

Минневалеева Анна Ивановна

педагог-психолог

МБОУ «Гимназия №3»

г. Казань, Республика Татарстан

ШКОЛА КАК ПРОСТРАНСТВО БЕЗОПАСНОСТИ И ДОВЕРИЯ

Аннотация: *статье рассматривается проблема формирования психологически безопасной и доверительной образовательной среды в школе как условия полноценного развития и обучения ребёнка. Подчёркивается необходимость создания в школе атмосферы, в которой ребёнок может ошибаться, задавать вопросы и не опасаться осуждения; акцентируется внимание не только на физической, но и на эмоциональной безопасности личности, наиболее уязвимой при психологическом насилии.*

Ключевые слова: *притча, безопасность, агрессия, понимание, неконструктивные утверждения, конструктивные утверждения.*

Притча о воде: два подхода к управлению кризисом.

В одном восточном государстве разразилась тяжёлая засуха. Правитель, боясь голода, издал указ: поливать участки можно только два дня в неделю, за нарушение – суровое наказание. Едва стемнело, перепуганные жители бросились спасать огороды. К утру вода катастрофически сократилась. Разъярённый правитель велел тайной службе казнить нарушителей. Но ночью люди снова вышли поливать, выставив часовых. Кризис стал неуправляемым.

В соседнем государстве случилась та же засуха. Но правитель созвал горожан на площади, честно рассказал, что вода на исходе, и предложил вместе искать выход. Разговор был горячим, едва не дошло до драки. Но люди сами решили ограничить полив двумя днями в неделю. Поскольку правило родилось в обсуждении, его соблюдали осознанно. Кризис миновал.

О чём эта притча? Она показывает разницу между управлением через страх и через общее понимание. Когда люди принимают решение сами, они отвечают

за него по-настоящему. Точно так же в школе: правила, спущенные «сверху» без объяснения, вызывают сопротивление, а принятые вместе – соблюдаются.

Обсуждение и цель занятия.

Безопасность – одна из базовых потребностей человека. Для ребёнка она особенно важна: если он не чувствует себя защищённым в семье и школе, ему трудно учиться и развиваться. Главная задача школы – создавать психологически безопасную среду, где ребёнок может ошибаться, задавать вопросы и не бояться осуждения. Безопасность нужна не только телу, но и внутреннему миру – именно эмоциональная сторона личности чаще страдает от психологического насилия.

Упражнение «Геометрический рисунок».

Одному из участников дают лист с рисунком из геометрических фигур. Он садится спиной к группе и устно описывает изображение. Группа должна нарисовать то же, опираясь только на слова рассказчика. Задавать вопросы нельзя.

Когда рисунки готовы, участники сравнивают с оригиналом – обычно результаты сильно отличаются. Затем рассказчик поворачивается лицом к группе и описывает новый рисунок, теперь отвечая на вопросы. Результаты второго раунда ближе к эталону.

Вопросы для обсуждения.

- В каком случае было проще?
- Что мешало пониманию в первом раунде?
- В чём психологический смысл упражнения?

Вывод: мы часто думаем, что нас поняли, просто потому что мы что-то сказали. Но понимание – не автоматический процесс. Важно проверять, как тебя поняли: задавать вопросы, уточнять, просить повторить своими словами.

Откуда берётся детская агрессивность.

Агрессивное поведение ребёнка нередко становится реакцией на небезопасную среду. Среди провоцирующих факторов:

- физическое насилие (побои);
- насмешки, издевательства, злые шутки;
- ситуации незаслуженного стыда;

- ложь со стороны взрослых;
- алкоголизация родителей и сцены хаоса;
- двойные стандарты в воспитании;
- отсутствие родительского авторитета;
- неравное отношение к детям в семье;
- недоверие к ребёнку;
- конфликты между родителями, в которые втягивают ребёнка;
- дефицит общения с родителями;
- гиперопека и мелочный контроль;
- эмоциональная отстранённость родителей;
- ощущение, что его не любят.

Агрессия ребёнка – чаще сигнал о боли и небезопасности, а не «злой умысел».

Упражнение «Руки»

Психолог просит соединить ладони на уровне груди и надавить правой ладонью на левую. Левая рука почти всегда начинает бессознательно сопротивляться, хотя такой инструкции не было.

Вопросы для рефлексии:

- Какие ощущения вы испытали?
- Почему рука сопротивляется без осознанного решения?

Упражнение демонстрирует автоматические защитные реакции: когда на нас давят, тело стремится сохранить границы. Тот же механизм работает в общении – давление вызывает сопротивление.

Упражнение «Другими словами»

Цель – научиться замечать неконструктивные формулировки и заменять их на более мягкие. Фразы «Ты должен...», «Это твоя обязанность...», «С тобой невозможно разговаривать...» мгновенно создают барьеры в общении.

Участникам раздают карточки с конфликтными высказываниями и просят перефразировать, сохранив смысл, но убрав обвинение. Например: «Ты должен принести мне книгу» → «Мне было бы удобно, если бы ты принёс книгу».

- «Он должен заботиться обо мне» («Мне важно чувствовать его заботу»).
- «Ты ни разу для меня ничего не сделала!» («Мне не хватает твоей поддержки»).
- «Меня обидели!» («Мне стало очень обидно»).
- «Меня заставили» («Я не смог уверенно отказаться»).
- «Он меня унизил» («Его слова сильно меня задели»).
- «Прекрати меня злить!» («Я начинаю злиться, мне нужно время»).

Обсуждение: насколько легко было подбирать формулировки? В конфликте первое, что хочется сказать, – обвинение. Перефразирование требует паузы и внимания к чувствам, но снижает напряжение и открывает путь к диалогу.

Умение прощать – ключевой ресурс для разрешения конфликтов. Прощение – решение самого человека, не зависящее от другой стороны.

Притча о солнце и ветре.

Солнце и ветер поспорили, кто сильнее. На дороге появился путник в плаще, и они договорились: кто заставит его снять плащ, тот и победит.

Ветер дул всё сильнее, но человек лишь плотнее закутывался и ускорял шаг. Собрав все силы, ветер ударил мощным порывом – путник только крепче запахнулся.

Пришла очередь солнца. «Я поступлю иначе», – сказала оно. Солнце стало мягко пригревать путника. Он расслабился, расстегнул плащ, а когда стало жарко – снял его совсем. Солнце победило, не применяя силы, а даря тепло.

Пусть и в ваших трудных ситуациях главным инструментом в преодолении конфликтов будет доброжелательность и уважение. Спасибо за работу!

Список литературы

1. Базга О.М. Тренинг для учителей «Конфликты и способы решения» / О. М. Базга // Открытый урок «Первое сентября»: фестиваль педагогических идей. – URL: <https://urok.1sept.ru/publication/130121> (дата обращения: 23.09.2026).
2. Авидон И. Тренинги взаимодействия в конфликте / И. Авидон, О. Гончукова. – СПб.: Речь, 2008.
3. Фопель К. Групповая сплоченность / К. Фопель. – М.: Генезис, 2010.

4. Эзоп. Басня «Северный ветер и Солнце» / Эзоп; пер. К. Ушинского.