УДК 378

Соколова Т.О.,
студент
5 курс, кафедра «Социальной педагогики и психологии»
Иркутский государственный университет,
Россия, г. Иркутск

ПЕРВИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО НЕБЛАГОПОЛУЧИЯ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Аннотация. *Статья посвящена эмоциональной напряженности, школьной тревожности и агрессивном проявлении возникающему у части детей уже в первые годы обучения, тогда как штатных психологов в школах недостаточно для постоянной работы с классом. Цель – обосновать организационные и содержательные условия, при которых первичная профилактика психологического неблагополучия у младших школьников становится регулярной частью образовательного процесса; применены сравнительный, статический и формально-юридический методы. Установлено, что фактическая нагрузка на одного школьного педагога-психолога превышает примерный штатный норматив примерно в 1,7 раза, что ограничивает переход от индивидуальной помощи к работе с учебной группой. Сопоставление позиций авторов показало согласие в групповой адресации профилактики и расхождение в выборе точке приложения усилий – класс, семья или школьная среда. Предложены закрепление профилактического занятия в программе начального общего образования, разделение функций между классным руководителем и педагогом-психологом, а также ежегодная оценка климата класса по фиксированным характеристикам. Выводы применимы при планировании работы психологических служб и повышении квалификации учителей начальных классов.*

Ключевые слова: *первичная профилактика, психологическое неблагополучие, младшие школьники, школьная тревожность, психологическая служба образования, педагог-психолог, климат класса.*

PRIMARY PREVENTION OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING ISSUES IN YOUNGER SCHOOLCHILDREN

Annotation. *Emotional tension, school anxiety and aggressive behaviour appear in some children during the first school years, while the number of school psychologists is too small for continuous work with a whole class. The aim is to justify the organisational and substantive conditions that make primary prevention of psychological ill-being among primary school children a regular part of schooling; comparative, statistical and formal legal methods are applied. The actual caseload per school psychologist exceeds the recommended staffing ratio by about 1.7 times, which limits the shift from individual help towards work with the learning group. Authors agree that prevention should address the group, but differ in choosing its focus – the class, the family or the school environment. A weekly preventive lesson within the primary education programme, a division of duties between the class teacher and the psychologist, and an annual assessment of class climate are proposed.*

Keywords: *primary prevention, psychological ill-being, primary school children, school anxiety, school psychological service, educational psychologist, class climate.*

Начальная школа остается тем звеном общего образования, где эмоциональное напряжение ребенка чаще всего замечают уже после того, как оно проявилось в снижении успеваемости, конфликтах со сверстниками или отказе идти на занятия.

Часть 1 статьи 42 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ закрепляет, что помощь «оказывается детям, испытывающим трудности в

освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации» [9].

Работа со всем классом до появления таких трудностей нормой прямо не подписано. В 2025/26 учебном году в школах числилось 33,4 тыс. штатных педагогов-психологов [4].

На одного школьного специалиста в 2025 году приходился в среднем 501 обучающийся [10].

Мартынникова И.С., Игнатович С.С. и Игнатович В.К. связывают агрессивное поведение младших школьников с совокупностью психологических и социальных причин [3], тогда как Приступа Е.Н. с соавторами переносят внимание на поддержку семьи [7].

Обзор публикаций о травле и интернет травле фиксирует эти явления в школах практически всех стран не зависимо от их экономического и социально-политического развития [5].

Трехуровневая модель психопрофилактики относит к первому уровню всех детей, в том числе тех, у кого признаков нарушения не обнаружено [6, с. 80-81]. Согласия по вопросу о том, кто ведет такую работу в начальных классах и за счет какого времени, в названных работах нет. Не определены и характеристики, по которым результат профилактики оценивается до появления жалоб. Этот пробел удерживает первичную профилактику в статусе необязательной части воспитательной работы. Цель статьи – обосновать организационные и содержательные условия, при которых первичная профилактика психологического неблагополучия у младших школьников становится регулярной частью образовательного процесса.

Психологическое неблагополучие младшего школьника и уровни профилактики

Психологическое неблагополучие в младшем школьном возрасте описывается через устойчивые негативные переживания ребенка, закрепляющиеся в поведении и отношениях со сверстниками. Трехуровневая модель психопрофилактики, изложенная в практической психологии

образования под редакцией Дубровиной И.В., относит к первому уровню всех детей [6, с. 80-81]. Первичная профилактика по этой модели адресована классу целиком.

Концепция развития психологической службы в системе общего образования и среднего профессионального образования, утвержденная Министром просвещения Российской Федерации 20.05.2022 № СК-7/07вн, «определяет цели, задачи, принципы, основные направления и механизмы реализации государственной политики» в этой сфере и сопровождается планом мероприятий на 2022-2025 годы [1].

Мартынникова И.С., Игнатович С.С. и Игнатович В.К. объясняют агрессивные проявления младших школьников совместным действием психологических и социальных причин [3]. Приступа Е.Н., Янушкевич О.И. и Игнатович В.К. рассматривают социально-педагогическую поддержку семьи как отдельное условие благополучия ребенка [7]. Обзор исследований травли и интернет травли показывает распространенность этих явлений в школах стран с разным уровнем экономического развития [5]. Три позиции совпадают в том, что источник не благополучия лежит в отношениях ребенка с окружением, и расходятся в выборе точке приложения усилий – класс, семья или школьная среда в целом.

Часть 1 статьи 42 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ адресует психолого-педагогическую, медицинскую и социальную помощь детям с уже возникшими трудностями в освоении программ, развитии и социальной адаптации [9]. Дети без таких признаков в круге получателей помощи прямо не названы.

Разрыв между уровнем профилактики и кругом получателей помощи объясняет, почему работа с классом до появления жалоб ведется по инициативе школы. Полагаем, что первичная профилактика в начальных классах нуждается в собственном описании результата, отличном от снятия выявленных трудностей. Без такого описания оценка работы психологической службы сводится к числу проведенных мероприятий.

Действующие меры, их ограничения и направления совершенствования

Апробированная модель психолого-педагогического сопровождения младших школьников строилось на допущении, что целенаправленное психолого-педагогическое сопровождение способствует снижению агрессивности и повышению уровня социально-психологической адаптации [2]. По итогам апробации зафиксированы снижение агрессивных проявлений и тревожности, овладение техниками саморегуляции и навыками конструктивного общения [2]. Устойчивость результата авторы связывают с созданием безопасной эмоционально благоприятной образовательной среды [2]. Причины агрессивного поведения в тех же классах описаны как совокупность психологических и социальных обстоятельств, включая влияние цифровизации [3].Работы совпадают в групповой адресации профилактики и расходятся в границах воздействия: объяснение причин выходит за пределы школы, тогда как программа сопровождения действует внутри неё.

Результаты апробации подтверждают действие конкретной методики, а не готовность школы вести такую работу ежегодно. Перенос программы в расписание требует часов внеурочной деятельности и подготовки классных руководителей.

Пункт 1 части 2 статьи 42 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ относит к психолого-педагогической помощи «психолого-педагогическое консультирование обучающихся, их родителей (законных представителей) и педагогических работников» [9]. Норма не ограничивает консультирование случаями выявленных трудностей, что позволяет включать родителей первоклассников в профилактическую работу с начала обучения. Приступа Е.Н. с соавторами показывают, что поддержка семьи меняет условия развития ребенка сильнее, чем отдельные школьные мероприятия [7]. Распространенность травли и интернет травли в школах разных стран подтверждает, что родительская часть профилактики не может ограничиваться реагированием на отдельные случаи [5].

Регулярное консультирование родителей всех начальных классов расширяет охват профилактики без увеличения числа индивидуальных случаев в работе педагога-психолога.

Предлагаются три решения, связанных с названными ограничениями: - закрепление в основной образовательной программе начального обзего образования еженедельного занятия по саморегуляции и правилам взаимодействия в классе, которое ведет классный руководитель при методическом сопровождении педагога-психолога; - разделение функций, при котором наблюдение за климатом класса закрепляется за учителем, диагностика консультирование родителей остаются за педагогом-психологом; - ежегодная оценка климата класса по фиксированным характеристикам в начале и конце учебного года с включением результатов в отчет психологической службы школы. Механизм действия первых двух решений состоит в переносе массовой части работы на учителя, что снижает зависимость охвата от числа штатных психологов. Третье решение требует проверки: перечень характеристик климата класса и порядок их измерения в действующих методических рекомендациях не закреплены [8].

Если расчет одной должности на 300 обучающихся приобретет обязательный характер и получит региональное финансирование, нагрузка на школьного педагога-психолога сократится более чем на треть от уровня 2025 года. При сохранении рекомендательного статуса норматива охват первичной профилактикой будет определяться распределением обязанностей внутри школы.

Первичная профилактика психологического неблагополучия у младших школьников адресована классу целиком, тогда как норма о психолого-педагогической помощи описывает получателей через уже возникшие трудности. Кадровая обеспеченность школ ниже примерного штатного норматива, и превышение нагрузки сохраняется на всех уровнях образования, наиболее заметно в организациях среднего профессионального образования. Апробированные программы сопровождения дают снижение агрессивности и

тревожности, однако их результат получен в условиях специально организованной работы. Позиции авторов согласуются в групповой адресации профилактики и расходятся в том, где расположена главная точка приложения усилий. Расхождение снимается распределением ролей между учителем, педагогом-психологом и родителями.

Практическое значение выводов состоит в том, что охват профилактикой можно увеличить без пропорционального роста штата, если массовая часть работы закрепляется за классным руководителем, а специалист отвечает за методику, диагностику и консультирование. Выводы о нагрузке относятся к средним показателям по уровням образования и не описывают положение в отдельной школе. Предложенная ежегодная оценка климата класса сформулирована как направление, требующее проверки на практике.

Дальнейшая работа связана с определением измеримых характеристик климата класса и с оценкой того, как загруженность педагога-психолога влияет на охват первичной профилактикой в начальных классах.

Использованные источники:

1. Концепция развития психологической службы в системе общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2025 года (утв. Министром просвещения Российской Федерации 20.05.2022 № СК-7/07вн). URL: https://gppc.ru/wp-content/uploads/2022/10/23.kontsieptsi_20.05.2022.pdf (дата обращения: 21.09.2026).

2. Мартынникова И.С. Профилактика агрессивного поведения младших школьников: результаты апробации и перспективы внедрения комплексной модели психолого-педагогического сопровождения // Педагогика: история, перспективы. 2026. URL: https://dpo-journal.ru/index.php/pvsz/article/view/407 (дата обращения: 21.09.2026).

3. Мартынникова И.С., Игнатович С.С., Игнатович В.К. Психологические и социальные причины агрессивного поведения у младших

школьников // Педагогика: история, перспективы. 2025. Т. 8. № 4. С. 14–25. URL: https://www.elibrary.ru/item.asp?id=82899049 (дата обращения: 21.09.2026).

4. Минпросвещения установит нормативы по количеству психологов в школах // Коммерсантъ. URL: https://www.kommersant.ru/doc/8940445 (дата обращения: 21.09.2026).

5. Москаленко. Буллинг и кибербуллинг у детей и подростков: признаки, виды, формы, профилактика (обзор литературы) // Обозрение психиатрии и медицинской психологии имени В.М. Бехтерева. 2025. URL: https://www.bekhterevreview.com/jour/article/view/1128/0 (дата обращения: 21.09.2026).

6. Практическая психология образования / под ред. И.В. Дубровиной. СПб., 2006. С. 80–81.

7. Приступа Е.Н., Янушкевич О.И., Игнатович В.К. К вопросу о социально-педагогической поддержке семьи в современной ситуации жизни нашего общества // Педагогика: история, перспективы. 2023. № 1–2. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-o-sotsialno-pedagogicheskoy-podderzhke-semi-v-sovremennoy-situatsii-zhizni-nashego-obschestva (дата обращения: 21.09.2026).

8. Распоряжение Министерства просвещения Российской Федерации от 28.12.2020 № Р-193 «Об утверждении методических рекомендаций по системе функционирования психологических служб в общеобразовательных организациях». URL: https://base.garant.ru/400450873/ (дата обращения: 21.09.2026).

9. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/ (дата обращения: 21.09.2026).

10. Число педагогов-психологов в школах увеличилось на 16% за последние пять лет // Ведомости. URL:

https://www.vedomosti.ru/society/articles/2026/04/10/1189543-chislo-pedagogov-psihologov-uvelichilos (дата обращения: 21.09.2026).