

# Психологическая безопасность образовательной среды как ресурс психического здоровья субъектов образования

**И. А. Баева\***,

*доктор психологических наук, член-корреспондент Российской академии образования, заместитель руководителя по научной деятельности Института экстремальной психологии Московского городского психолого-педагогического университета, профессор кафедры психологии развития и образования психолого-педагогического факультета Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена*

В статье обсуждается проблема влияния психологической безопасности образовательной среды на психическое здоровье ее субъектов и, прежде всего, подростка. Дается характеристика психологически безопасных для психического развития и здоровья условий образовательной среды. Обосновывается положение, что психологическая безопасность образовательной среды, обеспечивающая микросоциальное окружение, свободное от психологического насилия, определяющая ее референтность, удовлетворяющая основные потребности в лично-доверительном общении, определяет динамическое равновесие между человеком и социальной средой в сторону повышения психического здоровья. Описываются структурные показатели психического здоровья подростка, взаимосвязанные с показателями безопасности образовательной среды. Выделяются психотехнологии, создающие психологическую безопасность образовательной среды и направленные на поддержание психического здоровья подростка. Делается вывод, что психологическая безопасность может быть качественной характеристикой, которая объединяет психологический ресурс образовательной среды. Она может служить одним из оснований для создания вариативной модели службы сопровождения в школе, внутренней сутью которой является акцент на развитие и поддержку психических ресурсов здоровья ученика.

**Ключевые слова:** психическое здоровье, психологическая безопасность, образовательная среда, критерии психического здоровья, психотехнологии.

\* irinabaeva@mail.ru

Человек, находясь в стремительно изменяющихся условиях своего существования, нуждается в помощи и психологической поддержке для сохранения своего психического здоровья. Поддержка может носить личностную ориентацию, а может проявляться и в психологическом обеспечении условий, в которых осуществляется жизнедеятельность субъекта, прежде всего – в работе с общностью, где происходит его непосредственное взаимодействие с другими людьми. Значительный отрезок жизни детей и подростков проходит в образовательной среде, которая становится фактором, влияющим на их физическое и психическое здоровье.

Анализ психолого-педагогических работ, опыт собственных исследований позволили нам сформулировать определение образовательной среды как социально-психологического феномена.

Образовательная среда есть психолого-педагогическая реальность, содержащая специально организованные условия для формирования личности, а также возможности для развития, включенные в социальное и пространственно-предметное окружение, психологической сущностью которой является совокупность деятельностно-коммуникативных актов и взаимоотношений участников учебно-воспитательного процесса.

Фиксация данной реальности возможна через систему отношений включенных в нее субъектов.

В своем практикоориентированном раскрытии данное определение должно быть дополнено уточнением характера условий и возможностей, обеспечивающих позитивное развитие и формирование личностей участников учебно-воспитательного процесса, способствующих гармонизации их психического здоровья. Как образно пишет А. Маслоу:

«...именно хорошая среда является для среднего организма одним из первейших факторов самоактуализации и здоровья. Предоставив организму возможность самоактуализации, она подобно доброму наставнику отступает в тень, чтобы позволить ему самому

вершить выбор в соответствии с собственными желаниями и требованиями (оставляя за собой право следить за тем, чтобы он учитывал желания и требования других людей)» [4, с. 364].

Таким образом, характеристики образовательной среды могут быть рассмотрены как условия, определяющие психическое здоровье ее субъектов.

Что является существенным признаком хорошей (для личностного развития, психосоциального благополучия) среды? По нашему мнению, *психологическая безопасность образовательной среды*, к обоснованию которой мы и переходим.

Школа является одним из широко представленных в обществе социальных институтов, который может строить свою локальную (частную) систему безопасности, основываясь на общей теории национальной безопасности. Обеспечение системы национальной безопасности осуществляется на разных уровнях: международном, государственном, организационном, профессиональном и личностном. В рамках нашего подхода значимыми становятся последние три, так как школа есть образовательное учреждение, где осуществляется профессиональная деятельность, одна из целей которой – личностное развитие всех участников образовательной среды, обеспечение их психосоциального благополучия и здоровья, а в организационном плане значимым становится система обеспечения психологической безопасности через деятельность службы практической психологии образования.

Под *психологической безопасностью образовательной среды* мы понимаем ее состояние, свободное от проявлений психологического насилия во взаимодействии, способствующее удовлетворению потребностей в личностно-доверительном общении, создающее референтность среды и обеспечивающее психическое здоровье включенных в нее участников. Ключевым понятием для ее анализа является уровень психологического насилия. Как это ни печально, условия, в которых развиваются наши дети, не являются безопасными, им, как и взрослым, приходится сталкиваться с негативной стороной

человеческого взаимодействия – с насилием. Усвоенные в детстве образы человеческого поведения, отношения, нормы и ценности имеют тенденцию транслироваться во все сферы жизни. Принуждение, злоупотребление властью часто неосознанно происходят и в школьной среде, и это незамеченное, неучтенное повседневное психологическое воздействие имеет очень серьезные последствия. При всех формах социальной дезадаптации, в том числе и школьной, практически всегда выявляется психологическое насилие. Негативное длительное воздействие создает эмоциональное напряжение и желание его ослабить, провоцирует поиск суррогатных выходов, уход из среды, в которой человек подвергается насилию, и является одной из причин, порождающих безнадзорность. Снижение уровня психологического насилия становится основным направлением по созданию психологической безопасности образовательной среды.

С другой стороны, многое из того, что считается насилием, подчас объясняется неадекватным состоянием человека – психологической безграмотностью, незрелостью личности, несбалансированностью показателей психического здоровья, несовершенством социальных условий. В этом случае на помощь могут прийти образование, обеспечивающее человека знаниями и важными жизненными умениями; собственное личностное психическое развитие и работа по изменению социальных условий жизни.

Психологическая безопасность образовательной среды, которую мы рассматриваем как важнейшее условие, позволяющее придать образовательной среде развивающий характер, влияет на психическое здоровье не только школьников, но и остальных участников образовательной среды – учителей и родителей.

Единое образовательное пространство создается за счет образовательной политики, направленной на сохранение и укрепление физического, психического, социального здоровья всех субъектов системы образования. На уровне школы это выражается в системе мер, направленных на предотвращение угроз для позитивного, устойчивого развития

личности. В практическом психологическом смысле – это создание и внедрение технологий сопровождения психологической безопасности образовательной среды.

Гуманистическая психология, являющаяся основой превращения образования в развивающую личность систему, считает, что самый главный источник развития человека, движущая сила – находится в самом человеке. Однако для того чтобы включились внутренние механизмы личностного роста, необходимы определенные условия. На начальных этапах развития ведущее место среди них занимают социальные условия, определяемые качеством взаимодействия участников образовательной среды. Значимым критерием качества взаимодействия является психологическая безопасность.

*Что следует понимать под психологически безопасными условиями взаимодействия?*

Источники по проблемам безопасности трактуют ее по-разному. В одних безопасности – это качество какой-либо системы, определяющее ее возможность и способность к самосохранению. В других – это система гарантий, обеспечивающих устойчивое развитие и защиту от внутренних и внешних угроз. Большинство определений подтверждает, что безопасность направлена на сохранение системы, на обеспечение ее нормального функционирования. Вышеизложенное позволяет нам рассматривать психологическую безопасность образовательной среды как условие сохранения и гармонизации психического здоровья ее участников, прежде всего, школьника.

Проведенный анализ позволил выделить в качестве основных угроз психологической безопасности в образовательной среде:

- наличие психологического насилия;
- неудовлетворенность основных потребностей в личностно-доверительном общении;
- отсутствие референтной значимости образовательной среды.

Психопрофилактика данных угроз может служить одним из значимых оснований для моделирования психологической безопасности образовательной среды.

Категория психологической безопасности определена нами в трех аспектах:

1) как состояние образовательной среды, свободное от проявлений психологического насилия во взаимодействии, способствующее удовлетворению основных потребностей в лично-доверительном общении, создающее референтную значимость среды и обеспечивающее психическое здоровье и социальное благополучие включенных в нее участников;

2) как система межличностных отношений, которые вызывают у участников чувство принадлежности (референтности среды); убеждают человека, что он пребывает вне опасности (отсутствии вышеперечисленных угроз);

3) как система мер, направленных на предотвращение угроз для продуктивного устойчивого развития личности.

Результат взаимодействия человека с окружающей средой в философско-психологическом смысле связывается с проблемой самоактуализации личности, ее психического здоровья и счастья. Согласно определению из психологического словаря, психическое здоровье – это состояние душевного благополучия как следствие отсутствия болезненных психических проявлений и адекватного приспособления к актуальным условиям жизни. При более дифференцированном подходе отмечаются такие уточняющие признаки этого понятия, как соответствие субъективных образов объективной реальности, адекватный возрасту уровень зрелости эмоционально-волевой сферы, познавательной сферы личности, способность к самокоррекции поведения. Другими словами, психическое здоровье – это состояние человека, которое является следствием баланса или гармоничности внешней формы и внутреннего содержания. Психическое здоровье человека как системная характеристика человека в целом есть характеристика его взаимосвязей, прежде всего социальных.

Термин «психическое здоровье» стал актуальным в связи с докладом Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) в 1979 году на тему «Психическое здоровье и психосоциальное развитие детей». Эксперты ВОЗ пытались привлечь внимание мировой общественности к охране детства и необходи-

мости обеспечения условий, предотвращающих отклонения от нормы; особенно подчеркивалось единство психического, соматического, физического и социального здоровья и их взаимовлияние. В материалах ВОЗ большое внимание уделялось семейному и школьному воспитанию, которые способны существенно повлиять на психосоциальное развитие детей.

Можно предположить, что болезни, в первую очередь психические, характерные для современного периода развития, во многом порождаются социальными причинами. Усложнение социальной среды, межличностных отношений, информационный прессинг ведут к тому, что психологические перегрузки превращаются в повседневную реальность. Но в то же время можно констатировать, что человек стал обладать большей потенциальной свободой в реализации своих личностных установок и своей жизни в целом. Осознавая свою неповторимость, человек может использовать свои индивидуальные особенности как преимущество в приспособлении к миру. Вместе с тем возможность свободы выбора нередко несет в себе дополнительные сложности для него – конфликты с окружающими и самим собой. Налицо нарастание дисбаланса между внутренними потенциями человека и внешними условиями их реализации. Психическое здоровье человека зависит от его возможности адаптироваться к особенностям своего поведения и к содержанию собственной психики. Осознание отношения к самому себе способствует адекватной самооценке своих поступков, мыслей, чувств.

Критерии психического здоровья сегодня не представлены устойчивым комплексом. В многочисленных работах упоминается целый ряд его параметров:

- адаптивность в микросоциальных отношениях;
- способность самоуправления поведением;
- разумное планирование жизненных целей и поддержание активности в их достижениях;
- адекватное восприятие окружающей среды и совершения поступков;
- целеустремленность;
- работоспособность;

- активность;
- полноценность семейной жизни;
- отношение к «Я»;
- рост, развитие и самореализация личности;
- целостность личности;
- активность восприятия реальности;
- самоуправление (самоконтроль).

Вопрос в том, что именно считать признаками психического здоровья, в чем проявляются здоровье, полноценное развитие личности (личностный рост). Его, как утверждают большинство современных исследователей, продуктивно оценивать через наличие конкретных составляющих, а не отсутствие психических отклонений (Е. Ю. Коржова, Г. С. Никифоров и др.).

Мы согласны, что свести все дело к оценке как психического, так и социального здоровья к какому-то одному универсальному критерию представляется маловероятным. Однако обоснованно сузить исходную критериальную базу, выделив в ней наиболее валидные показатели здоровья, – в практическом отношении было бы вполне оправданным. Такими показателями, по нашему мнению, могут выступать характеристики самоактуализации, самоотношения, сбалансированности индивидуально-типологических свойств, направленности личности в общении, уровня эмоционального напряжения.

Все показатели психического здоровья теснейшим образом взаимосвязаны со средой.

«Содержание понятия психического здоровья не исчерпывается медицинскими и психологическими критериями. В нем всегда отражены общественные и групповые нормы и ценности, регламентирующие духовную жизнь человека. Понятие психического здоровья во многом относительно и подвержено влиянию общей системы отношений и понятий той или иной культуры» [3, с. 72].

Именно психологическая безопасность образовательной среды, обеспечивающая микросоциальное окружение, свободное от психологического насилия, определяющая ее референтность, удовлетворяющая основные

потребности в личностно-доверительном общении, определяет динамическое равновесие между человеком и социальной средой в сторону повышения психического здоровья личности. Данное положение получило экспериментальное подтверждение в наших исследованиях [1; 2]. Повышение уровня психологической безопасности образовательной среды способствует личностному развитию и гармонизации психического здоровья ее участников. Это отражается в характеристиках защищенности ее субъектов, которая проявляется в показателях их психического здоровья.

Потребность в безопасности доминирует в ситуациях напряженных, побуждая человека все силы мобилизовать на борьбу с угрозой, а не на обучение и развитие. Психологическая безопасность, обеспечивающая отсутствие необходимости защищаться, создает условия, способствующие личностному развитию и гармонизации психического здоровья, устойчивости психосоциального благополучия.

Обеспечение психологического качества образовательной среды должно выступать одним из приоритетных направлений в деятельности психолога системы образования. Именно психологическая безопасность может быть качественной характеристикой, объединяющей психологический ресурс образовательной среды. Она может служить одним из оснований для создания вариативной модели службы сопровождения в школе, внутренней сути которой является акцент на развитие и поддержку психических ресурсов здоровья учителя и ученика.

Таким образом, осуществленный анализ позволяет утверждать, что создание психологической безопасности образовательной среды может выступать одним из направлений поддержки и гармонизации психического здоровья ее субъектов. Придать среде качество психологически безопасной возможно через насыщение среды программами и технологиями, обеспечивающими устранение психологического насилия во взаимодействии, удовлетворение потребности в личностно-доверительном общении и создание референтности образовательной среды для всех участников учебно-воспитательного процес-

са, так как объединяющим психологическим фактором здесь является процесс педагогического взаимодействия учителя и ученика.

Технологии создания психологических аспектов безопасности образовательной среды должны соотноситься с проблемами возрастного и профессионального развития ее субъектов, где системообразующим направлением является отказ от психологического насилия во взаимодействии. Результатирующим ее итогом является психически здоровая личность, обладающая высоким уровнем психосоциального благополучия.

Задача службы сопровождения – защита (создание безопасности) личности всех участников образовательной среды через создание условий для наиболее полноценного развития и реализации их индивидуальных потенциалов. Таким условием является безопасная психологическая среда. В ней вырастает здоровая личность, которая не принимает решения в ущерб себе и окружающим, то есть фактически безопасная среда – та, которая сохраняет, поддерживает и развивает психическое здоровье и психосоциальное благополучие ее участников.

Психотехнологии, создающие психологическую безопасность образовательной среды и направленные на поддержание психического здоровья, прежде всего, заключаются в следующем:

- запуск и поддержание процессов саморазвития у подростков и профессиональное развитие у их педагогов;

- помощь в планировании жизненного пути и профессионального самоопределения;

- развитие способности к саморегуляции и самоуправлению поведением;

- профилактика социальных опасностей (употребление наркотиков, вербовка в деструктивные культы и т. п.).

Вариативные технологии по созданию психологической безопасности образовательной среды должны быть ориентированы на поддержание психического здоровья всех субъектов учебно-воспитательного процесса. Они являются обязательным условием, так как должны соответствовать уровню развития образовательной среды каждой конкретной школы и особенностям социальной среды, окружающей школу, то есть существенно отличаться для городской и сельской школ, но быть построенными на общих принципах психологической безопасности и поддержания психического здоровья.

Таким образом, психологическая безопасность как системное качество образовательной среды является значимым психолого-педагогическим ресурсом, поддерживающим и гармонизирующим психическое здоровье ее субъектов и, прежде всего, подрастающего поколения.

### Литература

1. Баева И.А. Психологическая безопасность в образовании. СПб., 2002.  
2. Баева И.А., Волкова Е.Н., Лактионова Е.Б. Психологическая безопасность образовательной среды: развитие личности / Под ред. И. А. Баевой.

М.-СПб., 2011.

3. Бурлачук Л.Ф., Коржова Е.Ю. Психология жизненных ситуаций. М., 1998.

4. Маслоу А. Мотивация и личность. СПб., 2001.

## Mental health of adolescents. How to support it?

I. A. Baeva,

*Doctor of Psychology, corresponding member, Russian Academy of Education, professor, Chair of Psychology of Development and Education, Department of Psychology and Pedagogy, Herzen State Pedagogical University of Russia, Head of Laboratory*

The paper reveals the impact of psychological safety of educational environment on the mental health of its subjects, particularly adolescents. The features of the educational environment that is psychologically safe for mental development and health are revealed. It is found that psychological safety of education, providing microsocial environment free from psychological abuse, determining its reference and satisfying the basic needs in personal and confidential communication, defines a dynamic balance between the individual and the social environment in the direction of improving mental health. The structural indicators of mental health of adolescents, related to safety estimates of the educational environment, are described. The psychotechnologies that provide psychological safety of the educational environment and are aimed at maintaining the mental health of adolescents, are mentioned. It is determined that psychological safety can be a qualitative characteristic that unites the psychological resources of the educational environment. It can be one of the reasons for creating variable models of psychological service in school, the essence of which is emphasis on the development and support of students' mental health resources.

**Keywords:** mental health, psychological safety, educational environment, mental health criteria, psychotechnologies.

### References

1. Baeva I.A. Psihologicheskaja bezopasnost' v obrazovanii. SPb., 2002.
2. Baeva I.A., Volkova E.N., Laktionova E.B. Psihologicheskaja bezopasnost' obrazovatel'noj sredy: razvitie lichnosti / Pod red. I.A. Baevoj. M.-SPb., 2011.
3. Burlachuk L.F., Korzhova E.Ju. Psihologija zhiznennyh situacij. M., 1998.
4. Maslou A. Motivacija i lichnost'. SPb., 2001.