близости между ее членами часто лежат в основе дефектов развития и воспитания.

Для сохранения в семье благоприятного климата нужно поддерживать на должном уровне коммуникативную сферу жизни. Общение родителей с детьми важный пункт в придании дому положительной психологической атмосферы. Главный закон - чувствовать комфорт при общении.

На формирование благоприятного психологического климата сказывается тип семьи, позиция, которую занимают взрослые, стили отношений и та роль, которую они отводят ребенку в семье. Под влиянием психологического климата формируется личность ребенка.

Жизнь в семье невозможна без общения в ней, общения между мужем и женой, между родителями и детьми в процессе повседневных отношений. Общение в семье представляет собой отношение членов семьи друг к другу и их взаимодействие, обмен информацией между ними, их духовный контакт. Спектр общения в семье может быть очень разнообразным. Помимо бесед о работе, домашнем хозяйстве, здоровье, жизни друзей и знакомых оно включает в себя обсуждение вопросов, связанных с воспитанием детей, искусством, политикой, и так далее. Удовлетворённость супругов общением зависит от степени совместимости их взглядов, ценностей. Не вызывает сомнения тот факт, что нервозность, неуравновешенность, замкнутость и другие отрицательные черты характера являются плохими спутниками семейного общения.

Во многих семьях в большинстве своём дети чаще общаются с матерью, чем с отцом. Беседы же с отцом имеют кратковременный характер. У

некоторых детей вообще отсутствуют доверительные отношения как с отцом, так и с матерью. Чаще всего это бывает в семьях, где не установились близкие духовные контакты как между супругами, так и между родителями и детьми. В таких семьях главной является воля одного из супругов, а взаимоотношения с другими членами семьи основывается на приказах, подчинении, оскорблениях. Это оказывает отрицательное влияние на формирование у детей способности к полноценному общению.

Таким образом, на родителях лежит ответственность за воспитание у детей способности к человеческому общению, т.к. именно в семье дети усваивают характер общения. Кроме того, от умения супругов общаться во многом зависит и нравственно-психологическое благополучие всех членов семьи.

Семейная психокоррекция и психотерапия

Становление системной семейной психотерапевтической (психокоррекционной) практики связано с развитием теории коммуникаций и применением теории систем к объяснению проблем человеческого поведения. Семейная терапия предполагает возможность оказания помощи ребенку или взрослому пациенту через его семью, в которой он заболел или получил разного рода отклонения. Опыт многих практикующих семейных психологов и психотерапевтов показал, что при индивидуальной работе с пациентом успешность психокоррекционной работы может существенно снижаться после его возвращения в семью с ее привычными формами взаимодействия и взаимоотношений. Таким образом, целью семейной терапии является создание условий для формирования функциональной семейной организации, которая обеспечит максимальный рост потенциальных возможностей каждого члена семьи (К. Роджерс, В. Сатир, А. С. Спиваковская, А. Б. Орлов и др.). В настоящее время семейная терапия представляет собой достаточно гибкий подход и может включать в себя индивидуальные встречи с членами семьи, работу с отдельными семейными подсистемами (супружеской, детской и т.д.),

с нуклеарной семьей, делая при этом акцент на совместные встречи и планируя создание условий для изменения во всей семейной системе.

Среди множества концепций семейной психотерапии, постоянно развивающихся и обогащающих друг друга, в отечественной психологической практике возникла и получила право на существование интегративная модель (А. С. Спиваковская, И. А. Былим, А. В. Черников и др.). Ее главная задача состоит в интегрировании и развитии основных концептуальных парадигм широкого спектра системно-ориентированных направлений семейной психотерапии. Интегративная модель объединяет в себе пять групп идей о семейной системе. Она показывает, что на семейную систему можно взглянуть с точки зрения ее структуры, коммуникаций, стадий развития жизненного цикла семьи, семейной истории и функций в ней проблемного поведения и симптомов.

Семьи с нарушенными отношениями не могут самостоятельно решать возникающие в семейной жизни противоречия и конфликты. В результате длительно существующего конфликта у членов семьи снижается социально-психологическая адаптация, отсутствует способность к совместной деятельности, в частности возникают разногласия в вопросах воспитания детей. Уровень психологического напряжения в семье имеет тенденцию к нарастанию, что приводит к эмоциональным нарушениям, возникновению чувства беспокойства у детей и взрослых.

В семейной психокоррекционной работе различают следующие направления:

- коррекцию детско-родительских отношений;
- коррекцию супружеских отношений;
- психокоррекцию постразводной ситуации;
- коррекцию сексуальных проблем в семье.

По длительности проведения различают: кратковременную семейную психокоррекцию; долговременную семейную психокоррекцию.

При составлении коррекционной программы работы с семьей важно учитывать ряд параметров:

1. Временной. Определить общую протяженность во времени всего коррекционного процесса, регулярность встреч с семьей, продолжительность каждой встречи.

2. Пространственный. Определить место проведения встреч: по месту жительства семьи, в консультации и т.д.

3. Стилевой. Определить основной стиль ведения работы (директивный, недирективный).

4. Содержательный. Определить, с решения каких проблем (частных или важнейших) будет начинаться коррекционная работа. Необходимо определить и форму работы с семьей: одновременно со всей семьей; с каждым членом по отдельности, а затем совместно и т.д. Определить общую структуру программы работы с семьей, выделить основные этапы, разработать подробный план действий (оставляя возможность для маневра, действий "по обстановке").

Способ организации и проведения коррекционной работы с семьей определяется рядом факторов. Наиболее оптимальной является ситуация, когда выбор того или иного способа организации проведения семейной психокоррекции зависит в основном от индивидуальных особенностей семьи, а не от научных воззрений и личностных особенностей психолога.

Таким образом, последователи системной семейной психотерапии рассматривают семью как систему, функционирующую по своим особым законам и придерживаются теории, согласно которой решения проблем определяют изменения в семейной динамике, а текущее функционирование семьи является фактором, способствующим как сохранению проблем, так и их решению. В семейной психотерапии семья как таковая становится фокусом анализа и влияния.

Первичной «единицей анализа» семейной психотерапии являются отношения. Соответственно, в центре внимания психотерапевта оказываются

такие категории, как модели общения, распределение власти, конструирование реальности и развитие семьи.

Наиболее серьезным препятствием для изменений становится привязанность людей к их родительским моделям поведения, мышления и эмоциональных реакций. Когда люди женятся или выходят замуж, они проживают свои внутренние модели поведения, (унаследованные от предков или приобретенные в процессе воспитания в родительской семье) с партнерами по браку и детьми. Таким образом, дети и партнеры по браку, оказываются вовлеченными в процесс переноса: супруг или ребенок воспринимается определенным образом (как недоброжелательный, испорченный, воспитывающий, требовательный, некомпетентный и т.д.), и что бы этот человек ни сделал, ничего не изменится в том, как он воспринимается. Поэтому, актуальные трудности в семейных или супружеских отношениях рассматриваются как вариации на тему моделей отношений, сложившихся в родительской семье клиента.

На консультации психолог помогает рассмотреть и устранить старые семейные конфликты и распри. Решение важных вопросов с родителями, братьями и сестрами высвобождает психическую энергию, которую человек может «инвестировать» в себя, в своего партнера и в своих детей.

Многие из проблем наших отношений с другими корнями уходят в наши узы и в нашу скрытую лояльность по отношению к людям, которые сформировали нашу жизнь – к нашим родителям. Необходимо позволить себе простить старые обиды и старую боль. Необходимо знать тех людей, которые так или иначе всегда будут жить внутри нас, а им позволить узнать нас. Семейная психотерапия, которую мы успешно используем в своей работе, может стать отличным помощником на этом пути.

Раздел 7. Методические инструменты для изучения распространенности насилия над детьми

Адаптированная версия опросника ICAST-C (International Child Abuse Screening Tool — Children version).

Опросник является продуктом разработки группы международных экспертов из восьми университетов. Процедуры разработки опросника: обсуждения в фокусных группах, дельфи-группы, помогли установить информативность пунктов опросника, возможность переноса результатов для оценки последствий физического, эмоционального и сексуального насилия, а также скорректировать содержание пунктов.

Итоговый опросник был переведен на 6 языков и тестирован в 7 странах. Перевод опросников, их начальная культурная адаптация и апробация в России проводилась исследовательским коллективом под руководством Е.Н. Волковой.

Опросник включает в себя 88 вопросов, объединенных в следующие шкалы: социально-демографические данные о ребенке, средовое окружение ребенка, пренебрежение нуждами ребенка, физическое насилие, сексуальное насилие, психологическое насилие. Шкалы, описывающие основные виды насилия, разбиты на детальные подшкалы, описывающие отдельные формы насилия.

Так, в шкалу сексуального насилия попадают формы контактного, неконтактного насилия и изнасилования. Контактным сексуальным насилием считаются все формы нежелательных прикосновений к половым органам ребенка или насильника, а также нежелательные поцелуи или поглаживания. К неконтактным формам относятся попытки заставить ребенка смотреть откровенные фильмы или фотографии, раздеться или смотреть на раздетого человека, фотографирование обнаженного ребенка и т.п.

Среди форм физического насилия выделяют нанесение прямого вреда здоровью ребенка и жестокие воздействия дисциплинарного характера. К

нанесению вреда здоровью относятся действия, направленные на то, чтобы поранить ребенка оружием, избить рукой, обжечь, утопить, удушить. Разновидностями неадекватно жесткой дисциплины считаются ограничение свободы, выкручивание уха, протаскивание за волосы — действия, которые не столь болезненны физически, но нацелены на то, чтобы дать ребенку осознать власть насильника над ним и его способность наказывать. Эмоциональное насилие включает в себя угрозы благополучию ребенка и унижения. К угрозам относятся любые формы запугивания, угрозы причинить физический вред или бросить. Высмеивание, обзывание, попытки пристыдить ребенка на основании его семейной ситуации, состояния здоровья или национальности считаются формами унижения. Среди форм пренебрежения нуждами ребенка (этот вид насилия рассматривается только применительно к семейной ситуации) выделяются: пренебрежение физическими нуждами и психологическое пренебрежение. Пренебрежение физическими нуждами — это отказ родителей одевать ребенка, кормить и поить его, давать лекарства, т.е. действия, которые могут навредить физическому здоровью ребенка. Психологическое пренебрежение подразумевает отсутствие заботы, внимания, эмоционального тепла и поддержки со стороны родителей.

Проективная методика «Сказки Дюсса»

Данная проективная методика предназначена для детей, начиная с 3-летнего возраста. Методика используется для диагностики межличностных взаимоотношений в семье, в том числе и проблем, связанных с нарушением сексуальной безопасности ребенка.

Процедура исследования: ребенку рассказываются сказки-истории в определенном порядке, одновременно предъявляются иллюстрации. Ребенок должен ответить на вопрос в конце каждой истории-сказки.

Опросник страхов (А.И.Захаров, 2000)

Данная методика предназначена для детей, начиная с 3-летнего возраста. Она направлена на выявление страхов, имеющих у детей.

Процедура исследования: ребенку предлагается ответить на вопросы. Всего предъявляется 29 вопросов: Скажи пожалуйста, ты боишься или не боишься?..

1. когда остаешься один
2. нападения
3. заболеть, заразиться
4. умереть
5. того, что умрут твои родители и т.д.

Проективная техника «Нарисуй сон» (Тонге, модификация Копытина А.И., 2009)

Проективная техника "Нарисуй сон" используется для оценки уровня дистресса (отрицательных эмоций) ребенка, а также его восприятия семейной проблемы.

Процедура исследования: эксперт рисует фигурку ребенка, лежащего в постели, и пририсовывает к нему большой мыльный пузырь – как на карикатурах. Затем он говорит, что этому ребенку снится кошмар, и просит ребенка нарисовать этот сон. Если, например, ребенка зовут Миша, то эксперт говорит: "Это мальчик, которого зовут Миша, – может быть, это даже ты, – и ему снится плохой сон. Не мог бы ты нарисовать мне этот сон?".

Семейное кукольное интервью

Методика предназначена для диагностики детей от 5 до 12 лет. Возраст детей предполагает определенные трудности прямого вербализованного описания ребенком своих семейных проблем (в том числе, связанных с насилием).

Процедура исследования: ребенка просят выбрать из представленного ему набора определенное количество кукол (куклы одеваются на руку). Потом ребенка просят разыграть сказку так, как если бы она показывалась по телевизору.

Рисуночная техника «С кем я не хочу быть?»

Ребенку дается бумага А4, простой карандаш, резинка и набор цветных карандашей. Ребенку предлагается нарисовать тех, с кем он не хочет быть.

Время выполнения задания не ограничивается. После его окончания проводится пострисуночный опрос. Ребенка спрашивают, кто изображен на рисунке, анализируют детали нарисованных фигур, проводят опрос относительно особенностей личности отвергаемых им персонажей.

Тест «Рисунок человека» (А.Л.Венгер, 2003)

Ребенку дается бумага А4, простой карандаш, резинка и набор цветных карандашей.

Дается инструкция: «Нарисуй человека – всего, целиком. Постарайся нарисовать как можно лучше – так, как ты умеешь» (для маленьких детей лучше изменить инструкцию: «Нарисуй дядю. Постарайся нарисовать получше»).

По завершении работы (рисунок ребенком нарисован) следует провести с ним беседу. Беседа может включать вопросы:

- Кто этот человек?
- Где он живет?
- Есть ли у него друзья? И т.д.

По завершении беседы ребенку дают чистый лист бумаги с инструкцией: «А теперь нарисуйте человека другого пола» (для маленьких детей лучше изменить инструкцию: «А теперь нарисуй дядю (тетю)»).

Тест «Диагностическая рисуночная серия» (Б. Лесовиц, Ш. Сингер)

Тест состоит из трех заданий. Каждое из них предполагает создание отдельного рисунка. При выполнении теста используется один и тот же набор материалов: три листа ватмана (размером 18 x 24 дюйма) — по одному листу на каждое задание; набор художественной пастели, включающий 12 цветов.

Первое задание – «свободный рисунок».

Ребенку дается инструкция: «Нарисуй что-нибудь, используя эти материалы».

Второе задание - «Рисунок дерева» Ребенка просят нарисовать дерево.

Третье задание.

Ребенку дается инструкция: «Изобрази, как ты себя чувствуешь, используя линии, формы и цвета».

Тест «Нарисуй историю» (Р.Сильвер, модификация Копытина А.И., 2009)

Ребенку дается бумага А4, простой карандаш, резинка.

Ребенку дается инструкция: «Выберите из этих картинок две и придумайте, что могло бы произойти между изображенными на них персонажами (людьми, животными) или предметами. Когда вы будете готовы, нарисуйте то, что вы придумали. Изобразите на рисунке то, что происходит. При этом вы можете изменять то, что имеется на картинках, и рисовать любые новые дополнительные предметы и персонажи. Закончив рисовать, дайте своему рисунку название или сочините историю. Расскажите, что происходит и что может произойти через некоторое время».

Методика «Рисунок мужчины и женщины» (Н.М.Романова)

Ребенку дается бумага А4, простой карандаш, резинка и набор цветных карандашей.

Дается инструкция: «Нарисуй, пожалуйста, мужчину и женщину.

Постарайся нарисовать хорошо, так, как ты это сможешь» (для маленьких детей лучше изменить инструкцию: «Нарисуй дядю и тетю. Постарайся нарисовать получше»).

Лист бумаги должен располагаться горизонтально. Ребенок рисует столько времени, сколько ему необходимо для того, чтобы закончить рисунок.

По завершении работы (рисунок ребенком нарисован) проводится пострисуночный опрос. Он включает следующие вопросы:

1. Кто изображен на рисунке?
2. Какого они возраста?
3. Они вместе или каждый сам по себе? И т.д.

Раздел 8. Психолого-педагогические рекомендации для педагогов дошкольной образовательной организации по профилактике профессионального «выгорания» педагога

Важно определить краткосрочные и долгосрочные цели. Первое не только обеспечивает обратную связь, свидетельствующую о том, что человек находится на правильном пути, но и повышает долгосрочную мотивацию. Достижение краткосрочных целей -успех, который повышает степень самовоспитания. К концу очередного рабочего года очень важно включить цели, доставляющие удовольствие.

Важно общаться. Когда люди анализируют свои чувства и ощущения и делятся ими с другими, вероятность «выгорания» значительно снижается или этот процесс менее выражен. Поэтому рекомендуется, чтобы работники делились своими чувствами с коллегами и искали у них социальной поддержки. Если вы делитесь своими отрицательными эмоциями с коллегами, те могут помочь найти вам разумное решение возникшей у вас проблемы.

Важно использовать «тайм-ауты». Для обеспечения психического и физического благополучия очень важны «тайм-ауты», т. е. отдых от работы и других нагрузок. Работники любой сферы имеют отпуск, отдыхают во время праздников и в выходные дни. В наше сложное время, когда темп жизни все ускоряется, многие люди вынуждены работать практически без перерывов круглый год, находясь постоянно под действием стресса.

Важно овладевать умениями и навыками саморегуляции. Овладение такими психологическими умениями и навыками, как релаксация, идеомоторные акты, определение целей и положительная внутренняя речь, способствует снижению уровня стресса, ведущего к «выгоранию». Например, определение реальных целей помогает сбалансировать профессиональную деятельность и личную жизнь. Определяя реальные цели, следует находить время и для работы, и для личной жизни, что будет способствовать предотвращению «выгорания».

Важно сохранить положительную точку зрения. Найдите людей, которые обеспечат социальную поддержку и, следовательно, помогут сохранить положительную точку зрения в отношении ваших действий.

Важно контролировать эмоции, возникающие после завершения намеченной работы. При решении профессиональных задач важно уметь контролировать чувство тревожности и напряженности. Но завершение работы не всегда устраняет сильные психологические чувства, особенно если работа не принесла нужных результатов. Эмоции часто усиливаются и проявляются в ссорах с коллегами и подчиненными или, наоборот, в депрессии, которая приводит к «выгоранию».

Важно поддерживать хорошую спортивную форму. Между телом и разумом существует тесная взаимосвязь. Хронический стресс воздействует на организм человека, поэтому очень важно поддерживать хорошую спортивную форму с помощью физических упражнений и рациональной диеты. Неправильное питание, увеличение или снижение массы тела отрицательно влияют на уровень самооценки и способствуют развитию синдрома «выгорания». Когда вы испытываете определенный стресс, попытайтесь сохранить хорошую спортивную форму, что поможет вам остаться устойчивым и психически.

Практико-ориентированные советы, позволяющие оптимизировать эмоциональное выгорание педагога

1. Определите для себя главные жизненные цели и сосредоточьте усилия на их достижении.

2. Думайте о чем-то хорошем отбрасывайте плохие мысли. Позитивное мышление и оптимизм – это залог здоровья и благополучия.

3. Откажитесь от перфекционизма. Не все вещи, которые стоит делать, стоит делать хорошо. Совершенно не всегда достижимо, а если даже достижимо, то оно не всегда этого стоит.

4. Каждое утро, поднимаясь из кровати, думайте о чем-то хорошем, улыбнитесь, напомните себе, что все будет хорошо, а вы обворожительны и прекрасны, у вас замечательное настроение.

5. Планируйте не только свое рабочее время, но и свой отдых. Устанавливайте приоритеты.

6. Особенное место отводите отдыху и сну. Сон должен быть спокойным, не менее 7-8 часов. Перед сном можно приготовить успокаивающую ванну с аромамаслами.

7. Используйте на протяжении дня короткие паузы (минуты ожидания, вынужденной бездеятельности) для расслабления. Каждый вечер обязательно становитесь под душ и проговаривая события прошедшего дня, "смывайте" их, т. к. вода издавна является мощным энергетическим проводником.

8. Не сгущайте тучи! Не делайте из мухи слона!

9. Руководите своими эмоциями! Закройте глаза. Представьте берег моря. Руки поднимите вверх и разведите в сторону. Почувствуйте силу энергии. Сложите руки на животе.

10. Не пренебрегайте общением! Обсуждайте с близкими вам людьми свои проблемы.

11. Отдыхайте вместе с семьей, близкими друзьями, коллегами.

12. Найдите место для юмора и смеха в вашей жизни. Когда у вас плохое настроение, посмотрите кинокомедию, посетите цирк, почитайте анекдоты.

13. Не забывайте хвалить себя!

14. Улыбайтесь! Даже если не хочется.

15. Находите время для себя: примите расслабляющую ванну, почитайте любимую книгу, сделайте косметические процедуры. Устраивайте для себя небольшие праздники. Если Вы будете выглядеть лучше, то это может заставить Вас и чувствовать себя лучше.

16. Станьте энтузиастом собственной жизни.

17. Предпримите шаги для устранения причин напряжения.

18. Проблемы не нужно переживать, их нужно решать.

19. Умейте отказывать вежливо, но убедительно.

20. Если негативные эмоции захватили вас во время общения, то сделайте паузу, помолчите несколько минут, посчитайте до 10, выйдите из помещения, займитесь другим видом деятельности: переберите бумаги на столе, поговорите со своими коллегами на нейтральные темы, подойдите к окну и посмотрите в него, рассмотрите уличное движение, небо, деревья, порадуйтесь погоде, солнцу.

21. Делайте дни “информационного отдыха” от ТВ и компьютера. Читайте.

22. Посещайте, выставки, театр, концерты. Если у вас имеются нарушения сна, старайтесь читать на ночь стихи, а не прозу. По данным исследований ученых, стихи и проза различаются по энергетике, стихи ближе к ритму человеческого организма и действуют успокаивающе.

23. Наилучшим средством для снятия нервного напряжения являются физические нагрузки – физическая культура и физический труд. Очень полезным также есть расслабляющий массаж. Замечательным средством достижения внутреннего равновесия является йога, дыхательная гимнастика, релаксация.

24. Музыка – это тоже психотерапия. Слушайте музыку.

25. Позаботьтесь о психотерапевтическом влиянии среды, которая вас окружает (цветовая гамма). Хорошо успокаивают нервную систему зеленый, желто-зеленый и зелено-голубой цвета. Хорошо, когда дома стены окрашены в эти цвета, или же достаточно просто посмотреть на любую вещь, какого-то из этих цветов, - и нервное напряжение постепенно уменьшится.

26. Отдыхайте на природе, ведь такой отдых замечательно успокаивает нервную систему и делает человека добрее.

27. Позитивное влияние на нервную систему и настроение имеет и общение с животными.

28. Снять напряжение также поможет смена деятельности, когда позитивные эмоции от приятного занятия вытесняют грусть.

29. Уделяйте надлежащее внимание собственному здоровью! Прощайте и забывайте. Примите тот факт, что люди вокруг нас и мир, несовершенны.

30. Начинайте восстанавливаться уже сейчас, не откладывая на потом!

Раздел 9. Психолого-педагогические рекомендации для педагогов дошкольной образовательной организации по профилактике насилия над ребенком

Рекомендуется вести мониторинг психоэмоционального состояния детей в течение года. Для этого следует наблюдать за детьми во время занятий и вне занятий, проводить опросы, тестирование и т.д. важно отслеживать изменения в состоянии каждого ребенка, при этом необходимо анализировать причины изменений в самочувствии детей и оказать им своевременную действенную помощь.

Считается эффективным анализировать отношения детей внутри и вне коллектива, устанавливать контроль за стилем их общения со всеми участниками воспитательного и образовательного процессов. Взаимоотношения должны строиться на основе уважения, убеждения, спокойном и доброжелательном тоне общения. Чтобы чувствовать психологическую атмосферу в коллективе, нужно понимать выражение глаз ребят, их мимику, жесты и сопоставлять психологическую атмосферу сегодняшнего дня со вчерашним. И в случае необходимости принимать меры по нормализации отношений.

Необходимо принимать меры по вовлечению детей в социально значимые виды деятельности и формированию установок на самореализацию в социально одобряемых сферах жизнедеятельности (культуре, спорте, искусстве, науке и др.).

Крайне важно в любых ситуациях проявлять терпение, доброжелательность по отношению к детям, относиться сочувственно к их мыслям и желаниям, не придирается, не пытаться переделать, не критиковать!

Полезным будет поделиться своими наблюдениями с педагогом-психологом и проконсультироваться с ним.

Важно поддерживать контакты с родителями, информировать их о своих наблюдениях (пригласив в образовательную организацию или посетив дома).

Основным направлением работы педагогов по профилактике насилия является информационно-просветительская деятельность по проблеме жесткого обращения. Необходимо разрабатывать и распространять среди детей и педагогической общественности буклеты, оформлять уголки (стенды) и проводить занятия по вопросам предупреждения конфликтов, выбора стиля воспитания без наказаний, способов реагирования на ситуации насилия, использования нормативных документов по защите от насилия и т.д.

Рекомендуется развивать личностные ресурсы участников воспитательного и образовательного процессов, при этом способствуя: формированию здорового жизненного стиля и эффективного поведения (формирование самопринятия, позитивного самоотношения и Я-концепции; формирование умения адекватно оценивать проблемные ситуации и разрешать жизненные проблемы, управлять собой и изменять себя); развитию эффективных стратегий и навыков поведения (навыков принятия решения и преодоления жизненных проблем; навыков отстаивания своих границ и защиты своего персонального пространства; навыков защиты своего «Я», взаимоподдержки; навыков эффективного общения).

Каждый родившийся ребенок по своему социальному и природному предназначению является продолжателем рода человеческого. Ребенок в общении с взрослыми и под их постоянным руководством и влиянием постепенно овладевает разнообразными видами деятельности, отношений, способами поведения, приобретает жизненный опыт, учится быть человеком. Поэтому так важно, какие взрослые окружают ребенка в семье, а также в детском саду, школе, в обществе в целом. И если общение Ребенок – Взрослый приобретает негативную сторону, можно говорить о насилии.

Соответствие видов насилия над ребенком и его поведенческих реакций-маркеров (признаков насилия) представлено в таблице 2.

Таблица 2

Вид насилия	Поведенческие реакции ребенка (признаки насилия)
Физическое насилие	<ul style="list-style-type: none"> – внешние повреждения (отпечатки пальцев, ремня, сигаретные ожоги и т.п.); – повреждения внутренних органов или костей; – боязнь физического контакта со взрослыми; – стремление скрыть причину травмы; – плаксивость, одиночество, отсутствие друзей; – раздражительное поведение; – негативизм, агрессивность, жестокое обращение с животными; – суицидальные попытки.
Сексуальное насилие	<ul style="list-style-type: none"> – повреждение областей половых органов; – заболевания, передающиеся половым путем; – ночные кошмары, страхи; – несвойственные характеру сексуальные игры, несвойственные возрасту знания о сексуальном поведении; – стремление полностью закрыть свое тело; – депрессия, низкая самооценка; – отчужденность.
Психологическое насилие	<ul style="list-style-type: none"> – задержка в физическом, речевом развитии, задержка роста; – импульсивность, взрывчатость, вредные привычки (кусание ногтей, вырывание волос), злость; – уступчивость, податливость; – ночные кошмары, нарушения сна, страхи темноты, людей, боязнь гнева; – депрессии, печаль, беспомощность, безнадежность, заторможенность; – не растет, не набирает подходящего веса или теряет вес, ребенок постоянно голодает, попрошайничает или крадет пищу; – не ходит в школу, прогуливает школу, приходит в школу слишком рано и уходит из нее слишком поздно; – устает, апатичен, отклонения в поведении, противоправное поведение.

Воспитателя должно насторожить:

– если **Ребенок** в отношениях со взрослыми постоянно ищет одобрения или внимания, даже отрицательного, безоглядно привязывается к любому человеку, искренне проявившему к нему интерес, и пытается помешать своему кумиру вступать в тесные отношения с остальным окружением.

– если **Родители:**

- дают противоречивые, путаные объяснения причин возникновения травмы у ребенка, обвинение в случившемся самого пострадавшего;

- не проявляют обеспокоенности за судьбу и здоровье ребенка, бездействие или позднее обращение за медицинской помощью, зачастую – лишь по инициативе посторонних лиц;

- дают неадекватную оценку тяжести травмы, стремление ее преувеличить или преуменьшить;

- проявляют эмоциональную холодность в обращении с ребенком, отсутствие ласковых слов и жестов;

- проявляют обеспокоенность собственными проблемами, рассказы о том, как их наказывали в детстве;

- дают негативную характеристику ребенку, возложение на него ответственности за собственные неудачи, отождествление с нелюбимым родственником;

- пытаются скрыть алкогольную или наркотическую зависимость, признаки психических расстройств или проявление патологических черт характера (агрессивность, возбуждение и т. п.).

Действия педагога:

При возникновении подозрений о возможности насилия над ребенком и первичном контакте с потерпевшим, воспитателю необходимо, не делая поспешных выводов, предпринять следующие действия.

При отсутствии непосредственной угрозы жизни и безопасности ребенка следует незамедлительно и тщательно проверить достоверность предположений. Для этого используются беседы с самим ребенком, его

братьями, сестрами и друзьями, соседями, родителями (опекунами, близкими родственниками), наблюдения за внешним видом и поведением несовершеннолетнего, знакомство с условиями проживания несовершеннолетнего дома и т.д. Полученные данные можно заносить в специальный дневник. Предпринятые совместные действия воспитателя и педагога-психолога должны привести к подтверждению или опровержению факта насилия.

Тяжелее, чем жестокость родителей, дети переживают насилие, в том числе эмоциональное, со стороны воспитателей в дошкольном учреждении. При выявлении подобных фактов и для предотвращения необратимых последствий педагог-психолог проводит определенную профилактическую работу со всеми субъектами процесса – с родителями, с воспитанниками и педагогами. Прервать дальнейшую эскалацию насилия в отношении детей способны следующие меры:

- обучение методам ненасильственной педагогики и оказание психолого-педагогической помощи участникам воспитательного процесса;
- моделирование позитивных подходов к ребенку, предлагая варианты решения возникающих проблем;
- систематическое освещение проблемы насилия над детьми с целью воздействия на общественное мнение и трансформации стереотипов воспитания;
- формирование безопасной образовательной среды, в том числе посредством стимулирования педагогических работников к переосмыслению профессиональных и личностных ценностей; а также оказания психологической и иной поддержки педагогам, испытавшим ранее жестокое обращение, во избежание превращения их в агрессоров по отношению к воспитанникам детского сада;
- информирование представителей педагогического коллектива о сущности и последствиях насилия для ретрансляции в дальнейшем педагогами полученных знаний родителям;

- активное внедрение в дошкольную практику новейших педагогических технологий, психологических тренингов, ориентированных на организацию совместной деятельности дошкольников и взрослых, способной изменить систему сложившихся взаимоотношений;

- обучение детей безопасному поведению в целях защиты от агрессии окружающих;

В работе по психопрофилактике насилия над детьми отводится большая роль работе с педагогами. В рекомендациях по обеспечению безопасности детей, педагогам необходимо предложить ряд правил поведения с детьми:

1. Будьте честны с детьми. Говорите с ними честно, простыми и понятными им словами.

2. Попробуйте понять чувства ребенка как можно лучше. Поговорите с ним о своих и его чувствах.

3. Не позволяйте вашему гневу отражаться на отношениях с ребенком. Контролируйте свои чувства, свои реакции.

4. Педагоги, подумайте, какие отношения у Вас сейчас с вашими воспитанниками и какие бы отношения Вы хотели выстроить с ним:

- Я плохой, ты хороший;
- Я плохой, ты плохой;
- Я хороший, ты плохой;
- Я хороший, ты хороший.

Обратите внимание на следующие моменты, когда Вы общаетесь с ребенком:

- Как вы сидите или стоите;
- Каково Ваше положение головы, рук;
- Каковы Ваши жесты (есть ли в них угроза);
- Каково Ваше дыхание;
- Каков Ваш голос, темп речи и тембр;
- Какова Ваша мимика – выражение лица.

Проанализировав эти данные, Вы сможете понять, что видит, слышит и чувствует ребенок, который вступает с Вами в контакт.

Мировая практика психологической помощи детям и взрослым, участвующим в процессе общения, показала, что даже очень трудные проблемы воспитания вполне разрешимы, если удастся восстановить благоприятный стиль общения.

Рекомендации для педагогов ДОО в ситуации подтвердившегося насилия над ребенком

1. Постараться разговаривать ребенка, установить контакт, доверительные отношения с ним, оказать эмоциональную поддержку. Здесь необходимо учесть, что взрослый должен продемонстрировать по отношению к ребенку интерес, дружелюбие, искренность, теплоту и эмпатию. В таком случае ребенок почувствует, что данный человек действительно слышит и понимает его мысли и чувства.

2. Осмотреть повреждения. Не отправлять домой, если он боится туда возвращаться.

3. Если нет возможности устроить его на ночлег к родственникам или в другое безопасное место необходимо обратиться:

– в полицию или прокуратуру, если действия родителей являются преступными. Чаще всего имеет место сочетание ненадлежащего исполнения обязанностей по воспитанию ребенка с жестоким обращением;

– в травмпункт или другое медицинское учреждение, чтобы зафиксировать травмы;

– в орган опеки и попечительства по месту фактического проживания ребенка, если родители относятся к группе риска по алкоголизму, наркомании или психическим заболеваниям и невозможно их обучить родительским навыкам;

– на консультацию к социальному педагогу.

Как можно помочь ребёнку это пережить.

1. Убедите, ребёнка в том, что вы всё равно любите его, и, что в том, что случилось, нет его вины.

2. Скажите, что он правильно вёл себя во время нападения. Не критикуйте его поведение. Возможно, ребёнку пришлось сделать выбор между жизнью и смертью, и то, что он сейчас жив и рядом с Вами, говорит о том, что выбор был правильный.

3. Настаивайте на прохождении медицинского осмотра как можно скорее, даже если нет видимых повреждений.

4. Будьте внимательны к тому, что может заставить ребёнка чувствовать себя некомфортно. Не подходите к нему незаметно сзади и не трогайте его неожиданно. Возможно, ему хочется, чтобы его обняли и ободрили, а возможно, он хочет быть в одиночестве. Не обижайтесь, если ему будет трудно открыться вам эмоционально. Уверьте его, что с Вами он в безопасности, это поможет восстановить доверие и эмоциональную близость. Но помните, что Вам нужна выдержка и терпение: это не такой уж быстрый процесс!

5. Поощряйте ребёнка рассказать о том, что случилось, ему необходимо выплеснуть свои эмоции. Это может быть сложно, постоянно слышать в деталях, что случилось, может раздражать, пугать, причинять боль, а полная тишина и постоянное молчание – пугает. Помните, что для Вас сейчас важнее всего то, что нужно ребёнку. Объясните ему, что, рассказывая о том, что случилось, он имеет больше шансов исцелиться.

Можно погладить кисть руки или приобнять, если ребенок сам показывает, что хочет этого. Особое значение в этих случаях придается медико-социальному патронажу, выполняемому работниками детских поликлиник.

Осмотр ребенка по любому поводу – при обращении родителей, профилактический – требует от педагога настороженности в отношении рассматриваемой проблемы, поскольку предоставляется реальная возможность даже при отсутствии жалоб увидеть первые признаки насилия.

В случае возникновения подозрения на унижение ребенка в семье, жестокое обращение с ним педагог обязан незамедлительно прежде всего:

- поставить в известность о своих предположениях службу защиты детей;
- обеспечить госпитализацию каждого ребенка, подвергшегося жестокости и нуждающегося в защите, на период первичного обследования;
- проинформировать родителей о диагнозе;
- сообщить правоохранительным службам о полученных ребенком травмах.

Ребенок нуждается в предпочтительном внимании. Следует принять возможные меры для защиты ребенка от насилия в будущем. Если же педагог, заподозривший жестокое обращение, не в состоянии самостоятельно провести такую оценку, ему следует обратиться за помощью к компетентному специалисту.

В ряде случаев ребенку показана превентивная госпитализация, перед которой необходимо провести адекватную оценку уровня развития ребенка, его физического и эмоционального состояния.

При возникших подозрениях в жестоком обращении с ребенком педагог должен побеседовать с родителями, уделив им достаточное время и проявляя при этом тактичность, объективность, избегая грубых обвинений. Все данные, полученные во время осмотра ребенка, требуют обязательного занесения в медицинскую карту, поскольку эти сведения могут стать основной уликой в суде.

Арт-терапия с детьми-жертвами насилия

Поскольку насилие является сложным предметом для обсуждения, в частности, из-за того, что жертвы насилия часто подвергаются шантажу во избежание разглашения обстоятельств преступления, арт-терапевтический подход – это менее травматичная для ребенка форма установления диалога. Проекция своих чувств на работу является менее травматичным действием вследствие символизации, отстраненности от травмирующего агента.

Использование визуального канала коммуникации имеет ряд достоинств. Изобразительное творчество помогает восстановить чувство собственного достоинства и способствовать выражению подавленных чувств.

«Рисование по сырому листу»

Цель: Снятие напряжения, тактильная стимуляция, гармонизация эмоционального состояния, развитие воображения.

Материалы: Акварель, кисть, емкость с водой, губка.

Инструкция: попросить ребенка намочить губкой лист бумаги и ставить на нем точки, рисовать линии, наблюдая, как растекаются краски.

«Водный салют»

Цель: Снятие напряжения, тактильная стимуляция, отреагирование эмоций, развитие воображения.

Материалы: акварель, кисть, раковина с водой.

Инструкция: попросить ребенка рисовать на воде, разглядывать получившиеся фигуры. Примечание: для ввода ребенка в занятие при работе с фобиями можно прочесть стихотворение:

Страшно очень – не беда

Пусть поможет мне вода.

Краской крашу, отпускаю.

Не боюсь и не скучаю.

«Мелки – наперегонки»

Цель: отреагирование напряжения и агрессивных тенденций, гармонизация эмоционального состояния, физическая и эмоциональная стимуляция.

Материалы: мелки, лист картона.

Инструкция: попросить ребенка в разном темпе (медленно-быстро) делает штрихи на листе.

Упражнения и психотехники

Перед тем как начать оказывать помощь и поддержку необходимо выяснить у потерпевшего, какой модальностью он пользуется во время

воспоминаний. Для этого нужно спросить: «Когда ты что-либо вспоминаешь о случившемся, как ты это делаешь? Ты представляешь эту ситуацию? (визуальная модальность). Ты слышишь слова, которые тогда звучали? (аудиальная модальность). Или то и другое?»

Если преобладает визуальная модальность (ребенок видит образы и картинки происшедшего), педагог учит потерпевшего эти образы изменять, а именно:

- а) заключить образ-воспоминание в рамку,
- б) отодвинуть образ-воспоминание на безопасное для себя расстояние,
- в) изменить цвет образа – воспоминания с цветного на черно- белый.

Если преобладает аудиальная модальность (ребенок помнит звуки) нужно научить потерпевшего:

- а) изменять громкость слов – воспоминаний с выраженной на едва слышную, как будто он слышит шепот,
- б) изменять скорость звучания слов со средней на очень медленную или очень быструю («лилипутский язык»).

Опыт практической работы свидетельствует, что при изменении скорости звучания фраз со средней на очень быструю, у детей возникает смешок и угрожающие фразы перестают казаться опасными. Все это поможет облегчить воспоминания и, соответственно. Заключение образа-воспоминания в рамку, мысленное отодвигание его на расстояние и изменение цвета также помогает ребенку снизить остроту переживаний, у ребенка появляется способность обсуждать болезненную ситуацию.

Терминологический словарь

Антиигрушка – это игрушка, не отвечающая прежде всего критерию духовно-нравственной безопасности, являющаяся побудителем и средством передачи разрушения, способствующей формированию аморальности, возникновению психических заболеваний и нервных расстройств, в крайних проявлениях – побуждающим к жестокости и насилию, и даже совершению самоубийств.

Деперсонализация – тенденция развития негативного, бездушного отношения к раздражителям. Возрастает обезличенность и формальность контактов. Негативные установки, имеющие скрытый характер, могут начать проявляться во внутреннем сдерживаемом раздражении, которое входит со временем наружу в виде вспышек раздражения или конфликтных ситуаций.

Информационная защищенность (безопасность) – защищенность от информации, причиняющей вред здоровью и развитию, умение выбирать безопасную информацию через ее адекватное восприятие, оценку и критическое осмысление на основе нравственных и культурных ценностей.

Комфортность образовательной среды определяются как условие, обеспечивающие удобство, спокойствие, уют, нивелирующие стрессообразующие факторы образовательного и воспитательного процессов и вызывающие состояние радости, удовольствия и удовлетворения.

Консервативная стратегия – это стратегия поведения, при которой большинство детей склонно отдавать предпочтение знакомым и привычным вещам. В свою очередь, неожиданно возникающая угроза хаоса вызывает регресс мотивации с высших ее уровней к уровню безопасности.

Психологическая безопасность личности – это состояние защищенности личности, обеспечивающее ее целостность как активного социального субъекта и возможностей развития в условиях информационного взаимодействия с окружающей средой.

Психологическая защищенность – положительное эмоциональное переживание и осознание возможности удовлетворения своих основных потребностей и обеспеченности собственных прав: чувство принадлежности к группе, адекватная самооценка, реалистичный уровень притязаний и отсутствие повышенной тревожности, неврозов, страхов и т.д.

Психологическая защищенность образовательной среды – состояние образовательной среды, свободное от проявлений всех видов насилия во взаимодействии.

Психологическое насилие, также эмоциональное или моральное насилие – это форма насилия, которая может приводить к психологической травме, в том числе тревожности, депрессии и посттравматическому стрессовому расстройству. К проявлениям психологического насилия также относят действия, направленные на подрывание самооценки и самоуважения ребенка (например, постоянную критику, преуменьшение способностей, оскорбления), запугивание, угрозы причинения физического вреда детям.

Психологическая культура – это высокого уровня обобщенности интегральное образование, которое включает в себя связанные по координационному и субординационному принципам различные психологические свойства и образования человека, такие как: мотивационные, эмоциональные, интеллектуальные, коммуникативные, рефлексивные, регулятивные и др.

Редуцирование личных (персональных) достижений – снижение чувства компетентности в своей работе, недовольство собой, уменьшение ценности своей деятельности, негативное самовосприятие в профессиональной сфере. Возникновение чувства вины за собственные негативные проявления или чувства, снижение профессиональной и личной самооценки, появление чувства собственной несостоятельности, безразличие к работе.

Саморегуляция – это управление своим психоэмоциональным состоянием, которое достигается путем воздействия человека на самого себя с

помощью слов, мысленных образов, управлением мышечным тонусом и дыханием. Главная задача саморегуляции – научиться разряжаться, сбрасывать лишнее напряжение, отреагировать цивилизованным путем или правильно направлять энергию на творчество и созидание, чтобы избежать разрушения (внешнего и внутреннего).

Сексуальное насилие над ребёнком – это насилие взрослого человека или старшего подростка над ребёнком с целью сексуальной стимуляции. Под сексуальным насилием подразумевается вовлечение ребёнка в сексуальные действия, направленные на физическое удовлетворение человека, осуществляющего насилие, или на извлечение им прибыли.

Синдром эмоционального выгорания – это комплекс симптомов, характеризующийся постепенной утратой эмоциональной вовлеченности в деятельность, нарастанием умственной и физической усталости, личностной отстраненности от содержания труда. Проявляется равнодушием к работе, формальным выполнением должностных обязанностей, негативизмом в отношении коллег, воспитанников, невротическими и психосоматическими расстройствами.

Синдром профессионального выгорания – это хроническое стрессовое состояние, вызванное профессиональной деятельностью. При нем иссякают эмоциональные запасы личности. Человек теряет силы, желание и способность выполнять свои функциональные обязанности качественно.

Социальная ситуация развития – специфическая для каждого возраста, определенным образом организованная система отношений ребенка с окружающим миром (Л. С. Выготский). Социальная ситуация развития меняется при переходе от одного возрастного этапа к другому и в отношении к развитию высших психических функций выступает как основной источник развития.

Социально-психологическая безопасность – особое состояние, обусловленное, соответственно, определенной системой отношений в целом и межличностными отношениями, в частности.

Социально-психологический климат – это устойчивое состояние группы, относительно стабильный и типичный для нее эмоциональный настрой, проявляющийся в отношении друг к другу, к труду, к окружающим событиям и к организации в целом на основании индивидуальных, личностных ценностей и ориентаций, и который отражает реальную ситуацию внутригруппового взаимодействия и межличностных отношений.

Стратегия ассимиляции или «впитывающая стратегия» – это процесс познавательной адаптации, который складывается из двух разнонаправленных процессов – ассимиляции и аккомодации. Ассимиляция и аккомодация – противоположно направленные, но неразрывно связанные и взаимодополняющие тенденции в поведении.

Стратегия избегания – это поведенческая стратегия, при которой ребенок старается избежать контакта с окружающей его действительностью, уйти от решения проблем.

Стратегия коммуникативного резонанса – это создание благоприятных контекстов для успешного проведения коммуникации. Одна коммуникативная составляющая начинает функционировать таким образом, чтобы заменить собой все остальное. Резонансная коммуникация строится на активизации уже имеющихся у получателя информации представлений. При этом уровень воздействия гораздо меньше получаемого в результате эффекта.

Стратегия копирования – это копирование поведения окружающих с оглядкой на меняющиеся внешние условия. Стратегия копирования поведения окружающих очень напоминает «отзеркаливания». Это выгодная, но энергозатратная стратегия выживания в социуме.

Стратегия развития – это поведенческая стратегия, при которой рассматривается наиболее перспективное решение проблемы личной безопасности субъекта в силу того, что она представляет собой совершенствование ряда психических особенностей субъекта, позволяющих ему проявлять готовность к спонтанному обеспечению личной безопасности в любой экстремальной ситуации. Успешность выбора стратегии безопасности

основывается на объективном анализе потребностей, ситуации и наличных ресурсов субъектом.

Физическая защищенность – состояние защищенности жизненно-важных интересов от угроз, источниками которых являются злоумышленные противоправные (несанкционированные) действия физических лиц.

Физическое насилие – жестокость и другие целенаправленные антигуманные действия, причиняющие боль ребенку и препятствующие его развитию (причинение физической боли: побои, укусы, прижигания, преднамеренное удушение или утопление ребенка, а также ситуации, когда ребенку дают яды и неадекватные лекарства).

Эмоциональное благополучие в образовательной организации – это положительно окрашенное эмоциональное самочувствие детей, родителей и педагогов в стенах учреждения: чувство внутренней гармонии между потребностями и их удовлетворением, нормальный уровень ситуативной и личностной тревоги, оптимальный уровень активности и работоспособности, возможность и готовность адекватно действовать в различных жизненных ситуациях, наличие хорошего настроения, эмоциональная устойчивость (самообладание), минимизация чувства страха, свободное, естественное проявление чувств, управление негативными эмоциями и контроль реакций.

Рекомендуемый список литературы

1. Агрессия у детей и подростков [Текст]: учебное пособие / под ред. Н.М. Платоновой. – СПб.: Речь, 2004 – 336 с.
2. Афонькина, Ю.А. Психологическая безопасность ребёнка раннего возраста. Со- временные технологии. Программа адаптации. Диагностические методики. Иг- ровой материал [Текст] / Ю.А. Афонькина. – Волгоград: Учитель, 2013. – 105 с.
3. Бадьина, Н.П. Диагностика психологических условий школьной образователь- ной среды Методические рекомендации для работников образования [Текст] / Н.П. Бадьина В.Н. Афтенко. – Курган, 2004. – 18с.
4. Баева, И.А. Психологическая безопасность в образовании [Текст]: Монография /И.А. Баева. – СПб.: Издательство «СОЮЗ», 2002. – 271 с.
5. Вайгачева Е. Карточная методика работы с агрессивными учащимися [Текст] /Е.Вайгачева // Школьный психолог. – 2010. – № 21. – С. 18-19.
6. Велиева, С.В. Диагностика психических состояний детей дошкольного возраста [Текст]: учебно-методическое пособие / С.В. Велиева. – СПб.: Речь, 2005. – 240 с.
7. Ганошенко, Н.И. Исследование особенностей эмоционального отношения ре- бенка к себе и окружающим людям [Текст] /Н.И. Ганошенко // Психолог в дет- ском саду. – 2005. – № 4. – С.36 – 43
8. Детская практическая психология [Текст]: учебник / Под ред.проф. Т.Д. Мар- цинковской. – М.: Гардарики, 2000. – 255 с.
9. Детская психодиагностика и профориентация [Текст] / Ред.-сост. Л.Д. Столя- ренко. Серия «Учебники, учебные пособия». – Ростов-на-Дону: «Феникс», 1999. – 384 с.
10. Диагностика эмоционально-нравственного развития [Текст] / Ред.-сост. И. Б. Дерманова. – СПб.: Речь, 2002. – 174 с. (Сер. «Практикум по

психодиагностике»)

11. Карелин, А. Большая энциклопедия психологических тестов [Текст] /А. Карелин. – М.: Эксмо, 2007. – 416 с.

12. Ковров, В.В. Паспорт экспертизы психологической безопасности средней общеобразовательной школы [Текст] / В.В. Ковров, И.А. Коньгина, Н.Т.Оганесян. – М.: Экон-информ, 2012. – 55 с.

13. Кривцова С.В. Азбука буллинга [Текст]. – URL: <http://www.psychologia.edu.ru/azbuka-bullinga/start.html> (дата обращения 19.10.2021)

14. Лошакова, Т.Ф. Педагогическое управление созданием комфортной среды в образовательном учреждении [Текст]: Монография /Т.Ф. Лошакова. – Екатеринбург: Изд-во Дома учителя, 2001. – 416 с.

15. Лутошкин, А.Н. Эмоциональные потенциалы коллектива [Текст] /А.Н. Лутошкин. – М.: Педагогика, 1988. – 128с.

16. Метод структурированной оценки рисков совершения повторных правонарушений и возможностей реабилитации несовершеннолетнего «Оценка рисков и возможностей» (ОРВ) [Текст] – М: РБФ НАН, 2010. – 40 с.

17. Методические рекомендации по предотвращению буллинга (травли среди сверстников) в детских коллективах [Текст] // сост.: А.Е. Довиденко, А.П. Третьякова и др. – Екатеринбург, 2014. – 29 с.

18. Набойкина, Е.Л. Сказки и игры с «особым» ребенком [Текст] /Е.Л. Набойкина. –СПб.: Речь, 2006. – 144 с.

19. Норкина, Е.Г. Методика на выявление «буллинг-структуры» [Электронный ресурс] / Е.Г. Норкина // Таврический научный обозреватель. – 2016. – № 3 (8). – С.170–174. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/metodika-na-vyyavlenie-bulling-struktury> (дата обращения 29.09.2021)

20. Обеспечение психологической безопасности образовательной среды. Методические рекомендации для руководителей

общеобразовательных организаций [Текст] / Авт.-сост.: Габер И.В., Зарецкий В.В., Артамонова Е.Г., Ефимова О.И., Калинина Н.В. – М.: ФГБНУ «Центр защиты прав и интересов детей», 2018. – 60 с.

21. Овчарова, Р.В. Справочная книга социального педагога [Текст] / Р.В. Овчарова. – М.: ТЦ Сфера, 2004. – 480 с.

22. Панфилова, М.А. Игротерапия общения: тесты и коррекционные игры [Текст] / М.А. Панфилова. – М.: Гном-пресс. – 2002. – 160 с.

23. Практикум по возрастной психологии [Текст]: учеб. пособие / Под ред. Л.А. Головей, Е.Ф. Рыбалко. – СПб.: Речь, 2002. – 694с.

24. Практический психолог в детском саду [Текст]: пособие для психологов и педагогов: [для занятий с детьми 3-7 лет] / А.Н. Веракса, М.Ф. Гуторова. - 2-е изд., испр. – Москва: Мозаика-Синтез, 2014. – 130 с.

25. Психологическое тестирование детей от рождения до 10 лет [Текст] / О.Н. Истратова. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2008. – 320 с. – (Психологический практикум).

26. Райгородский, Д.Я.: Практическая психодиагностика. Методики и тесты [Текст]: учебное пособие /Д.Я. Райгородский. – Самара: Издательский Дом «БАХРАМ-М», 2011 – 672с.

27. Рогов, Е.И. Настольная книга практического психолога в 2 ч. Часть 2. Работа психолога со взрослыми. Коррекционные приемы и упражнения[Текст]: практич. пособие / Е.И. Рогов. – 4-е изд., перер. и доп. – М.: Юрайт, 2017. –507 с. – Серия: Настольная книга специалиста

28. Романова, Е.В. Проективные графические методики. Методические рекомендации: В 2 ч. [Текст] / Е.В. Романова, Т.И. Сытько. – СПб.: Дидакт, 1992. – 251 с.

29. Секач, М.Ф. Психология здоровья [Текст]: учебное пособие для высшей школы /М.Ф. Секач. – М: Академический Проект, 2003. – 192 с. – («Gaudeamus»)

30. Смирнова, О.Е. Межличностные отношения дошкольников: диагностика, приемы, коррекция [Текст] / О.Е. Смирнова, В.М.

Холмогорова. –М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2005. – 158 с.

31. Степанов, Е.Н. Удовлетворенность участников образовательного процесса как критерий эффективности работы учебного заведения [Текст] / Е.Н. Степанов, А.А. Андреев // Журнал «Практика административной работы в школе». – 2002. – № 6.

32. Тимерьянова, Л.Н. Обеспечение психологической безопасности образовательной среды [Текст]: учебно-методическое пособие /Л.Н. Тимерьянова. – Уфа: ИРО РБ. – 77с.

33. Федоренко, Л.Г. Психологическое здоровье в условиях школы [Текст] /Л.Г. Федоренко // Психопрофилактика эмоционального напряжения. – СПб.: КАРО,2003. – 207с.

34. Фетискин, Н.П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп [Текст]/ Н.П. Фетискин Н.П., В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов. – М., Изд-во Института Психотерапии. 2002. – 490 с.

35. Фокина, А. В классе агрессивный лидер. Что посоветовать педагогу? [Текст] /А.В. Фокина // Справочник школьного психолога. – 2018. – № 1.

– Хухлаева, О.В. Маленькие игры в большое счастье. Как сохранить психическоездоровье дошкольника [Текст] / О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаев, И.М. Первушина. – М.: Апрель Пресс, 2001. – 223 с.

36. Шапарь, В.Б., Практическая психология. Проективные методики[Текст] / В.Б. Шапарь, О.В. Шапарь.– Ростов н/Д: Феникс, 2006. – 480 с.

37. Шепелева, Н.В. Педагогическое обеспечение процесса социализации учащихся в негосударственном образовательном учреждении [Текст]: дис. канд. пед. Наук / Н.В. Шепелева. – Кострома, 2004. – 211 с.

38. Школа без насилия [Текст]. Методическое пособие / Под ред. Н.Ю. Синягиной, Т.Ю. Райфшнайдер. – М.: АНО «ЦНПРО», 2015. – 150 с.

39. Шнейдер, Л.Б. Кризисные состояния у детей и подростков: направления работы школьного психолога [Текст] /Л.Б. Шнейдер //

Электронные ресурсы:

1. <https://multiurok.ru/files/puti-dostizheniia-uspiekha-na-urokie.html>
2. <https://infourok.ru/anketa-klassniy-rukovoditel-glazami-detey-2682365.html>
3. <https://infourok.ru/anketa-dlya-pedagogapsihologa-v-shkole-dlya-viyavleniya-otnosheniya-uchaschihsya-k-shkole-uchitel-glazami-uchenika-2418037.html>;
4. <https://infourok.ru/anketa-otnosheniya-uchaschihsya-i-roditeley-k-klassnomu-rukovoditelyu-1998314.html>
5. <https://infourok.ru/kompleks-diagnosticheskikh-metodik-dlya-viyavleniya-uchaschihsya-sklonnih-k-suicidalnomu-povedeniyu-1847173.html>
6. <https://infourok.ru/test-bezopasnost-v-seti-internet-3229364.html>
7. <https://infourok.ru/anketa-po-inforacionnoy-bezopasnosti-klass-462907.html>

Научное издание

Буслаева
Марина Юрьевна

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ:
УСЛОВИЯ, МЕХАНИЗМЫ, РИСКИ И УГРОЗЫ**

Учебно-методическое пособие

ISBN 978-5-6046748-5-7

ISBN 978-5-6046748-5-7



В авторской редакции.

Подписано в печать 23.12.2021.

Формат 60 × 84 1/16. Усл. печ. л. 6,28.

Бумага офсетная. Гарнитура Times New Roman сур.

Печать лазерная. Тираж 100 экз. Заказ № 2707/21.

Подготовлено к печати в издательском центре «Титул»

Тел.: +7 351 215-04-15, +7 351 230-67-37; e-mail: titul74@inbox.ru

Отпечатано в ПЦ «ПРИНТМЕД»

454080, г. Челябинск, ул. Энтузиастов, 25а

Тел. +7 351 230-67-37; e-mail: rinmed@mail.ru