2. *Vachkov I. V., Derjabo S. D.* Okno v mir treninga. Metodologicheskie osnovy subjektnogo podhoda k gruppovoj rabote: Uchebnoe posobie. SPb.: Rech', 2004. 272 s.
3. *Evtihov O. V.* Trening liderstva: Monografija. SPb.: Rech', 2007. S. 68–69.
4. *Emel'janov Ju. N.* Aktivnoe sotsial'no-psihologicheskoe obuchenie L.: Izd-vo LGU, 1985. S. 4.
5. *Zaharov V. P., Hrjashcheva N. Ju.* Sotsial'no-psihologicheskij trening. L. 1989.
6. *Levanova E. A., Soboleva A. N., Pleshakov V. A., Golynov.* Igra v treninge. Lichnyj pomoshchnik trenera. SPb.: Piter. 2011. S. 9.
7. Makshanov S.I. Psihologija treninga: Teorija. Metodologija. Praktika: Monografija. SPb.: «Obrazovanie», 1997. 238 s.
8. *Melibruda E. M.* Ja — Ty — My: psihologicheskie vozmozhnosti uluchshenija obshchenija. M.: Progress, 1986.
9. *Petrosjan D. S., Fatkina N. P.* Organizatsionnoe povedenie. Novye napravlenija teorii: Uchebnoe posobie / Pod red. prof. A. Rajzberga. M.: INFRA-M, 2011. S. 182.
10. *Pleshakov V. A*. O treninge kak psihologo-pedagogicheskoj tehnologii // Problemy pedagogicheskogo obrazovanija: Sbornik nauchnyh statej. Vyp. 34 / Pod red. V. A. Slastenina, E. A. Levanovoj. M.: MGPU MOSPI, 2009.
11. Psiholgicheskij slovar'. 3-e izd., dop. i pererab. / Avt.-sost. V. N. Koporulina, M. N. Smirnova, N.O. Gordeeva. Rostov n/D: Feniks, 2004. S. 525.
12. Psihologija: Slovar' / Pod obshch. red. A. V. Petrovskogo, M. G. Jaroshevskogo. 2-e izd., isp. i dop. M.: Politizdat, 1990. S. 410.
13. *Sidorenko E. V.* Tehnologija sozdanija treninga ot zamysla k rezul'tatu. SPb.: Rech', 2007. S. 116.
14. *Stefanov Nikola*. Obshchestvennye nauki i sotsial'naja tehnologija. M.: Progress, 1976. 251 s.

***Л. М. Костина***

# СТРАТЕГИЧЕСКИЕ НАПРАВЛЕНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ ДОШКОЛЬНИКА

*Рассматривается понятие психологической безопасности личности и компоненты. Определяются стратегические направления формирования психологической безопасности личности ребенка дошкольного возраста в период перехода его на следующую ступень образования. На научно-методическом уровне обосновывается необходимость формирования профессиональной компетентности будущих специалистов, работающих с семьей и ребенком на этапе дошкольного и начального образования. На практическом уровне предусматривается реализация программ сопровождения семьи и ребенка.*

**Ключевые слова**: психологическая безопасность личности, дошкольный возраст, стратегия формирования.

***L. Kostina***

## Strategic Directions of Developing Psychological Safety of Preschoolers Personalities

*The article discusses the concept of human security and psychological components. A strategic direction for the development psychological security of the preschool child in the period of the transition to the next level of education is suggested. At scientific and methodological level, the need in the development of professional competence of pre-service professionals to the work with the family and the child at the stage of pre-school and primary education is substantiated. At the practical level, programs of family and child support are suggested.*

**Keywords:** psychological security of personality, preschool age, strategy of development.

В настоящее время в научных кругах все большее место занимают исследования, посвященные проблеме психологической безопасности (И. А. Баева, М. Р. Битянова, Н. В. Груздева, Я. А. Коменский, Г. А. Мкртычан, В. И. Панов и др.). При этом она рассматривается в двух ключевых аспектах: как психологическая безопасность *личности* и как безопасность окружающей *среды*.

И. А. Баева отмечает, что в современных исследованиях, посвященных проблемам безопасности, данное понятие имеет различную трактовку. «В одних безопасность — 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 подтверждают, что безопасность направлена на сохранение системы, на обеспечение ее нормального функционирования» [1].

В большинстве современных работ рассматриваются различные личностные характеристики, связанные с безопасностью человека в той или иной ситуации. Достаточно сложно при этом выделить конкретный набор свойств и качеств личности, безусловно обеспечивающих защищенность человека в социуме, хотя можно говорить об индивидуальных особенностях, в большей или меньшей степени гарантирующих адекватное восприятие человеком изменяющихся внешних условий.

Вместе с тем психологизация среды, повышение педагогической и психологической компетентности педагогов и родителей вряд ли приведут к однозначно положительным результатам в развитии психологически нетравмированной личности ребенка без учета его индивидуальных особенностей, личностных свойств и качеств, а также склонностей к проявлению психологической устойчивости и сопротивляемости. Все вышесказанное определяет необходимость рассмотрения *психологической безопасности личности ребенка* в процессе образования.

Существуют несколько трактовок понятия «психологическая безопасность личности». Нередко психологическая безопасность личности рассматривается как отдельная научная отрасль, изучающая закономерности адекватного отражения опасности и конструктивной регуляции поведения с целью сохранения целостности и стабильности человека или группы людей как психологических систем [7]. При такой трактовке данного процесса центральным феноменом становится «внешняя угроза»/«опасная ситуация».

Исследования, проводимые в данном направлении, концентрируют свое внимание на изучении внешних факторов, провоцирующих психологическую незащищенность и травмированность личности ребенка. В таком случае мы можем говорить о том, что мишенью психолого-педагогического воздействия в данном подходе будут так называемые «факторы риска», несущие психологическую опасность физическому и психическому здоровью ребенка. Педагоги, психологи и родители должны сконцентрироваться на выявлении, осмыслении и снижении воздействия подобных факторов. На наш взгляд, это практически нереально сделать. Одна только попытка классифицировать все возможные микро- и макрофакторы, угрожающие психологической безопасности личности, никогда не будет признана учеными полностью удовлетворительной. С другой стороны, подобная окончательная классификация угрозофакторов невозможна и по причинам индивидуальности и «неконстантности» личности. Иными словами, одна и та же ситуация может не только неоднозначно восприниматься разными людьми, но и в различные периоды оцениваться личностью как безопасная/нейтральная/опасная.

В связи с этим возникает необходимость более детального рассмотрения индивидуальных психологических особенностей личности ребенка, способствующих ощущению и проявлению психологической безопасности личности независимо от воздействующих на нее факторов.

В подобном подходе психологическая безопасность личности проявляется как «ее способность сохранять устойчивость в среде с определенными паттернами, в том числе и с психотравмирующими воздействиями, сопротивляемости деструктивным внутренним и внешним воздействиям, и отражается в переживании своей защищенности/незащи-щенности в конкретной жизненной ситуации» [6].

Анализ большого количества научных работ позволил нам выделить компоненты, или показатели психологической безопасности личности:

**1.** Устойчивость личности в среде, в том числе и в психотравмирующий период.

Безопасность понимается как проявление различных материальных и социальных систем сохранять устойчивость при различных отрицательных явлениях (Н. Н. Рыбалкин).

– Умение контролировать себя, управлять своим поведением (Ю. С. Мануйлов);

– Умение управлять своими эмоциями (Ю. С. Мануйлов);

– Уверенность в своих силах, самооценка (Л. И. Божович);

– Направленность личности (Л. И. Божович), направленность на достижение коллективных целей (В. Э. Чудновский);

– Умение устанавливать межличностные отношения (А. Н. Леонтьев).

**2.** Сопротивляемость (жизнестойкость) внешним и внутренним воздействиям.

Безопасность понимается как свойство личности, характеризующее ее защищенность от деструктивных воздействий за счет внутренних ресурсов сопротивляемости (И. А. Баева).

– Удовлетворенность собой, самоуверенность (Л. А. Регуш, Е. В. Рузу);

– Экспрессивность, жизнерадостность (Л. А. Регуш, Е. В. Рузу);

– Эмоциональность, склонность к эмпатии (Л. А. Регуш, Е. В. Рузу);

– Чувство контроля (С. Мадди);

– Вовлеченность (С. Мадди), проявляющаяся в наличии жизненных целей (С. Ионеску);

– Вызов (С. Мадди), наличие представлений о том, как вести себя в той или иной ситуации (С. Ионеску);

– Коммуникативные навыки, общительность (N. Garmezy);

– Наличие позитивного опыта решения проблем (A. S. Masten, K. M. Best, N. Garmezy);

**3.** Переживание защищенности/незащищенности личности.

Безопасность проявляется как переживание индивидом позитивных/негативных психических состояний, отсутствие/наличие беспокойства, тревожности

– Психические состояния (А. О. Прохоров);

– Эмоциональное беспокойство, тревожность (В. Л. Марищук).

**4.** Эффективность деятельности.

Психологическая безопасность рассматривается через показатель эффективности деятельности, в которую личность включена (И. А. Баева).

Представленные компоненты психологической безопасности личности требуют отдельного научного изучения, выявления их возрастной динамики, взаимосвязи и индивидуальных особенностей проявления. Вместе с тем уже сейчас встречаются работы, прямо указывающие на необходимость как можно более раннего формирования у ребенка таких особенностей личности и форм поведения, которые позволят ему сохранить свое «Я», социализироваться, приспособиться, а в некоторых случаях и защититься от негативного внешнего воздействия.

Таким образом, перед современными родителями, педагогами и учеными встает вопрос об оптимальных способах формирования (развития, сохранения) психологической безопасности личности ребенка.

В своем исследовании мы предприняли попытку определить стратегические направления формирования психологической безопасности личности ребенка дошкольного возраста в период перехода его на следующую ступень образования. Подобные стратегические направления предусматривают два взаимосвязанных уровня: научно-методический и практический.

Остановимся подробнее на рассмотрении каждого из предложенных уровней.

**Научно-методический уровень** стратегии предполагает формирование профессиональной компетентности будущих специалистов, работающих с семьей и ребенком на этапе дошкольного и начального образования, с учетом последних научных достижений.

С введением в систему высшего профессионального образования федеральных государственных образовательных стандартов третьего поколения появилось новое направление подготовки будущих специалистов — «Психолого-педагогическое направление». Оно объединяет требования к усвоению единой базовой части педагогами дошкольного и начального образования, а также практическими психологами. Данный стандарт поддерживает современную тенденцию к максимальному «вооружению» педагогов психологическими знаниями, инструментарием и технологиями психолого-педагогической поддержки семьи и ребенка на различных ступенях образования. Мы считаем подобную тенденцию актуальной и адекватной современной ситуации в связи с сокращениями ставок психологов в образовательных учреждениях. Мы считаем целесообразным разработку и включение в программы подготовки педагогов дошкольного и начального образования (педагогическое образование) и семейных психологов (психолого-педагогическое образование) дисциплины «Технологии обеспечения психологической безопасности личности ребенка» и «Семейная игровая терапия». Последняя дисциплина рассматривается как необходимая для освоения студентами, так как данный метод является одним из наиболее эффективных в психолого-педагогической работе с семьей и ребенком в адаптационный период [2].

**Практический уровень** стратегии формирования психологической безопасности личности дошкольника в период перехода его на следующую ступень образования предусматривает реализацию программ сопровождения семьи и ребенка.

В настоящее время модернизация системы образования, в том числе проект «Наша новая школа», определяет ориентацию на усиление государственно-общественного характера образования, что в первую очередь касается сотрудничества образовательных учреждений с родителями воспитанников. Намеченная тенденция предусматривает включение психологом и педагогом родителей в процесс психолого-педагогической помощи ребенку. В связи с этим возникает вопрос о формах подобного сотрудничества, которые мы и рассмотрим более подробно на примере взаимодействия с родителями при организации и проведении игровой терапии с ребенком-дошкольником.

Работа с ребенком предполагает формирование у него психологической устойчивости посредством использования авторского метода интегративной игровой терапии. Данный метод подробно изложен в авторских статьях (например, в работе [4] и в монографиях (например, в литературе [3].

В практике игровой терапии находит применение принцип психологической коррекции, отражающий необходимость активного привлечения ближайшего окружения [5].

Для повышения эффективности игровой терапии, проводимой с детьми, могут быть использованы следующие способы вовлечения семьи в психокоррекционный процесс:

1. Групповые занятия (тренинги), направленные на изменение эмоционального аспекта семейного взаимодействия;

2. Консультации, предусматривающие расширение психолого-педагогической компетентности семьи в вопросах воспитания и развития ребенка;

3. Родительские группы, имеющие целью объединение родителей по признаку общности проблем для обмена опытом и эмоциональной поддержки;

4. Фиксация внешних поведенческих изменений у ребенка в процессе игровой терапии, где предлагается ряд параметров, по которым родители могут выявить происходящие психологические изменения и определить готовность ребенка к завершению процесса игровой терапии.

5. Наблюдение за ребенком родителями (дневник наблюдений), где родителям предлагается наблюдение за изменениями, происходящими с ребенком;

6. Анализ родителями эффективности процесса игротерапии, проводимой психологом. Перед родителями часто возникает вопрос об эффективности игровой терапии, проводимой психологом, особенно при отсутствии видимых результатов. В подобных случаях родители вместе с психологом могут провести анализ и оценить эффективность работы по конкретным показателям.

7. Терапия детско-родительских отношений, выступающая как часть или как отдельный специально организованный процесс взаимодействия родителей с ребенком в рамках интегративной игровой терапии.

Таким образом, обозначенные современные тенденции позволяют говорить о необходимости детальной разработки, конкретизации и дальнейшей реализации стратегических направлений формирования психологической безопасности личности ребенка в период его перехода на следующую ступень образования.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Баева И. А., Петросянц В. Р.* Психологическая безопасность и проблема насилия в образовании [Электронный ресурс] // Режим доступа: http://nrcnn.ru/lang/activity.html?id=150 (Дата обращения: 09.06.12)

2. *Костина Л. М.* Адаптация первоклассников к школе путем снижения уровня их тревожности // Вопросы психологии. 2004. № 1. С. 134–142

3. *Костина Л. М.* Интергративная игровая терапия. М.: Изд-во Московского университета, 2003. 96 с.

4. *Костина Л. М.* Основные черты концепции интегративной игровой коррекции // Интеграция образования. 2004. № 1. С. 131–135.

5. *Осипова А. А.* Общая психокоррекция. М.: Сфера, 2002. 510 с.

6. Психология безопасности как основа гуманитарных технологий в социальном взаимодействии: Научно-методические материалы / Под ред. И. А. Баевой. СПб.: ООО «Книжный дом», 2008. С. 19.

7. *Соломин В. П., Михайлов Л. А., Маликова Т. В., Шатровой О. В.* Психологическая безопасность: Учебное пособие. М.: Дрофа, 2008. 284 с.

## REFERENCES

1. *Baeva I. A., Petrosjants V. R.* Psihologicheskaja bezopasnost' i problema nasilija v obrazovanii [Elektronnyj resurs] // Rezhim dostupa: http://nrcnn.ru/lang/activity.html?id=150 (Data obrashchenija: 09.06.12)

2. *Kostina L. M.* Adaptatsija pervoklassnikov k shkole putem snizhenija urovnja ih trevozhnosti // Voprosy psihologii. 2004. № 1. S. 134–142.

3. *Kostina L. M.* Intergrativnaja igrovaja terapija. M.: Izd-vo Moskovskogo universiteta, 2003. 96 s.

4. *Kostina L. M.* Osnovnye cherty kontseptsii integrativnoj igrovoj korrektsii // Integratsija obrazovanija. 2004. № 1. S. 131–135.

5. *Osipova A. A.* Obshchaja psihokorrektsija. M.: Sfera, 2002. 510 s.

6. Psihologija bezopasnosti kak osnova gumanitarnyh tehnologij v sotsial'nom vzaimodejstvii: Nauchno-metodicheskie materialy / Pod red. I. A. Baevoj. SPb.: OOO «Knizhnyj dom», 2008. S. 19.
7. *Solomin V. P., Mihajlov L. A., Malikova T. V., Shatrovoj O. V.* Psihologicheskaja bezopasnost': Uchebnoe posobie. M.: Drofa, 2008. 284 s.

***Е. А. Трифонова***

# АДАПТАЦИОННЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ЛИЧНОСТИ И ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЙ РИСК: ПРОБЛЕМА КОПИНГ-КОМПЕТЕНТНОСТИ

Исследование выполнено при поддержке Российского гуманитарного научного фонда, проект 13-36-01288а2.

*В статье рассматриваются теоретические подходы и современные эмпирические исследования стресса, копинг-поведения, ресурсов совладания и копинг-компетентности в контексте проблемы соматического здоровья.*

**Ключевые слова:** адаптация, личность, стресс, копинг, копинг-компетентность, психосоматические расстройства, профилактика.

***E. Trifonova***

**Adaptive Potential and Psychosomatic Risk: The Coping Competence Problem**

*The article reviews theoretical approaches and contemporary empirical studies of stress, coping, coping resources and coping competence in the context of physical health problem.*

**Keywords:** adaptation, personality, stress, coping, coping competence, psychosomatic disorders, disease prevention.

В настоящее время повышение эффективности профилактики хронических неинфекционных заболеваний признается одной из наиболее важных задач здравоохранения, что связано, в первую очередь, с их стабильно высокой значимостью в структуре заболеваемости и смертности, с глобальными социально-экономическими последствиями [56]. Известной особенностью этой группы расстройств считается принципиальное значение в формировании их риска поведенческих факторов: курения, употребления алкоголя, «нездорового» питания, малоподвижного образа жизни и т. д. [12]. В рамках психосоматического подхода описываются менее очевидные психологические характеристики, предрасполагающих к развитию заболеваний: особенностей эмоционального реагирования, содержания внутриличностных конфликтов, черт характера и т. д. [8]. Следует отметить, что попытки эмпирической верификации психологических факторов риска неинфекционных соматических заболеваний приводят к противоречивым результатам, и лишь немногие из предложенных психологических конструктов подтверждают свою прогностическую ценность. Среди них традиционно наиболее обоснованным является (психический) стресс.

## Стресс, копинг и психосоматический риск

Как известно, понятие «стресс» было введено в 30-е годы XX века канадским исследователем Г. Селье, который впервые описал физиологические и психофизиоло-