

Теоретические основания модели психологической безопасности подростка в образовательной среде

И. А. Баева¹, И. В. Кондакова¹

¹ Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена, 191186, Россия, Санкт-Петербург, наб. реки Мойки, 48

Сведения об авторах:

Баева Ирина Александровна

e-mail: irinabaeva@mail.ru
Scopus AuthorId: 56662208400
SPIN-код РИНЦ: 9821-0273

Кондакова Ирина Владимировна

e-mail: kondakovaiv@herzen.spb.ru
SPIN-код РИНЦ: 2190-1993

Финансирование:

Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ, проект № 19-013-00553.

© Авторы (2019).

Опубликовано Российским государственным педагогическим университетом им. А. И. Герцена.

Аннотация. Характерная особенность современного общества – быстрые темпы изменений. Одним из векторов, влияющих на скорость трансформации, выступает научно-технический прогресс, который привносит в жизнь современных подростков факторы риска, с трудом поддающиеся прогнозированию. Известно, что на психологическое благополучие личности не так сильно влияют отдельно взятые факторы риска или, наоборот, защитные факторы, как их соотношение в конкретный момент в конкретной ситуации. К защитным факторам относятся компенсаторное поведение, действие психологических защит и использование ресурсов личности. Компенсаторное поведение и психологические защиты позволяют снизить уровень психологического дискомфорта, но не помогают в решении самой проблемы. Поэтому так остро и стоит вопрос о поиске ресурсов личности, способствующих не только уменьшению и/или преодолению негативных последствий ситуации, но и обретению чувства защищенности и психологического комфорта. Одной из

наиболее уязвимых групп являются подростки, так как они чаще встречаются с различными провокативными факторами, чем младшие возрастные группы, но имеют в своем арсенале меньше ресурсов для преодоления возникающих трудностей, чем взрослые.

В статье представлен теоретический анализ исследований за последние 10 лет, посвященных проблеме психологической безопасности и благополучия подростков. В результате проведенного анализа выявлено, что к факторам риска психологической безопасности подростков в образовательной среде можно отнести три группы переменных: личностные особенности самого подростка, личностные характеристики педагога и особенности среды, в которой происходит их взаимодействие. К личностным особенностям подростка и педагога относятся как их субъективные характеристики, так и отношения с окружающими его людьми (семьей, одноклассниками, учителями/коллегами, участниками внутришкольных организаций). К особенностям среды взаимодействия относятся факторы окружающей среды, информационной среды и образовательной среды, в которые включены как подросток, так и педагог. К ресурсам подростка в образовательной среде можно отнести личностные особенности, представленные когнитивным (жизнестойкость, развитый социальный интеллект, высокий уровень самооценки и самоконтроля и другие), эмоциональным (оптимизм, удовлетворенность жизнью, и другие), поведенческим (умения и навыки преодолевающего поведения) блоками, а также такие социальные ресурсы, как широкие социальные связи и некоторые характеристики среды.

Ключевые слова: психологическая безопасность, подростки, образовательная среда, факторы риска, защитные факторы.

The theoretical basis of the model of an adolescent's psychological safety in the educational environment

I. A. Baeva¹, I. V. Kondakova¹

¹ Herzen State Pedagogical University of Russia,
48 Moika River Emb., Saint Petersburg 191186, Russia

Authors:

Baeva Irina A.

e-mail: irinabaeva@mail.ru
Scopus AuthorId: 56662208400
SPIN: 9821-0273

Kondakova Irina V.

e-mail: kondakovaiv@herzen.spb.ru
SPIN: 2190-1993

Funding:

This research was funded by the Russian Foundation for Basic Research (RFBR), project No. 19-013-00553.

Copyright:

© The Authors (2019).
Published by Herzen State Pedagogical University of Russia.

Abstract. A characteristic feature of modern society is the rapid pace of change. One of the vectors that influences the speed of transformation is scientific and technical progress, which brings into the life of modern adolescents risk factors that are difficult to predict. It is known that an individual's psychological well-being is primarily determined not by individual risk factors or, conversely, protective factors, but rather by their ratio at a particular moment in a particular situation. The protective factors include compensatory behavior, the effect of psychological defenses and the use of personal resources. Compensatory behavior and psychological defense can reduce the level of psychological discomfort, but do not help in problem solving. Therefore, the issue of finding personal resources that contribute not only to reducing and/or overcoming the negative consequences of the situation, but also to gaining a sense of security and psychological comfort is so acute. Adolescents are one of the most vulnerable groups, as they are more likely to face various provocative factors than younger age groups, but have fewer resources than adults to overcome difficulties.

The article presents a theoretical review of research carried out in the last decade with the focus on psychological safety and adolescents' well-being. The analysis revealed that the risk factors of the psychological safety of adolescents in the educational environment include three groups of variables: personality characteristics of the adolescent, personal characteristics of the teacher and characteristics of the environment where their interactions occur. Personal characteristics of the adolescent and the teacher include both their subjective characteristics and relationships with people around them (family, classmates, teachers/colleagues, members of internal school organizations). The features of the interaction environment include environmental factors, the information environment and the educational environment, which include both the teenager and the teacher. The adolescent's resources in the educational environment include personal characteristics represented by cognitive (resilience, developed social intelligence, a high level of self-esteem and self-control, etc.), emotional (optimism, life satisfaction, etc.), behavioral blocks (skills of coping behavior), and such social resources as broad social relationships and some environment characteristics.

Keywords: psychological safety, adolescents, educational environment, risk factors, protective factors.

Введение

В «Концепции развития психологической службы в системе образования в Российской Федерации на период до 2025 года» одной из приоритетных задач психо-

логии в системе образования является создание условий для сохранения и поддержания психологического благополучия участников образовательного процесса. В исследованиях установлено, что состоя-

ние психологической безопасности образовательной среды и включенных в нее субъектов выступают важным фактором, определяющим их психологическое благополучие и здоровье (Баева 2014). Создание модели психологической безопасности подростка в образовательной среде является актуальной теоретической и практической задачей.

Известно, что при столкновении с любой трудной или травматичной ситуацией в арсенале человека имеется всего три группы защитных факторов, помогающих справиться с ее последствиями: это компенсаторное поведение, использование психологических защит и ресурсов личности. Компенсаторное поведение проявляется в различных приемах, направленных на снижение остроты собственных переживаний, в отвлечении от сложных обстоятельств их породивших, например, это может быть девиантное или делинкветное поведение, привлечение внимания или, наоборот, использование приемов, направленных на снижение внимания к собственной персоне. Психологические защиты направлены на блокировку воспоминаний, чувств, действий, связанных с неприятной ситуацией. В итоге, компенсаторное поведение и психологические защиты помогают человеку выжить, справиться с собственными чувствами, мыслями и поведением в трудных обстоятельствах, но после снижения остроты ситуации они становятся препятствием на пути решения проблемы или поиска иных способов совладания с данной проблемой. Найти верные и подходящие для данной ситуации варианты преодоления человеку помогают его ресурсы.

Ресурсный подход используется при изучении поведения человека в сложных или травмирующих обстоятельствах. Он помогает оценить адаптационный потенциал, которым располагает человек для совладания с негативными последствиями психического напряжения, выявить цели, воздействуя на которые возможно создание более комфортных и безопасных усло-

вий для успешного роста и развития, раскрытия потенциала личности. Важно отметить, что ресурсы сами по себе не обеспечивают эффективного преодоления возникающих трудностей, гораздо важнее соотношение факторов риска и ресурсов, которыми обладает человек в данной ситуации. Многие также зависят от восприятия конкретного фактора самим человеком, ведь семья и друзья в одной ситуации могут оказаться ресурсом человека, а в другой – дополнительным фактором риска.

В современной психологической литературе ресурсы трактуются как все внутренние и внешние данные, имеющиеся в распоряжении личности, которые она может использовать для эффективного решения трудной жизненной ситуации, достижения состояния психологического комфорта и защищенности. Как правило, ресурсы классифицируют по источнику поддержки, разделяя на личностные (внутренние) и средовые (внешние).

Под средовыми ресурсами понимается любая внешняя помощь и поддержка со стороны окружающих или социальных организаций. К окружающим могут относиться как близкие и дальние родственники, друзья и одноклассники, учителя и коллеги, психологи, так и малознакомые люди (например, хорошо известный «эффект попутчика»). Под социальными организациями понимаются учреждения, занимающиеся психологической, социальной и юридической помощью человеку, попавшему в трудную или травмирующую жизненную ситуацию. Это могут быть и телефоны доверия, и группы поддержки, и онлайн/оффлайн психологическая помощь. Кроме того, к социальным ресурсам относятся социальные навыки человека, его умения строить взаимоотношения с людьми, обращаться за помощью и поддержкой и получать ее, понимать собственные чувства и переживания других людей, а также такие феномены, как власть и деньги.

Под личностными ресурсами понимаются все навыки, знания и умения чело-

века, все реальные и потенциальные способности, которыми он может воспользоваться для поиска решения в создавшейся ситуации. В отечественных исследованиях были выявлены следующие характеристики личности в качестве ресурсов: открытость и доброжелательность к миру, экстравертированность, внутренние моральные установки, волевой потенциал, самодостаточность и самопринятие, психологическое благополучие, высокий уровень интеллекта, ответственность и саморегуляция собственной агрессивности (Кондакова 2012; Баева 2014).

Современные подростки встречаются со множеством трудных ситуаций. Большинство из них являются новыми и для взрослых в силу быстрых темпов изменений современной социокультурной ситуации. Поэтому так остро стоит проблема сохранения и укрепления психологического здоровья и благополучия у подрастающего поколения. Одной из эффективных сфер воздействия на подростков является образовательная среда, в которой педагоги рассматриваются не только как источники знаний, но и как модели для усвоения стилей взаимоотношений. Создание комплексной системы психологической безопасности подростка в образовательной среде позволит сформировать систему профилактики деструктивного воздействия на личность подростка рисков и угроз современной социальной среды. Модель психологической безопасности образовательной среды и ее субъектов, учитывающая средовые и личностные условия и факторы, оказывающие влияние на структуру и уровень психологической безопасности, является основанием для создания условий профилактики и эффективного преодоления негативных факторов, влияющих на становление подростка. Компонентами модели являются средовые и личностные условия и факторы, оказывающие влияние на структуру и уровень психологической безопасности; критерии и показатели оценки психологической безопасности личности современного под-

ростка; ресурсный потенциал сопротивляемости негативным воздействиям социальной среды.

Материалы и методы

В работе использовались методы теоретического исследования: анализ научных публикаций, обобщение и систематизация результатов магистерских и кандидатских диссертаций, выполненных в рамках научного направления «Психологическая безопасность в образовании и социальном взаимодействии» кафедры психологии развития и образования и научно-исследовательской лаборатории «Психологическая культура и безопасность в образовании» РГПУ им. А. И. Герцена. Была осуществлена аналитическая оценка исследований, посвященных вопросам психологической безопасности подростков или ресурсам, присущим учащимся и педагогам.

Результаты и их обсуждение

Доказано, что ресурсами психологической безопасности младших подростков, воспитанников кадетских учебных учреждений, являются высокий уровень самооценки и субъективного благополучия, низкий уровень тревожности, а также комфортное и безопасное межличностное внутригрупповое взаимодействие (Воденина 2016).

Установлена структура ресурсов, позволяющих подросткам справиться с хронической трудной жизненной ситуацией и адаптироваться к жизни на территориях с особыми условиями проживания. Ресурсы данной группы: активное (оптимистическое) отношение к жизненной ситуации; устойчивость эмоционального тона; удовлетворенность жизнью; расширенные социальные связи; когда поддержка не ограничивается узким кругом близких родственников и друзей; умения и навыки преодолевающего поведения (Пичугова 2010). Выявлены ресурсы защищенности подростков от психологического насилия в образовательной среде со стороны учителей и сверстников. Для сохранения высо-

кого уровня психологической безопасности в образовательной среде, в частности защищенности от психологического насилия, подростки пользуются такими личностными ресурсами, как высокий уровень самоконтроля, самооценки, умение видеть мир целостным, стремление к саморазвитию и самосовершенствованию, ценности, связанные с достижениями, развитием себя и собственной уникальности, социальный интеллект, проявляющийся в умении выстраивать эффективные отношения с окружающими и находить конструктивные способы решения конфликтных ситуаций, принимать верные решения в ситуациях повышенного напряжения, когнитивная и поведенческая гибкость, низкие уровни тревожности и агрессивности. Все это помогает проявлению жизнестойкости и ее компонентов – контроля и вовлеченности, которые свидетельствуют об уверенности в себе, умении принять события, происходящие вокруг них и не поддающиеся их контролю (Лаптева 2010). Кроме перечисленных выше, ресурсами сопротивления насилию в образовательной среде считаются принятие себя, умение отстаивать собственную точку зрения, открытость и независимость (Баева, Zinchenko, Laptev 2016).

Установлены различия в ресурсах, которыми пользуются юноши и девушки для достижения состояния психологического комфорта в образовательной среде. Юноши характеризуются более высокими уровнями вовлеченности, сохранения собственной индивидуальности. Девушки отличаются высокими уровнями контроля и самоконтроля гнева, проявляющегося как в агрессии, так и в раздражительности, тревожности, фрустрированности и ригидности (Лаптева 2010). Выявлено, что юноши чаще отвергают наличие проблем, связанных с нарушением психологической безопасности в образовательной среде, при отсутствии анонимности опроса. Девушки чаще отмечают факты нарушения их психологического комфорта и при столкновении с указанными ситуациями

готовы обращаться за помощью к родителям и друзьям (Баева, Гаязова 2018).

Таким образом, основными личностными ресурсами подростков являются высокий уровень самооценки и благополучия (психологического и субъективного), низкий уровень тревожности и агрессивности, оптимизм, активность, эмоциональная устойчивость и удовлетворенность жизнью, социальный интеллект и жизнестойкость, умения и навыки преодолевающего поведения, целостное восприятие мира, самоактуализация и различные терминальные ценности. К социальным ресурсам могут быть отнесены доброжелательные и безопасные межличностные взаимодействия как внутри коллектива сверстников, так и в общении с окружающими взрослыми, широкие социальные связи.

В исследованиях определены психологические характеристики безопасности образовательной среды, способствующие психологическому благополучию учеников и педагогов. Важно отметить, что учителя и учащиеся находятся в постоянном тесном взаимодействии друг с другом, что приводит к взаимозависимости благополучия одних от состояния других, для обеспечения психологической безопасности подростка необходимо заботиться и о психологическом комфорте педагога (Баева, Баев, Гаязова 2013).

Было проведено исследование ресурсов психологической безопасности учителей в процессе внедрения образовательных инноваций, которое показало, что основным ресурсом педагогов является высокий уровень субъективного благополучия. Для преподавателей, готовых к инновационному процессу в образовательной среде, характерны следующие черты личности: инновационный потенциал личности, эмоциональная сдержанность и положительная оценка психологической безопасности образовательной среды (Афтаева 2016). Часто профессиональное выгорание является результатом работы учителя в состоянии психологической незащищенности в

образовательной среде. Поэтому были исследованы защитные ресурсы, помогающие предотвратить профессиональное выгорание у учителей, среди которых выявлены самоактуализированность личности педагога, ответственность за свою жизнь, профессиональный и личностный рост (Пежемская, Смирнова 2016). Для педагогов дошкольных образовательных учреждений защитными ресурсами являются копинг-стратегии (положительная переоценка, конфронтативный копинг и гибкость в выборе проактивного совладающего поведения (проактивное преодоление, рефлексивное преодоление и превентивное преодоление)) (Аминова 2013).

Аналитическая оценка данных исследований позволяет утверждать, что важным социальным ресурсом психологической безопасности личности подростков выступает состояние образовательной среды, которое, в значительной степени, зависит от состояния психологического комфорта или дискомфорта педагога. Поэтому создание комплексной системы психологической безопасности подростка в образовательной среде невозможно без учета психологических характеристик состояния учителя.

Подводя итоги, можно заключить, что факторами риска возникновения состояния психологической небезопасности могут быть три группы переменных: а) личностные особенности подростка и учителя, б) особенности взаимодействия с окружающими (с семьей, ровесниками, учителями и коллегами, администрацией и внутришкольными организациями), в) особенности образовательной среды, в рамках которой происходит взаимодействие. В зависимости от их «психологического качества» данные позиции могут быть и защитными факторами. Информационная среда и среда проживания также являются факторами риска и защиты, но с

нашей точки зрения, их влияние более глобально, поэтому они рассматриваются как внешние по отношению к образовательной среде.

Выводы

Теоретическим основанием создания модели психологической безопасности подростка в образовательной среде является риск-ресурсный подход. Данный подход позволяет установить факторы риска нарушения состояния психологической безопасности подростка и определить защитные факторы, опирающиеся на социальные и личностные ресурсы. Выделены три основные зоны, в рамках которых можно определять факторы риска и защиты: личностные особенности субъектов образовательной среды; психологическая характеристика образовательной среды; характер межличностного взаимодействия в образовательной среде. Ресурсы подростков, поддерживающие состояние их психологической безопасности, можно разделить на две категории: личностные и социальные. В структуру личностных ресурсов входят эмоциональный, поведенческий и когнитивный блоки. Социальными ресурсами являются доброжелательные и безопасные межличностные взаимодействия как с ровесниками, так и со взрослыми, широкие социальные связи, включающие поддержку от специалистов различных организаций.

«Контур» образовательной среды, включающий факторы риска или провокативные факторы, и защитные или протекционные факторы, «погружен» в информационную среду и среду проживания и может испытывать как позитивные, так и негативные воздействия с их стороны. Целенаправленная поддержка состояния психологической безопасности учащихся и педагогов возможна в условиях образовательной среды и должна выступать ведущей задачей службы психологии в образовании.

Литература

Аминова, Е. М. (2013) *Психологические ресурсы защищенности воспитателей детского сада от профессионального выгорания: ВКР*. СПб: РГПУ им. А.И. Герцена, 93 с.

- Афтаева, Н. Е. (2016) *Психологические ресурсы безопасности учителя в процессе внедрения образовательных инноваций: ВКР*. СПб: РГПУ им. А. И. Герцена, 73 с.
- Баева, И. А. (ред.). (2014) *Безопасная образовательная среда: психолого-педагогические основы формирования, сопровождения и оценки*. СПб.: ЛОИРО, 269 с.
- Баева, И. А., Баев, Н. Н., Гаязова, Л. А. (2013) Безопасность как психолого-педагогический ресурс образовательной среды и условие психологического благополучия ученика и учителя. *Научное мнение*, № 4, с. 183–196.
- Баева, И. А., Гаязова, Л. А. (2018) Психологическая безопасность образовательной среды в оценках современных подростков. *Научное мнение*, № 1, с. 57–62.
- Воденина, В. В. (2016) *Психологические условия безопасности личности воспитанников кадетских учебных учреждения: ВКР*. СПб: РГПУ им. А. И. Герцена, 80 с.
- Кондакова, И. В. (2012) *Личностные ресурсы психологической защищенности взрослых, переживших насилие в детстве: дисс... канд. психол. наук*. СПб.: РГПУ им. А. И. Герцена, 195 с.
- Лаптева, В. Ю. (2010) Структура психологической защищенности подростков от насилия в образовательной среде. *Известия РГПУ им. А.И. Герцена*, № 121, с. 60–63.
- Пежемская, Ю. С., Смирнова, Н. С. (2016) Индекс ресурсности педагогов с разным уровнем профессионального выгорания. *Ученые записки Санкт-Петербургского имени В. Б. Бобкова филиала Российской таможенной академии*, № 2 (58), с. 95–98.
- Пичугова, В. А. (2010) *Психологическое сопровождение социальной адаптации подростков, проживающих на территориях с особыми условиями: дис. ... канд. психол. наук*. СПб: РГПУ им. А. И. Герцена, 159 с.
- Baeva, I. A., Zinchenko, Y. P., Laptev, V. V. (2016) Psychological resources of modern Russian adolescents' resilience to violence in the educational environment. *Psychology in Russia*, no. 3, pp. 159–172.

References

- Aftaeva, N. E. (2016) *Psihologicheskie resursy bezopasnosti uchitelja v processe vnedrenija obrazovatel'nyh innovacij [Psychological resources of teacher safety in the process in implementing educational innovations]: graduation work*. SPb.: Herzen University, 73 p. (In Russian)
- Aminova, E. M. (2013) *Psihologicheskie resursy zashhishhennosti vospitatelej detskogo sada ot professional'nogo vygoranija [Psychological resources of protection of kindergarten teachers from professional burnout]: graduation work*. SPb.: Herzen University, 93 p. (In Russian)
- Baeva, I. A., Zinchenko, Y. P., Laptev, V. V. (2016) Psychological resources of modern Russian adolescents' resilience to violence in the educational environment. *Psychology in Russia*, no. 3, pp. 159–172. (In Russian)
- Baeva, I. A. (ed.) (2014) *Bezopasnaja obrazovatel'naja sreda: psihologo-pedagogicheskie osnovy formirovanija, soprovozhdenija i ocenki [Safe educational environment: psychological and pedagogical foundations of the formation, maintenance and evaluation]*. Spb.: LOIRO Publ., 269 p. (In Russian)
- Baeva, I. A., Baev, N. N., Gayazova, L. A. (2013) Bezopasnost' kak psihologo-pedagogicheskij resurs obrazovatel'noj sredy i uslovie psihologicheskogo blagopoluchija uchenika i uchitelja [Safety as a psycho-pedagogical resource of the educational environment and a condition of psychological well-being of students and teachers]. *Nauchnoe mnenie [Scientific Opinion]*, no. 4, pp. 183–196. (In Russian)
- Baeva, I. A., Gayazova, L. A. (2018) Psihologicheskaja bezopasnost' obrazovatel'noj sredy v ocenках sovremennyh podrostkov [Psychological safety of the educational environment in assessments of modern adolescents]. *Nauchnoe mnenie [Scientific Opinion]*, no. 1, pp. 57–62. (In Russian)

- Kondakova, I. V. (2012) *Lichnostnye resursy psihologicheskoy zashhishhennosti vzroslyh, perezhivshih nasilie v detstve* [Personal resources of psychological protection of adults who have experienced violence in childhood]: PhD Thesis. SPb.: Herzen University, 195 p. (In Russian)
- Lapteva, V. U. (2010) Структура психологической защищенности подростков от насилия в образовательной среде [The structure of psychological protectedness of teenagers against violence in the educational environment]. *Izvestija RGPU im. A.I. Herzena* [Izvestia: Herzen University Journal of Humanities & Sciences], no. 121, pp. 60–63. (In Russian)
- Pezhemskaia, U. S., Smirnova, N. S. (2016) Индекс ресурсности педагогов с разным уровнем профессионального выгорания [The index of resource teachers with different levels of professional burnout]. *Uchenye zapiski Sankt-Peterburgskogo imeni V. B. Bobkova filiala Rossijskoj tamozhennoj akademii* [Scientific notes of V. B. Bobkov St. Petersburg branch of the Russian Customs Academy], no. 2 (58), pp. 95–98. (In Russian)
- Pichugova, V. A. (2010) *Psichologicheskoe soprovozhdenie social'noj adaptacii podrostkov, prozhivajushhih na territorijah s osobymi uslovijami* [Psychological support for the social adaptation of adolescents living in areas with special conditions]: PhD Thesis. SPb.: Herzen University, 159 p. (In Russian)
- Vodenina, V. V. (2016) *Psichologicheskie uslovija bezopasnosti lichnosti vospitannikov kadetskih uchebnyh uchrezhdenija* [Psychological conditions for the security of the personality of pupils of cadet educational institutions]: graduation work. SPb.: Herzen University, 80 p. (In Russian)