

**Цюман Т.П.,**

кандидат педагогічних наук,  
доцент кафедри психології особистості та соціальних практик  
Київського університету імені Бориса Грінченка  
t.tsiuman@kubg.edu.ua

ORCID iD 0000-0002-2363-938X

**Нагула О.Л.,**

експерт Всеукраїнської благодійної організації  
«Український фонд «Благополуччя дітей»»,  
практикуючий психолог, кандидат психологічних наук  
psysferakiev@gmail.com

ORCID iD 0000-0003-0195-022X

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ СУПРОВІД ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК  
БЕЗПЕЧНОЇ ПОВЕДІНКИ ДИТИНИ (НА ПРИКЛАДІ ОНЛАЙН КУРСУ  
ДЛЯ РОБОТИ З ДІТЬМИ «Я ВМІЮ СЕБЕ ЗАХИСТИТИ»)**

*У статті обґрунтовано авторську концепцію формування навичок безпечної поведінки дитини. Розкрито психологічний зміст п'яти правил безпечної поведінки, заснованих на функціонуванні механізмів психіки дитини. Висвітлено та обґрунтовано складові, змістове наповнення та особливості використання онлайн курсу “Я вмію себе захистити” для роботи з дітьми з формування навичок безпечної поведінки. Зазначено, що формат онлайн взаємодії потребує від педагогів специфічної підготовки до занять, зокрема до конструювання освітнього онлайн простору, умов співпраці з дітьми та вибору онлайн інструментів. Окреслено, що онлайн взаємодія базується на додатковому стимулюванні активності усіх задіяних у процес опанування теоретичними знаннями та практичними навичками безпечної поведінки.*

**Ключові слова:** формування навичок безпечної поведінки, психологічний зміст правил безпечної поведінки, онлайн заняття, структура онлайн курсу “Я вмію себе захистити”.

© Цюман Т., Нагула О., 2021

© Київський університет імені Бориса Грінченка, 2021

**Вступ.** Сьогодні використання онлайн формату у освітньому просторі стає поширеним явищем. Різноманітність сучасних інструментів онлайн освіти з одного боку покращують віртуальну діалогічність, а з іншого значно змінюють усталені позиції педагога та дитини, як то активність та ініціативність у процесі роботи, самостійне планування власної роботи, відповідальність за якість виконання завдань та опанування новими формами особистісної рефлексії.

Із вимушеним переходом освіти із офлайн у онлайн формат не варто залишати поза увагою і важливу складову навчально-виховного процесу, а саме психопрофілактичну, просвітницьку діяльність. Особливо гостро це питання стоїть коли мова йде про теми, які стосуються особистої безпеки, культури безпеки дітей, їхньої ризикованої поведінки та небезпечних для їх життя ситуацій. Тому залишається актуальним питання напо-

внення психопрофілактичної, просвітницької діяльності програмами роботи з дітьми у онлайн форматі.

Важливість продовжувати роботу з формування в дитини навичок безпечної поведінки в онлайн форматі, окреслює нагальну потребу у відповідних методичних розробках і науково обґрунтованих сучасних підходах щодо формування у дітей такого рівня особистісної готовності та соціальної компетентності аби бути забезпеченими від ризикованих ситуацій.

**Мета статті** — розкрити специфіку формування навичок безпечної поведінки дитини на прикладі онлайн курсу для роботи з дітьми “Я вмію себе захистити”.

**Завдання статті:**

- представити авторську концепцію формування у дітей навичок безпечної поведінки;
- розкрити психологічний зміст правил безпечної поведінки;

— окреслити структуру, зміст та особливості використання онлайн курсу “Я вмю себе захистити” для роботи з дітьми.

**Аналіз сучасних досліджень.** Формування навичок безпечної поведінки дитини у всіх сферах її життєдіяльності дало значний поштовх для активізації наукових розвідок у питаннях безпеки особистості, культури безпеки дитини. Представники різних наукових шкіл та напрямків (І. Бех, О. Кононко, Л. Гураш, Р. Мойсєнко, С. Проскурін, Т. Хромцова, Б. Шерман, Л. Яковенко) розглядають проблему безпеки дітей та їх життєдіяльності, як необхідну складову соціального розвитку та життєвої компетентності, спрямованих на збереження життя і благополуччя.

У наукових працях П. Анохіна, В. Артем'єва, А. Вейса, М. Журова, С. Ільїна, В. Криводерева, В. Лефтерова, І. Мар'єнко, І. Павлова, О. Тімченко, Д. Узнадзе, Д. Уотсона увага приділяється розумінню процесу формування безпечної поведінки людини. Дослідники констатують, що це активний педагогічний процес, спрямований на поступову побудову системи свідомих дій і вчинків особистості, що забезпечують оптимальний рівень захищеності у всіх сферах життєдіяльності [1]. Разом з тим, у дослідженнях С. Гвоздій, В. Горашук, А. Попкова, О. Пуляк, Л. Сидорчук, С. Чернишова також ставиться акцент на необхідності та важливості формування безпечної поведінки не лише під час уроків, а й в позаурочній діяльності [1]. Зауважимо, що характер, тематика та особливості процесу взаємодії з дітьми потребують активного пошуку нових дієвих форм співпраці, особливо в час коли традиційні підходи до організації роботи замінюються з офлайн на онлайн. Водночас, робота з дітьми в онлайн форматі значно відрізняється від звичної класно-урочної форми. Такий формат потребує від педагогів певних ІТ — компетентностей, сформованого в їхній уяві образу віртуального класу, що вимагає іншого конструювання освітнього простору, умов співпраці та розуміння, що онлайн формат потребує більшого стимулювання активності усіх задіяних у процес опанування вміннями та навичками.

**Виклад основного матеріалу.** Процес формування навичок безпечної поведінки дитини ми розглядаємо через призму п'яти основних векторів безпеки особистості дитини: захист та відстоювання власної автономії; збереження тілесної незалежності; підсилення психологічної опірності тиску зовнішніх загроз; розвиток спроможності визначати межі безпечної взаємодії; стимулювання до пошуку допомоги та захисту. Кожен особистісний вектор безпеки дитини — це важливі орієнтири фізичного, психологічного та соціального комфорту [4], які визначають її персональне благополуччя в майбутньому.

Авторська концепція формування навичок безпечної поведінки полягає у вивченні з дітьми п'яти правил безпечної поведінки. Правила безпечної поведінки — це квінтесенція наукового психологічного осмислення механізмів формування безпеки особистості, як реакція на соціальні проблеми, що можуть завдати шкоди здоров'ю дитини, її психологічному розвитку та соціальній адаптації.

Створюючи правила безпечної поведінки для дітей 14–18 років нами було враховано: 1) специфіку проблеми безпеки особистості, як то внутрішнє переживання почуття захищеності, яке відображає ступінь комфортного існування та відсутність зовнішніх загроз; 2) причини, через які діти втрачають здатність почуватись у безпеці; 3) вікові особливості розвитку та життєвого досвіду дітей.

Розглянемо змістове наповнення кожного правила з позиції психологічної науки та практики.

У першому правилі “Брудний дотик не для мене” акцент зроблено на психологічних особливостях дотику, як важливої складової життя людини, яка допомагає контактувати зі світом та один з одним. У психологічному словнику за редакцією Н. Побірченко дотик розглядається, як один із основних видів відчуття та джерело різноманітної і життєво важливої для людини інформації [2]. Дотик дає можливість через органи відчуттів диференціювати безпека-небезпека, комфортно-дискомфортно, приємно-неприємно, прийнятно-непринятно. Інформація, яка надходить через органи відчуттів допомагає деталізувати дотик як особливу мову спілкування. Водночас дотик сигналізує про бажану чи небажану інформацію, тим самим впливаючи на емоційну сферу дитини, її самопочуття, настрої та взаємостосунки. Різноманітні тактильні відчуття, що передає дотик для особистості дитини виступають ретранслятором складної системи ставлень у межах “свій-чужий”, “допустимий-недопустимий”. Складність у диференціації дотику як важливої складової взаємостосунків між людьми обумовила вибір специфічного словотворення “брудний дотик”, де “брудний” має ознаку складного спектру негативних почуттів, дискомфортних відчуттів, отриманих та пережитих у контакті з іншою людиною.

Друге правило “Мое тіло — моя цінність” стосується системи уявлень про власне тіло, його значущість для особистості у процесі самоприйняття. Особистісне ставлення до тіла, його розмірів, форм, привабливості слугують найважливішим джерелом формування ставлення до власного Я, а для дитини, як відомо, відправною точкою в освоєнні навколишнього світу, незалежно від віку, стає, передусім, її власне тіло. Тому розмови з дітьми про тіло є не лише трендом сучасності, а й базовою складовою культури

безпеки, а також важливим способом допомогти їм справитись із різноманітними ризиками, які можуть чатувати на їхнє тіло: спокуси, цікавість, різноманітні пропозиції скористатись тілом, як товаром.

Третє правило “Непристойний секрет — моя зона ризику” покликане допомогти дітям диференціювати складну систему меж утаємничення інформації, розкриття якої може докорінно змінити і самоставлення і взаємостосунки загалом. Діти у 14–18 років мають достатньо секретів, які можна охарактеризувати, як непристойні: подекуди зухвалі, іноді ризиковані, які містять у собі непристойні обриси, або збуджують чуттєвість двозначними натяками. Вони змушені приховувати їх в силу різних обставин, наприклад, через залякування, підкуп, шантаж, погрози, почуття вини, сорому, безвиході («розкажу тільки гірше мені буде, все одно не повірять, можуть і звинуватити»). Історії дітей, які зазнали різного роду використання та кривду, засвідчили, що саме секретність домінувала над ними досить довгий час. Отже секрет — це інструмент влади кривдника над дитиною, який не має терміну давності, який психологічно знищує у дитині здорову самодостатню особистість.

Четверте правило «Ні означає Ні!» має на меті навчити дитину реагувати на потреби у захисті, безпеці та самоцінності. Склався певний стереотип, що «НІ» — це прояв неповаги. Однак сьогодні говорити «НІ» — це та навичка, яка стає ознакою часу, необхідним атрибутом самодостатньої особистості, яка вміє захистити себе та своє «Я». Зазвичай і дорослим і дітям складно говорити “Ні”, тому що є бажання подобатись, бо важливо, щоб інші вважали приємними людьми, а відтак є прагнення усім догодити. Іноді незручно висловити свою думку, коли вона відрізняється від думки інших, або є бажання уникнути конфлікту. Бувають випадки, коли провина штовхає погоджуватись, замість того, щоб твердо сказати «НІ». Таким чином, страх бути знехтуваними, неприйнятними стає сильнішим, аніж власна безпека та особистісні цінності. Притаманні ці почуття людям невпевненим у собі, схильним почуватись більше об’єктами, ніж суб’єктами. Особливо гостро це стосується дітей 14-18 років, які в силу психосоціального розвитку частіше потрапляють у ризиковані ситуації, піддаючись маніпуляціям зі сторони більш агресивних та досвідченіших осіб.

П’яте правило “Поруш тишу: розкажи — почувють!” — це виклик власним можливостям у подоланні труднощів, через зусилля над собою, аби захистити себе і знайти необхідну допомогу. Дане правило покликане привернути увагу до проблеми усамітнення в ситуаціях, коли зневіра у власних силах, страх розголосу та розчарування в інших штовхає до небезпечного мовчання.

Особливо гостро це стоїть тоді, коли дитина не в силах зробити вибір — довіритись комусь, чи залишитись на самоті із своїми проблемами. Порушуючи психологічну тишу дитина свідомо долає бар’єри нерозуміння, звинувачення, страху, осуду. Оволодіваючи цим правилом дитина вчиться не лише розповідати про свої негаразди, а й вчиться диференціювати ознаки тих дорослих, яким можна, у разі нагальної потреби, повідомити про втаємничене.

Таким чином, вище представлені правила безпечної поведінки склали теоретичну основу акторської концепції формування навичок безпечної поведінки дитини і стали методологічним підґрунтям для створення онлайн курсу для роботи з дітьми.

Авторський онлайн курс «Я вмію себе захистити» є електронним методичним посібником для роботи з дітьми, розміщеним на мережевому, віртуальному майданчику (Рис.1).



Рис. 1. Скрін вигляду онлайн курсу на платформі G-class

Даний онлайн курс для педагогів складається із п’яти онлайн-занять з дітьми. Кожне заняття покликане сприяти дослідженню власної безпечної поведінки та формуванню навичок, які зможуть захистити в ризикованих ситуаціях.

Віртуальні зустрічі учасників цих занять відбуваються у режимі реального часу із використанням спеціальних платформ для віртуальної комунікації, як то ZOOM, Googl Meet, Blue Jeans або інших, які можуть забезпечити відео- та аудіотрансляцію всіх учасників, а також функції чату, передачі документів, таблиць, презентацій, фотографій, інших файлів, відеовідображення робочого столу тощо. Для комфортного користування курсом обрано простий та зрозумілий формат структури заняття, де кожен елемент зручний у користуванні (Рис.2.).



Рис. 2. Скрін вигляду онлайн заняття «Брудний дотик не для мене» на платформі G-class.

У структурі онлайн занять є обов’язкові компоненти, які детально описані та покликані

допомогти педагогам максимально ефективно провести роботу з дітьми (Рис.3.). Наприклад, у плані заняття деталізується мета, яка є своєрідним орієнтиром, прикінцевим результатом заняття. Для глибшого осмислення матеріалу педагоги перед початком роботи мають можливість ознайомитись із коротким словником основних понять, які необхідно опрацювати

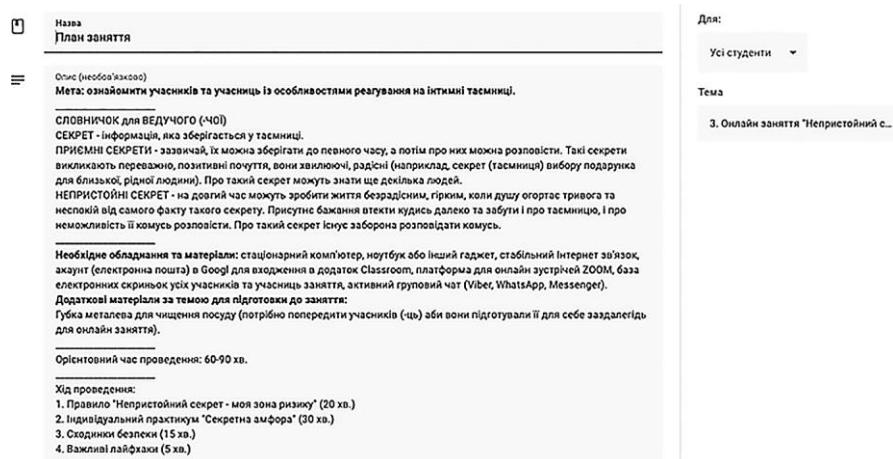


Рис. 3. Скрін вигляду плану онлайн заняття «Непристойний секрет- моя зона ризику» на платформі G-class.

Важливим компонентом кожного онлайн заняття є «Корисні лайфхаки» (Рис. 4.). Саме лайфхаки (сленговий термін), тобто практичні підказки, які діти завантажують на власні мобільні пристрої, допоможуть їм, при потребі. Корисні лайфхаки представлені у вигляді інтерактивної презентації, розробленої за допомогою онлайн інструменту Genially.

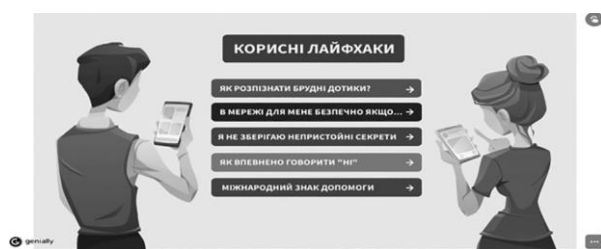


Рис. 4. Скрін вигляду «Корисних лайфхаків».

Для спрощення педагогам підготовки до роботи з дітьми у онлайн заняттях запропоновано готові онлайн шаблони вправ, механізм використання яких передбачає пряме копіювання шаблону (Рис. 5).

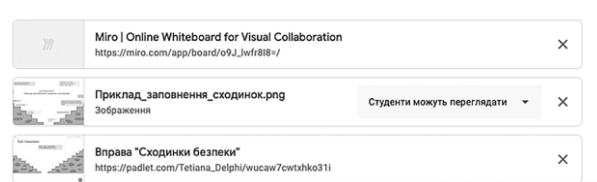


Рис. 5. Приклад шаблону вправи «Сходинки безпеки» до онлайн заняття «Небезпечний секрет — моя зона ризику».

з дітьми та бути готовими відповідати на їхні запитання. У кожному занятті перераховане необхідне обладнання та додаткові матеріали, які потрібно підготувати заздалегідь аби віртуальна комунікація з групою була максимально ефективною та допомагала учасникам та учасницям отримати необхідні знання та сформувані важливі навички.

У онлайн заняттях використовуються різні онлайн сервіси та інструменти, які допомагають педагогу продуктивно працювати з групою. Зауважимо, що разом з тим, не варто покладатись лише на різноманіття онлайн-інструментів, адже вони не можуть замінити чітке керування процесом міжособистісної взаємодії. Саме специфіка роботи онлайн змушує приділяти значну увагу взаємодії між собою всіх учасників пізнавальної діяльності. А це, в свою чергу, допоможе і педагогу, і дітям залишатись рівноправними, рівнозначними суб'єктами процесу пізнання: діти розуміють, що роблять, рефлексують з приводу того, що знають, вміють, а також мають можливість попрактикуватись у розвитку нових навичок.

**Висновки.** Психологічний зміст правил безпечної поведінки “Брудний дотик не для мене”, “Моє тіло — моя цінність”, “Непристойний секрет — моя зона ризику”, “Ні означає НІ”, “Поруш тишу: розкажи — почують” — став основою авторської методики “Я вмю себе захистити” для роботи з дітьми 14–18 років з метою формування у них такого рівня особистісної готовності та соціальної компетентності аби бути безпечними від ризикованих ситуацій.

Засвоєння та оволодіння дітьми правилами безпечної поведінки сприятиме розвитку у них нових моделей взаємодії з оточуючим світом та готовності до самозахисту у ризикованих ситуаціях, коли відсутня підтримка та опора значимих дорослих.

Онлайн курс для роботи з дітьми «Я вмію себе захистити», розроблений із використанням підходів інтерактивного навчання та принципів групової взаємодії в умовах віртуального простору, таких як активність, ініціативність та суб'єктність всіх учасників групи. Саме взаємодія у групі є вагомим ресурсом задля ефективного опанування дітьми новими когнітивно-поведінковими моделями безпечної поведінки. Структура, зміст онлайн курсу «Я вмію себе захистити» спрямовані на осмислене оволодіння дітьми поведінковими ресурсами для збереження особистих кордонів,

їхній здатності цінувати власне тіло та забезпечувати особистий психологічний комфорт, а також допоможе реагувати на потреби у захисті, безпеці, активізує усвідомлення важливості звернення по допомогу.

До перспективних напрямів дослідження зазначеної проблеми належить формування психологічних аспектів готовності педагогів до здійснення ними психопрофілактичної роботи у сфері формування навичок безпечної поведінки та розвиток професійної позиції у комунікації з дітьми на тему безпеки.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Васильєва Р. Ю. *Підготовка майбутніх учителів до формування безпечної поведінки підлітків у позаурочній діяльності* : автореф. Дис. На здобуття наук. Ступеня канд. : спец. 13.00.04 «теорія і методика професійної освіти» / Васильєва Регіна Юхимівна. Житомир, 2010. 20 с.
2. *Психологічний словник* [Текст] / авт.-уклад. В. В. Синявський, О. П. Сергєєнкова ; ред. Н. А. Побірченко. К. : Науковий світ, 2007. 274 с.
3. *Формування навичок безпечної поведінки дітей. Частина 2. Я вмію себе захистити* : метод. Посібник / автори-упоряд.: Цюман Т.П., Нагула О.Л.; за заг. Ред. Цюман Т.П. К.: Видавництво: ФОП Буря О.Д., 2017. 44 с.
4. Цюман, Т., & Нагула, О. (2021). *Психологічна формула безпеки як концептуальна основа формування навичок безпечної поведінки особистості*. Педагогічна освіта: Теорія і практика. Психологія. Педагогіка. (35 (1), 94-100. <https://doi.org/10.28925/2311-2409.2021.3513>

## REFERENCES

1. Vasylieva R. Yu. *Pidhotovka maibutnix uchyteliv do formuvannia bezpechnoi povedinky pidlitkiv u pozaurочної діяльності* : avtoref. Dys. Na zdobuttia nauk. Stupenia kand. [Training of Future teachers for formation of safe behavior of adolescents in out-of-school activity]: spets. 13.00.04 "teoriia i metodyka profesiinoi osvity" / Vasylieva Rehina Yukhymivna — Zhytomyr, 2010. — 20 s.
2. *Psykhologichnyi slovnyk* [Tekst] [Psychological dictionary] / avt.-uklad. V. V. Syniavskiy, O. P. Serhieienkova ; red. N. A. Pobirchenko. — K. : Naukovyi svit, 2007. — 274 s.
3. *Formuvannia navychok bezpechnoi povedinky ditei. Chastyna 2. Ya vmiiu sebe zakhystryty* [Formation of skills of safe behavior of children. Part 2. I know how to protect myself]: metod. Posibnyk / avtory-uporjad.: Tsiuman T.P., Nahula O.L.; za zah. Red. Tsiuman T.P. — K.: Vydavnytstvo: FOP Buria O.D., 2017. — 44 s.
4. Tsiuman, T., & Nahula, O. (2021). *Psykhologichnaformulabezpekyuakkontseptualnaosnovaformuvannia navychok bezpechnoi povedinky osobystosti*. [Psychological formula of security as a conceptual basis for formation of safe behavior skills.] *Pedahohichna osvita: Teoriia i praktyka. Psykhologhiia. Pedahohika.*, (35 (1), 94-100. <https://doi.org/10.28925/2311-2409.2021.3513>

**Т. Цюман, Е. Нагула**

### **ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СПОРОВОЖДЕНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКОВ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ РЕБЕНКА (НА ПРИМЕРЕ ОНЛАЙН КУРСУ ДЛЯ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ «Я УМЕЮ СЕБЯ ЗАЩИТИТЬ»)**

*В статье обосновано авторскую концепцию формирования навыков безопасного поведения ребенка. Раскрыто психологическое содержание пяти правил безопасного поведения, основанных на функционировании психики ребенка. Обосновано составляющие: содержательное наполнение и особенности использования онлайн курса «Я умею себя защитить» для работы с детьми по формированию навыков безопасного поведения. Указано, что формат онлайн взаимодействия требует от педагогов подготовки к занятиям, в частности к конструированию образовательного онлайн пространства, условий сотрудничества с детьми и выбора онлайн инструментов. Определено, что онлайн взаимодействие базируется на дополнительном стимулировании активности всех участников процесса освоения теоретическими знаниями и практическим навыками безопасного поведения.*

**Ключевые слова:** формирование навыков безопасного поведения, психологическое содержание правил безопасного поведения, онлайн занятие, структура онлайн курсу «Я умею себя защитить».

**T. Tsiuman, O. Nahyla**

**PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL SUPPORT OF THE FORMATION OF SAFE BEHAVIOR SKILLS IN CHILDREN (ON THE EXAMPLE OF THE ONLINE COURSE FOR WORK WITH CHILDREN " I KNOW HOW TO PROTECT MYSELF")**

*In the article the author 's concept of safe behavior skills formation in children is substantiated. The psychological content of five rules of safe behavior based on the functioning of the child's mental mechanisms is described. The components, content and features of using the online course "I know how to protect myself" aimed at developing safe behavior skills are highlighted and substantiated. It is noted that the format of online interaction requires teachers specific training for classes, in particular to design an educational online space, conditions for cooperation with children and the choice of online tools. It is outlined that online interaction is based on additional stimulation of activity of all involved in the process of mastering theoretical knowledge and practical skills of safe behavior.*

*Key words: formation of safe behavior skills, psychological content of safe behavior rules, online classes, structure of the online course "I know how to protect myself".*

*Стаття надійшла до редакції: 21. 10.2021.*

*Прийнято до друку: 27. 10.2021р.*