

Психологическая безопасность в школе

Оптимальный уровень
психологической безопасности
среды:

**переживание положительных
эмоций, принятия и поддержки**



**основа для успешных и продуктивных
действий человека на работе, в школе,
конструктивных взаимоотношений с
окружающими и многих других проявлений
насыщенной и интересной жизни человека.**

Что такое психологическая безопасность?

Безопасность как условие нормального развития личности человека, — состояние, при котором человеку **не угрожает** посягательство на его существование и развитие, а также состояние защищенности жизненно важных интересов личности от внутренних и внешних угроз.

Другими словами, человек чувствует себя в **безопасности** в том случае, если ситуация безопасна объективно, а также у него есть личное представление об отсутствии угрозы.



На практике психологическая безопасность ощущается как:

- эмоциональный комфорт;
- возможность высказать свою точку зрения;
- уважительное отношение к себе;
- сохранение личного достоинства;
- возможность обратиться за помощью;
- учет личных проблем и затруднений;
- внимание к просьбам и предложениям;

Психологическая безопасность образовательной среды (школы) - состояние, при котором всеми участниками образовательного процесса (учащиеся, педагоги) обеспечивается:

- 1) комплексная системная защита каждого человека, как обучающегося, так и работающего или контактирующего со школой в рамках совместной деятельности или взаимовыгодных отношений;
- 2) надежность функционирования и устойчивость развития школы;
- 3) защита ценностей, норм школы, достоинства обучающихся и сотрудников;
- 4) защита от любых видов психологического насилия.

Психологическая безопасность
предполагает:

1. развитую психологическую культуру общающихся;
2. значимость и ценность среды, в которой происходит общение;
3. отсутствие психологического насилия.

Психологическая культура выражается:

- во внимательности к людям;
- в психологической проницательности; чуткости, умении сопереживать;
- в эмоциональной стабильности;
- в отзывчивости, доброжелательности, чувстве юмора;
- в способности противостоять внешнему деструктивному (разрушающему) влиянию;
- в настойчивости, в утверждении нравственных ценностей и отстаивании нравственных принципов;
- в умении общаться с разными людьми.

Буллинг - психологический террор (насмешки, оскорбления), избиение, травля, повторяющаяся агрессия по отношению к определенному человеку, включающая в себя принуждение и злоупотребление.

Что делать, если Ты не чувствуешь себя в безопасности в твоей школе?

Если над тобой насмеваются другие школьники или ущемляют твои права?

Что делать, если ты стал жертвой притеснения (буллинга)?

1. Обязательно расскажи кому-то из взрослых о сложившейся ситуации;
2. Не стесняйся просить о помощи;
3. Не отвечай агрессией на агрессию, так как это только ухудшит ситуацию;
4. Не соглашайся разобратся с обидчиком один на один, после уроков;
5. Не смиряйся с участью жертвы, старайся привлечь на свою сторону друзей и их поддержку, так будет проще справиться с ситуацией притеснения.

Что делать, если ты стал свидетелем притеснения (буллинга)?

Если в твоём классе кого-то постоянно обижают, то ты можешь объединиться с друзьями и заступиться за него вместе со всеми!

Не бойся заступиться за одноклассника, если считаешь, что его унижают. Помни, все могут быть в трудной ситуации, и стоит поддержать друг друга.

Если ты хочешь помочь, то решай конфликт словами, не пытайся решить конфликт дракой.

Ситуация притеснения (буллинга) может иметь очень тяжёлые последствия для жертвы, но не обойдет стороной и всех его участников.

Поэтому крайне важно поставить в известность о происходящем взрослых

- классного руководителя, родителей.

Помни о том, что никто не имеет права тебя унижать и обижать!

Ты вправе иметь собственное мнение!

Рассказать о случившемся и обратиться за помощью ты можешь к психологу школы, а так же по телефонам:

* Телефон доверия для детей и подростков

*** 8 (4212) 30-50-60 , круглосуточно.**

* Общероссийский детский телефон доверия

*** 8-800-2000-122, круглосуточно**

или близкими
людьми



СИТУАЦИЯ

ИМАЕТ

ПОЗВОНИ!

ТЕБЯ УСЛЫШАТ И ПОМОГУТ!



8-800-2000-122

ЕДИНЫЙ ДЕТСКИЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ

круглосуточно
бесплатно
анонимно



30-70-92

круглосуточно
бесплатно
анонимно

30-71-71

ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ



30-23-01

будние дни с 9.00 – 18.00

«ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ» УПОЛНОМОЧЕННОГО
ПО ПРАВАМ РЕБЕНКА В ХАБАРОВСКОМ КРАЕ

32-46-27

будние дни с 9.00 – 18.00

МАУ «ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ»
(Федотова Ирина Евгеньевна,
Кисина Екатерина Валерьевна)

