**ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ  
И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ ПЕНЗЕНСКОЙ ОБЛАСТИ**

**Формирование навыков безопасного поведения  
у подростков**

**Методические рекомендации для классных руководителей**

**ПЕНЗА, 2022**

Методические рекомендации адресованы классным руководителям образовательных организаций с целью организации профилактической работы  
по формированию установок на безопасное поведение у детей и подростков.

В методических рекомендациях рассматриваются вопросы формирования безопасного поведения детей и подростков, обеспечения их психологической  
и физической безопасности, умению справляться со стрессами.

Методические рекомендации также могут быть использованы педагогами  
и специалистами (педагогами-психологами, социальными педагогами) образовательных организаций с целью повышения психолого-педагогической грамотности у родителей и обучающихся.

Составители: Г.А. Букова, старший методист ППМС центра Пензенской области, к. п. н.; Н.Г. Кутеева, старший методист ППМС центра Пензенской области,  
к. пед. н., доцент.

Проблема безопасного поведения и психологической безопасности  
в последние годы продолжает оставаться очень актуальной. Тема безопасного поведения значима в целях предотвращения травмирования, угрозы и нанесения психологического вреда личности обучающихся в ОО.

На работу образовательных организаций деструктивное влияние оказывают различные угрозы, которые условно можно разделить на 2 группы:

1. **Внешние угрозы** (не зависящие от субъектов образовательных отношений): природные, социальные, техногенные и эпидемиологические.  
   К ним относятся природные катаклизмы, загрязнение окружающей среды, эпидемии (гриппа, гепатита, туберкулеза и др.), пожары, различные аварии, захваты заложников из числа детей, ДТП с участием детей, высокая учебная нагрузка, несоответствие общеобразовательных программ возрастным особенностям обучающихся.
2. **Внутренние угрозы** (зависящие от субъектов образовательных отношений):

– со стороны учащихся: склонность к различным формам девиантного поведения, конфликты, буллинг;

– со стороны педагогического коллектива: проявление агрессии  
по отношению к обучающимся, негативные высказываний об обучающихся;

– со стороны родителей: конфликтность, агрессивность родителей, употребление ими алкоголя, насилие в семье.

В образовательных организациях педагогический коллектив, включая специалистов (педагоги-психологи, социальные педагоги), недостаточно эффективно выстраивают профилактическую работу поскольку:

1. Не всегда имеют специализации и опыт по данному вопросу;
2. Высокая нагрузка (занятость, недостаточное количество времени),  
   в том числе оформительского характера, лежащая на педагогических работниках, включая специалистов.

Все это приводит к вышеуказанным угрозам.

Сегодняшняя экономическая, социокультурная ситуация в стране содержит многочисленные примеры негативного влияния внешних условий на становление личности ребенка и подростка. Особенно чувствительным является подростковый возраст. В этом возрасте расширяется диапазон проблем ребенка – от первой, чаще неразделенной, любви и взаимоотношений конфликтного характера  
с одноклассниками, друзьями, до опасности употребления ПАВ и суицидальных наклонностей.

В настоящее время достаточно подробно рассмотрены проблемы физического насилия в детско-подростковой и детско-родительской среде. Однако проблема (угроза) психологического насилия в школе и семье остается актуальной на сегодняшний день. Поэтому проблема защищенности  
от психологического насилия и повышения психологической культуры в целом приобретает сегодня особую актуальность.

Психологическая безопасность – обстановка в организации, коллективе, семье и других [социальных ячейках](https://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%A1%D0%BE%D1%86%D0%B8%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D1%8F%D1%87%D0%B5%D0%B9%D0%BA%D0%B0&action=edit&redlink=1), позволяющая членам группы действовать,  
не опасаясь негативных последствий, связанных с самооценкой, статусом  
или карьерой.[1].

[Психологическая](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F) [безопасность](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D0%B5%D0%B7%D0%BE%D0%BF%D0%B0%D1%81%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C) может быть также определена  
как возможность группы действовать без [межличностных рисков](https://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%9C%D0%B5%D0%B6%D0%BB%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D1%80%D0%B8%D1%81%D0%BA&action=edit&redlink=1)[2].  
В психологически безопасных группах люди чувствуют себя оцененными  
по достоинству и уважаемыми. Результаты исследований показывают,  
что психологическая безопасность есть наиболее важное условие для развития [групповой динамики](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D1%80%D1%83%D0%BF%D0%BF%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D1%8F_%D0%B4%D0%B8%D0%BD%D0%B0%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0) и командного обучения[3].

В современных условиях становится все более очевидным, что вопросы, связанные с психологической безопасностью, имеют государственное значение. Неизбежным последствием экстремальных ситуаций является разрушение базовой потребности человека (потребности в безопасности), нарушение стабильности картины мира. Важную роль в обеспечении психологической безопасности играет образование. Особенности образовательной среды определяют значимость и специфику решения вопросов обеспечения безопасности детства и формирование безопасного поведения. Поэтому, образовательное пространство в школе и вне ее (во время каникул) должно обеспечивать не только решение образовательных задач, но и удовлетворение вышеназванной базисной потребности в безопасности. Психологическая профилактика является одним из приоритетных направлений работы психологической службы школы для решения таких задач, как:

– развитие коммуникативных навыков во взаимодействии;

– формирование навыков стрессоустойчивого поведения;

– формирование навыков бесконфликтного поведения (или навыков выхода из конфликта);

– навыков безопасного поведения.

Согласно Марчук Н.Ю., культура здорового и безопасного образа жизни  
не дается человеку изначально, а является результатом его обучения, воспитания и саморазвития. Чтобы жить в современной, порой агрессивной по отношению  
к человеку, социоприродной среде и сохранить здоровье, необходимо иметь сформированную систему навыков поведения. Для этого в процессе образования необходимо сосредоточиться на решении проблемы поиска педагогических условий и средств, которые позволят сделать ответственное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осмысленным и привлекательным,  
а потребность в безопасном поведении – насущной и актуальной для каждого ребенка.

В формировании безопасного поведения необходимо не только сосредоточиться на предотвращении неприятностей, но в большей степени  
на развитии личностных характеристик, определяющих благополучие личности: оптимизм, честность, навыки партнерства, надежность, настойчивость, храбрость, способность вникать в суть происходящего, анализировать ситуацию, критически мыслить.

Для воспитания у детей и подростков таких характеристик необходимо научить обучающихся понимать себя, вникать в суть происходящих явлений  
и гибко реагировать на вызовы среды.

Современное образование, к сожалению, сосредотачивается на негативном опыте, либо обтекаемо касается проблемных моментов. В последние годы, сосредотачиваясь на развитии толерантного поведения, мы упускаем из виду такие понятия как, взаимопомощь, умение радоваться за другого, гордиться  
не только своими достижениями, но и достижениями того, кто рядом с тобой. Формируя морально-нравственную сферу ребенка, обучая его сострадать  
и не обучая радоваться и быть счастливым, можно не добиться необходимого результата как гармоничного развития личности. Большинству современных людей чувство настоящей опасности незнакомо, как и ощущение свободы  
из-за вечной перегрузки эмоциональной сферы негативными переживаниями.

Обобщая вышесказанное, можно описать психологическую модель безопасного поведения, которая включает в себя:

1) идентификацию опасности;

2) принятие решения в ситуации опасности;

3) формирование реагирования в определенной ситуации.

Кроме того, анализ существующих подходов к безопасности позволяет нам выделить психологические механизмы, формирование и развитие которых обеспечивают ребенку безопасность жизни:

• рефлексия;

• восприятие;

• систематизация знаний об объекте;

• осознание возможных последствий опасного явления и возможностей предупреждения опасности;

• волевая мобилизация;

• автоматизация реакции в опасной ситуации.

Формирование навыка безопасного поведения включает следующие аспекты в учебной и внеучебной деятельности:

• общую теоретическую подготовку к безопасной жизнедеятельности (осмысление общих проблем риска, безопасности, опасности и т.д.);

• формирование предметных умений и навыков (видов деятельности, которые осуществляются не только в безопасных условиях, но и в условиях риска);

• психологическую подготовку к безопасной жизнедеятельности (формирование смелости, решительности, готовности к разумному риску и т.д.);

• развитие качеств личности, необходимых для безопасной жизнедеятельности (проницательности, дальновидности, гуманности, оптимистичности и т.д. как основы безопасности человека и общества).

Развитие у обучающегося навыков безопасного поведения – это процесс  
и результат приобретения им индивидуального опыта, который выражается  
в стабильном изменении поведения, обеспечивающего безопасную жизнедеятельность.

В основе разработки психолого-педагогических технологий профилактической работы по формированию безопасного поведения лежат методические разработки Ю.Б. Гиппенрейтер, И.М. Марковской, К. Фопеля,  
О.В. Хухлаевой и многих других авторов, при этом основной акцент в данных технологиях делается на методы активного обучения, в частности тренинги, ориентированные на формирование конструктивных стратегий преодоления трудностей у подростков. Ценность таких тренингов заключается в обучении способам эффективного взаимодействия. Весь комплекс упражнений ориентирован на формирование стрессоустойчивости, жизнестойкости, эмоционального равновесия. Таким образом, безопасное поведение – это результат не только полученных знаний и усвоенных навыков, но и воспитание личностных характеристик, обеспечивающих человеку безопасную жизнедеятельность.

**Литература:**

1. М.Ф. Александров, О.Е Буланова, М.С. Прудникова «Школа безопасности подростка»
2. О.И. Ефимова, А.И. Тащева, О.Н. Клименко Под ред. Е.Г. Артамоновой. «Формирование безопасного поведения детей и подростков, включая вопросы профилактики безопасности дорожного движения»
3. Н.Ю. Марчук Методические материалы по вопросам формирования навыков безопасного поведения у детей и подростков
4. <https://ru.wikipedia.org/wiki/Википедия>