

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА  
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования  
Кафедра психологии

**ДУБАТОВА ЕЛЕНА ЕВГЕНЬЕВНА**

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**РАЗВИТИЕ СПЛОЧЁННОСТИ КЛАССНОГО КОЛЛЕКТИВА В  
КАЧЕСТВЕ ПРОФИЛАКТИКИ БУЛЛИНГА В ПОДРОСТКОВОМ  
ВОЗРАСТЕ**

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы  
Практическая психология в образовании

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

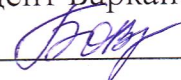
Заведующий кафедрой

канд. психол. наук, доцент Дубовик Е.Ю.

29.05.2026 


Научный руководитель

канд. психол. наук, доцент Барканова О.В.

29.05.2026 

Обучающийся

Дубатова Е.Е.

29.05.2026 

Дата защиты

Оценка

Красноярск 2026

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ СПЛОЧЕННОСТИ КЛАССНОГО КОЛЛЕКТИВА В КАЧЕСТВЕ ПРОФИЛАКТИКИ БУЛЛИНГА В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ .....	6
1.1. Проблема буллинга в психологии.....	6
1.2. Проблема сплоченности классного коллектива в научных исследованиях.....	12
1.3. Роль сплоченности классного коллектива в профилактике буллинга в подростковом возрасте .....	19
Выводы по Главе 1 .....	28
ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ РАЗВИТИЯ СПЛОЧЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ КЛАССНОГО КОЛЛЕКТИВА В КАЧЕСТВЕ ПРОФИЛАКТИКИ БУЛЛИНГА В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ.....	29
2.1. Организация и методики исследования.....	29
2.2. Результаты констатирующего эксперимента.....	32
2.3. Характеристика комплекса игр, направленных на развитие сплоченности классного коллектива, и оценка его результативности на контрольном этапе .....	38
Выводы по Главе 2 .....	56
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	58
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК .....	61
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	615

## ВВЕДЕНИЕ

Социальные тенденции к чрезмерной индивидуализации, росту конкуренции, социальной напряженности и агрессии в повседневной жизни находят свое отражение во взаимодействии школьников подросткового возраста. В среде подростков возникает буллинг – «форма деструктивного конфликтного взаимодействия в малой группе, при котором обидчиком в отношении жертвы, не способной себя защитить, в присутствии свидетелей, осуществляются длительные повторяющиеся насильственные действия» [СОЛОВЬЕВ МОДЕЛЬ, с. 2].

Буллинг (травля) признан одной из наиболее деструктивных проблем в образовательной среде во всем мире. Он ведет к тяжелым последствиям: психологическим травмам, снижению успеваемости, суицидальным рискам у жертв, а также к искажению социальных норм у агрессоров и наблюдателей.

Психологические и социально-психологические особенности буллинга детей, подростков и юношей, психологические способы его профилактики широко представлена в отечественных и зарубежных исследованиях (О.Л. Глазман, И.С. Кон, О.С. Маркина, В.Р. Петросянц, В.И. Пономарев, В.С. Собкин, Дж. Кук (Cook), Х. Килпатрик (Kilpatrick), Д. Лаинз (Lines), Р. Ломанн (Lohmann), Д. Олвеус (Olweus), К. Ригби (Rigby), Б. Сорнсон (Sornson), Дж. Тэйлор (Taylor), и др.

Актуальность темы заключается в ответе на социальный запрос по снижению школьного насилия через научно обоснованное, измеряемое и практичное решение – целенаправленное укрепление сплоченности класса.

Исследования подтверждают роль психосоциального климата школ в контексте агрессии и запугивания. Было также доказано более низкое проявление издевательств, связанных с позитивным школьным климатом.

Важным фактором, который может способствовать превенции школьной травли (в том числе переводу ее в конструктивный канал), по мнению Е.Ю. Волчегорской и М.В. Жуковой, Д.Н. Соловьева в классе младших

школьников и подростков, является психологическая совместимость и гармоничность отношений внутри школьного коллектива, т.е. его сплоченность.

Сплоченность малых групп представляет собой сложный и многогранный феномен и занимает одно из ведущих мест среди явлений, связанных с групповыми изменениями. Проблемами групповой сплоченности занимались такие ученые, как А.И. Донцов, Я.Л. Морено, Т. Ньюком, А.В. Петровский, Л. Фестингер и др. [1].

Сплоченный классный коллектив – это группа с развитыми позитивными связями, взаимным уважением, общими целями и ценностями. В такой среде снижается уровень анонимности и изоляции (жертва не остается один на один с агрессором), увеличивается вероятность вмешательства «молчаливого большинства» (наблюдателей) в защиту жертвы, формируются нормы неприятия насилия и взаимопомощи.

Таким образом, сплоченность классного коллектива является фактором профилактики буллинга, что делает ее перспективным объектом для эмпирического изучения.

Цель исследования – изучить возможности развития сплоченности обучающихся классного коллектива в качестве профилактики буллинга в подростковом возрасте.

Объект исследования – профилактика буллинга в подростковом возрасте.

Предмет исследования – развитие сплоченности классного коллектива как условия профилактики буллинга в подростковом возрасте.

Исходя из поставленной цели были определены следующие задачи исследования.

1. Рассмотреть понятие проблему буллинга в психологии
- 2 Изучить проблему сплоченности школьного коллектива в научных исследованиях

3. Подобрать диагностический комплекс и провести эмпирическое исследование сплоченности классного коллектива и риска возникновения буллинга в классном коллективе.

4. Разработать комплекс игр для развития групповой сплоченности в классном коллективе в качестве профилактики буллинга и оценить его результативность.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что снижению риска возникновения буллинга в классном коллективе обучающихся подросткового возраста будет способствовать реализация комплекса игр различных форм, направленных на развитие доверия, сотрудничества и взаимопомощи, ценностного единства и уважения, навыков коллективного принятия решений и ответственности.

В работе использовались следующие методы исследования.

1. Теоретические: анализ, синтез и обобщение литературы по исследуемой проблеме.

2. Эмпирические: метод опроса.

3. Методы количественной и качественной обработки полученных данных.

Методики исследования:

– Методика оценки уровня психологического климата коллектива А.Н. Лутошкина.

– Методика: «Наша группа» О.И. Моткова.

– Опросник по выявлению рисков буллинга (НИЦМП, 2024).

– Опросник Д. Ольвеуса «Роли жертвы и агрессора в ситуации буллинга» (Revised Olweus Bully/Victim Questionnaire, ROBVQ). Опросник адаптирован Е.В. Бушиной, А.М. Муминовой (2021).

База исследования: МАОУ СШ г. Красноярска. В исследовании приняли участие 24 подростка возрасте 13-14 лет, обучающиеся в 7 классе.

Структура работы: выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы.

# **ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ СПЛОЧЕННОСТИ КЛАССНОГО КОЛЛЕКТИВА В КАЧЕСТВЕ ПРОФИЛАКТИКИ БУЛЛИНГА В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**

## **1.1. Проблема буллинга в психологии**

Проблема буллинга, или систематической травли в образовательной среде, представляет собой одну из наиболее острых социально-педагогических и психологических проблем современной российской школы.

Исследования проблемы буллинга в психологии начались после публикации в 1970-х годах норвежского ученого Д. Олвеуса, и с конца 1980-х годов вопросы определения, причин, факторов, последствий, личностных особенностей, профилактики, предотвращения и вмешательства в ситуации буллинга сохраняет свою актуальность в современных отечественных и зарубежных исследованиях [28].

Интерес российских ученых к проблеме буллинга сформировался примерно на десять лет позже, чем в зарубежной науке. Тем не менее, начиная с 2000-х годов, наблюдается значительный рост числа исследований, посвященных различным аспектам школьной травли, что отражено в работах И.С. Бердышева, М.Г. Нечаевой, В.Р. Петросянц других авторов.

Как отмечает И.В. Волкова, одной из основных трудностей, связанных с исследованием буллинга, является отсутствие общепринятого определения этого явления [7].

Традиционно в научной литературе опираются на определение Д. Олвеуса, который рассматривает буллинг как ситуацию, в которой ученик становится жертвой повторяющихся и длительных агрессивных действий со стороны одного или нескольких других учащихся [25].

Определение Е. Роланда носит комплексный характер, описывая буллинг как систему длительного физического или психологического насилия, при которой жертва, в силу сложившихся обстоятельств, лишена возможности оказать эффективное сопротивление агрессору или группе агрессоров [20].

Рассмотрение проблемы буллинга в российской научной традиции не является однородным. Длительное время феномен описывался через такие понятия, как «дедовщина» в армейской среде и «школьная травля» в образовательных учреждениях [1]. По мнению С.В. Кривцовой, ключевым критерием, отличающим буллинг от обычного межличностного конфликта, выступает систематичность негативных действий и дисбаланс власти между агрессором и жертвой, что закрепляет неравенство позиций участников [2]. Как подчёркивают А.А. Бочавер и К.Д. Хломов, буллинг – это не просто агрессивное поведение, а особая форма группового взаимодействия, при которой травля становится механизмом поддержания социальной иерархии в учебном коллективе [3].

Отечественный психолог И.С. Кон предлагает следующий вариант определения данного социально-психологического явления: «Буллинг – это запугивание, физический или психологический террор, агрессия, направленный на то, чтобы вызвать страх у другого субъекта и тем самым подчинить его себе» [14, с. 15].

По определению С.В. Кривцовой, буллинг – агрессивное поведение детей по отношению к сверстникам, которое характеризуется тремя обязательными признаками: дисбалансом сил между обидчиком и жертвой, систематическим повторением насильственных актов и демонстративно болезненной реакцией жертвы, свидетельствующей о глубине причиняемого вреда [15].

По мнению С.В. Кривцовой, ключевым критерием, отличающим буллинг от обычного межличностного конфликта, выступает систематичность негативных действий и дисбаланс власти между агрессором и жертвой, что закрепляет неравенство позиций участников [2].

По Е.Н. Волковой буллинг определяется как повторяющиеся и преднамеренные действия, причиняющие вред одним лицом или группой лиц другому, который в силу обстоятельств не способен оказать сопротивление и не имеет возможности выйти из травмирующей ситуации [6].

Анализируя механизмы агрессивного поведения, И.А. Фурманов показывает, что склонность подростков к агрессии, включая формы травли, связана с фрустрацией значимых потребностей, возникающей в ответ на семейные дисфункции и дисбаланс воспитательных воздействий, а также с ограниченным репертуаром адаптивных копинг-стратегий [3; 4].

Ключевые характеристики буллинга описывают в статьях И.В. Волкова, О.Н. Капиренкова, М.И. Пискажева, обобщая их на основе существующих исследований:

1. Неоднократность и/или периодичность – буллинг подразумевает под собой систематическое насилие над жертвой, т.е. буллируемый ожидает действий агрессора и может предпринимать попытки ухода от издевательств.

2. Умысел – обидчик совершает акты травли осознанно. Он понимает, каковы будут последствия для жертвы, пусть и в минимальной степени.

3. Нанесение вреда – вред, причиненный жертве, может быть, как физическим, так и психологическим. Дети, подвергающиеся травле, приобретают депрессивные состояния, тревожность (как предвосхищение дальнейших действий агрессора), попытки суицидального характера.

4. Злоупотребление силой или влиянием – агрессор использует силу или социальное положение, чтобы продемонстрировать свое превосходство и власть над жертвой. При этом жертва оказывается в ловушке ситуации, не имея возможности ее избежать. От жертвы фактически завит положение агрессора в группе, а так как важность сохранения места в коллективе для подростка чрезвычайно важна, буллер всеми возможными способами попытается сохранить статус жертвы [7, 11].

Определив базовые характеристики буллинга как систематического, преднамеренного агрессивного поведения, реализуемого в условиях дисбаланса власти между преследователем и жертвой, необходимо прояснить вопрос о соотношении данного понятия с широко распространенным в русскоязычном научном и повседневном дискурсе термином «травля».

В отечественных психолого-педагогических исследованиях данные понятия в подавляющем большинстве случаев функционируют как синонимы. А.А. Бочавер и К.Д. Хломов используют слово «травля» в качестве прямого русскоязычного эквивалента термина «буллинг», не вводя дополнительных смысловых разграничений [2]. В работе, специально посвященной прояснению терминологии, С.В. Кривцова, М.П. Малыгина и А.Н. Шапкина последовательно отождествляют «школьный буллинг» и «школьную травлю», рассматривая их как взаимозаменяемые категории [3]. Аналогичной позиции придерживаются М.Р. Арпентьева с соавторами, прямо указывая, что «агрессия рождает буллинг, или травлю» [4].

Существует несколько классификаций видов буллинга.

Одной из основных является классификация по характеру насильственных действий. Например, Д. Лэйн разделяет буллинг на физический и психический, И.С. Бердышев – на словесный, поведенческий и физически-агрессивный [4]. Более детально подходит С.Т. Мерцалова, выделяя физическое, эмоциональное, вербальное, психическое и сексуальное насилие [17]. Важным также является разделение О.Л. Глазман на прямой (физический и вербальный) и косвенный буллинг (социальная депривация, сплетни). К особым формам относят экономическое насилие – использование денег или имущества для контроля и манипуляции жертвой, порождающее у нее чувство вины (вымогательство, принуждение к воровству) [10].

Вторая классификация строится по характеристикам объекта насилия, таким как возраст (подростковый буллинг), пол, физические возможности, этническая принадлежность или социальный статус.

Третья типология определяется средой возникновения: семейный (родительский), школьный и профессиональный (моббинг). В современном контексте к этой классификации правомерно добавить кибербуллинг – травлю с использованием цифровых коммуникаций (соцсети, мессенджеры, сайты).

Наиболее распространены следующие формы детского и подросткового буллинга:

- вербальный (угрозы, обзывания, клевета, обидные клички, словесные оскорбления, злые шутки, насмешки и др.);
- физический (умышленные толчки, пинки, подножки, болезненные удары, побои, нанесение иных телесных повреждений и другие злонамеренные действия);
- психологический (запугивание, шантаж, обидные жесты, изоляция от группы/класса – запираение в пустом помещении, объявление бойкота, игнорирование жертвы, иначе любое насилие, связанное с действием на психику, наносящее психологическую травму);
- денежный (отъем или вымогательство денег, принуждение украсть их у кого-либо); имущественный (отъем вещей, повреждение и/или хищение вещей пострадавшего, принуждение что-нибудь украсть и пр.);
- сексуальный (действия сексуального характера);
- кибербуллинг (виртуальный террор, травля в сети Интернет; кибербуллинг отличается от традиционного буллинга особенностями интернет-среды: анонимностью, возможностью фальсификации, наличием огромной аудитории, возможностью шантажировать жертву в любом месте и в любое время).

Ключевой особенностью буллинга является его устойчивая социальная структура, в которой каждый участник выполняет определенную роль. Модель такой структуры, известную как «круг буллинга», предложил Д. Олвеус. В рамках этой модели все вовлеченные в ситуацию травли – как активные участники, так и наблюдатели – занимают конкретные позиции, образуя следующие элементы системы:

- Жертва (учащийся, над которым издеваются).
- Издевающиеся учащиеся (булли) – начинают и лидируют в издевательствах.
- Последователи или приспешники – положительно относятся к издевательствам и принимают активное участие в них, но обычно не являются их инициаторами и не играют лидирующую роль.

– Активные сторонники – активно и открыто поддерживают издевательства, например, смехом или привлечением внимания к ситуации, но они не включаются в них.

– Пассивные сторонники или вероятные участники буллинга. Данные учащиеся внутренне одобряют буллинг и находят в нем удовлетворение, но внешне сохраняют нейтралитет, не выражая явной солидарности с обидчиком.

– Безразличные наблюдатели – не вовлекаются в процесс издевательства и не занимают определенную позицию.

В связи с распространенностью буллинга в различных коллективах (школьных, студенческих, подростковых) исследователи В.П. Антонов, Е.Н. Власова, Ю.С. Вторушина и С.В. Митрухина выделяют его ключевые признаки как особого группового процесса [9]:

1. Групповая природа. Буллинг затрагивает всю социальную систему, включая не только агрессора и жертву, но и свидетелей.

2. Целенаправленная комплексная агрессия. Это умышленное поведение, сочетающее физическое и психологическое насилие, включая социальную изоляцию через физические действия, вербальные оскорбления, бойкоты и их комбинации.

3. Систематичность и устойчивость. Процесс состоит из повторяющихся эпизодов и не прекращается без внешнего вмешательства, требующего помощи всем участникам – жертвам, свидетелям и самим агрессорам.

4. Асимметричность (дисбаланс сил). Это главное отличие от конфликта: жертва уязвима и не может дать отпор, что осознает обидчик. Уязвимость может быть физической, психологической или социальной.

5. Преднамеренность (прямой умысел). Агрессор осознает вред, предвидит негативные последствия (унижение, страх, ущерб) и сознательно к ним стремится.

6. Деструктивные последствия. Длительное воздействие буллинга подрывает физическое и психическое здоровье жертвы, разрушая ее самооценку, уверенность в себе и чувство достоинства.

Таким образом, буллинг представляет собой систематический групповой процесс асимметричной агрессии, в котором задействованы не только обидчик и жертва, но и вся социальная среда (свидетели, класс, группа). Его ключевыми признаками являются: повторяемость (множественные эпизоды агрессии), дисбаланс сил (физических, психологических или социальных), при котором жертва неспособна эффективно защититься, и прямой умысел причинить страдания. Проявления носят многомерный характер, сочетая физическое, вербальное и социально-психологическое насилие (изоляция, бойкот, травля в сети). Буллинг не разрешается самостоятельно и требует обязательного внешнего вмешательства, поскольку его длительное разрушительное воздействие подрывает психическое и физическое здоровье жертвы, разрушает самооценку и безопасность всей групповой среды.

## **1.2. Проблема сплоченности классного коллектива в научных исследованиях**

В современном социуме все более остро осознается значимость сплоченности детского коллектива. Данный аспект является принципиальным, поскольку уровень группового единства определяет как эффективность совместной деятельности, так и психологическое благополучие каждого участника. При этом целенаправленное формирование сплоченности служит краеугольным камнем профилактики буллинга: оно конструирует среду с устойчивыми нормами взаимоуважения, где потенциальная жертва не оказывается в социальном вакууме, а находит защиту и поддержку в лице группы.

Вхождение ребенка в школьную среду открывает перед ним новую, развивающую социальную реальность. Классный коллектив в этой системе приобретает первостепенное значение, становясь основным пространством, где происходит становление его личности и усвоение социальных норм. Согласно определению, которое содержится в Законе Российской Федерации «Об образовании», коллектив обучающихся может быть также назван

ученическим. Это происходит потому, что термины «ученик» и «учащийся» являются синонимами слова «обучающийся», которое обозначает человека, находящегося в процессе получения образования.

Феномен коллектива находится в поле зрения целого ряда наук, каждая из которых раскрывает его специфический аспект. Философия рассматривает коллектив как особую форму человеческой общности, социология – как целостную социальную систему, психология – как пространство непосредственных групповых контактов, а педагогика – как специально организованное сообщество детей и взрослых. Именно в этой среде живого взаимодействия происходит формирование важнейших личностных качеств.

Способность коллектива сохранять единство перед лицом различных обстоятельств является критически важной, поскольку такая сплоченная группа выступает не только фактором повышения качества жизни своих членов, но и ключевым ресурсом для преодоления трудностей.

Н.П. Аникеева под коллективом понимает группу учащихся, у которых имеются свои признаки отличия. К этим признакам относится совместная деятельность, единая цель, взаимосвязанные отношения и благоприятный психологический климат [3].

Ученический коллектив является своего рода отражением (моделью) общества, для которого характерны те же типы взаимоотношений и общая ценностная атмосфера, что и для социума в целом. Из этого следует, что коллектив учащихся представляет собой естественную и базовую единицу социальной организации.

Более того, для личности ученика коллектив сверстников выступает в качестве непосредственной социальной среды, особой среды жизнедеятельности, поскольку учащийся не способен достичь полноценного развития в отрыве от общения со сверстниками. Весь спектр его активности (учебная деятельность, труд, досуг) преимущественно реализуется и переживается в рамках коллектива школы или учреждений дополнительного образования.

Социальное окружение, в котором находится ученик, может отличаться благоприятным или неблагоприятным характером. В условиях неблагоприятной среды значительная часть ресурсов учащегося тратится на приспособление к негативным условиям или противодействие им. В противоположность этому, благоприятная среда формирует оптимальные условия для проявления индивидуальности и реализации творческого потенциала школьника.

Для учащегося коллектив служит платформой для накопления социального опыта, который, как принято считать, формируется в первую очередь под влиянием семьи, средств массовой информации, в процессе взаимодействия с окружающей действительностью, а также в общении с ровесниками и педагогами. Однако, весь этот совокупный опыт в определенной степени является фрагментарным. Сам по себе он не может служить надежной основой для формирования устойчивых моделей социального поведения. Чтобы приобрести разносторонний социальный опыт, ученик должен не просто усвоить его, но и присвоить, сделать личностно своим многоаспектный опыт социального поведения, что позволит ему выработать эффективные модели действий не только в знакомых, но и в непредвиденных ситуациях.

Детский коллектив – это сложный социально-педагогический феномен, воспитательное пространство, оказывающее прямое и существенное влияние на процесс социализации личности, формирование ее нравственных качеств и жизненных ориентиров. Он предоставляет разнообразный опыт совместной деятельности и общения, создает условия для развития организаторских умений и навыков, учит принципам сотрудничества.

Выступая в роли посредника между обществом и личностью школьника, коллектив видоизменяет и перерабатывает внешние социальные влияния. Благодаря этой трансформирующей функции, общие социальные воздействия превращаются в целенаправленный индивидуальный воспитательный процесс. Таким образом, ученический коллектив становится действенным

механизмом, который активизирует и стимулирует как познавательную, так и социальную активность учащегося.

Встречаются различные трактовки дефиниции «ученический коллектив».

В трактовке А.В. Сергацкого школьный ученический коллектив – это специфическая организационная структура, в рамках которой происходит объединение всех учащихся, основанное на их совместной учебной деятельности [22].

По определению С.М. Вишняковой ученический коллектив – это устойчивая группа обучающихся, которая характеризуется наличием общей цели, совместной общественно-полезной деятельности, органов самоуправления и связей с другими коллективами в образовательной или производственной сфере [7].

В рассмотрении В.А. Сухомлинского коллектив – это особое содружество педагогов и учащихся, функционирующее на началах гражданственности, творчества и труда. В таком сообществе каждый его член обогащает коллективную духовную жизнь своим вкладом и, одновременно, черпает из нее ресурсы для личностного духовного развития [24].

Сформировавшийся ученический коллектив обладает устойчивым набором важнейших признаков, таких как ответственность, способность к контакту, открытость, организованность и информированность. Наличие этих качеств формирует благоприятную и рабочую среду, которая способствует развитию и раскрытию способностей каждого участника.

С организационной точки зрения, ученические коллективы классифицируются по различным основаниям, например, по годам обучения (коллектив 5 «А» класса) или по ступеням образования (коллектив начальной школы). В этом же значении часто используется термин «классный коллектив». Уровень развития коллектива является непостоянной величиной и может быть охарактеризован как низкий, средний или высокий. Оценка производится по комплексу критериев, включая характер межличностных отношений,

развитость самоуправления, состояние психологического климата и степень ценностно-ориентационного единства группы (по данным Т.Е. Конниковой, А.С. Макаренко, Л.И. Уманского, С.Т. Шацкого, и др.) [21].

Необходимо отметить показатели развития коллектива, которые выделил Л.И. Уманский: интеллектуальная, эмоциональная и волевая коммуникативность [27].

– Интеллектуальная коммуникативность отражает способность членов группы к адекватному взаимному восприятию, достижению консенсуса и интуитивному пониманию друг друга без необходимости детальных разъяснений.

– Эмоциональная коммуникативность проявляется в характере и насыщенности чувственных связей между участниками коллектива.

– Волевая коммуникативность демонстрирует уровень групповой устойчивости к стрессу в сложных условиях, а также способность сообща преодолевать возникающие препятствия и внешнее давление [27].

По определению Т.Е. Конниковой, коллектив учащихся – это объединение детей, которое консолидируется вокруг общей социально значимой цели, совместной деятельности, ее организованности и системы самоуправления. Такой коллектив характеризуется высоким уровнем сплоченности, ответственности, взаимозависимости, а также равноправием всех его членов [26].

В качестве ключевого показателя развитого коллектива Т.Е. Конникова и З.И. Васильева выделяли гуманистический характер взаимоотношений. Он проявляется в активном участии обучающихся в общественно полезных делах, сотрудничестве с другими коллективами ради высокой нравственной идеи, совместном преодолении трудностей и разделении радости общих успехов.

Сплоченность выступает в качестве фундаментального и высокоэффективного условия успешного существования группы. При этом необходимо понимать, что данное явление носит комплексный характер и

состоит из нескольких самостоятельных типов, каждый из которых формируется под влиянием определенных объединяющих факторов.

Сложность сплоченности как явления подтверждается выделением А.И. Донцовым трех основных направлений ее исследования:

- 1) преимущество эмоциональных элементов межличностного взаимодействия;
- 2) упор на познавательную активность;
- 3) внутригрупповое взаимодействие, соотносящееся с достижением групповой цели [11].

По мнению А.Л. Модруса, все формы связей в образовательном учреждении должны включать в себя совместность характеров, а также выстраивать разные отношения между взрослым и ребенком и между самими детьми. Важно помнить, что лучше культура взаимодействия формируются в малых по составу группа, в которых ребенок получает эмоциональную поддержку чаще и больше [19].

В исследованиях, рассматривающих сплоченность, условно выделено три основных вектора изучения.

Первое направление посвящено изучению сущности сплоченности.

По Я.Л. Коломинскому сплоченность трактуется как феномен взаимной симпатии между членами коллектива, а также привлекательности самой группы для ее участников. В рамках данного подхода сплоченность понимается преимущественно как эмоциональное явление, содержание которого раскрывается через систему межличностных предпочтений и возможных отклонений от них. Основной акцент в этой концепции делается на субъективные, эмоционально окрашенные предпочтения индивидов [13].

В свою очередь Л.И. Новикова определяет предмет изучения сплоченности как комплекс эмоционально-интеллектуальных взаимосвязей между участниками группы, включающих симпатию, тяготение, а также негативные оценки. Автор отмечает, что сплоченность формируется постепенно и укрепляется при грамотной организации поддерживающих

условий. Несмотря на естественную потребность детей в общении, отдельным из них для успешной интеграции в коллектив может быть необходима целенаправленная помощь взрослых [20].

В ходе анализа зарубежных концепций М.Г. Андреева и Н.Н. Богомолова указывают, что групповая сплоченность трактуется в них через феномен социальной перцепции, то есть через субъективное восприятие и оценку членами группы собственного объединения [2]. В частности, Т. Ньюком в качестве центрального фактора сплочения выделяет сходство участников, а понятие «согласие» определяет как совпадение ценностных ориентаций между двумя или более индивидами [28].

Многими исследователями групповая сплоченность определяется через единство участников группы. Так, Л.Т. Почебут и В.А. Чикер считают, что «сплоченность характеризуется устойчивостью и единством межличностных взаимоотношений и взаимодействий» [20, с. 68]. По определению Л.И. Уманского, сплоченность – это высокая степень групповой интеграции, слитности, единства между членами группы [27, с. 59]. По А.А. Русалиновой сплоченность коллектива – «идейно-политическое, нравственное, интеллектуальное, эмоциональное и волевое единство его членов, развивающееся на основе такой объективной характеристики, как организационное единство» [21, с.182].

Большинство ученых сходятся во мнении, что сплоченность представляет собой интегральную характеристику, отражающую силу связей и внутреннюю целостность взаимоотношений в группе. Таким образом, фундаментальной основой сплоченности является именно групповое единство. Это единство проявляется комплексно: в гармонии эмоциональных связей и переживаний, в общности ценностных ориентиров, а также в согласованности практических действий, направленных на достижение коллективных целей.

Оптимальным уровнем зрелости ученического коллектива можно считать состояние, при котором все его участники активно и осознанно

участвуют в общем деле, разделяя ответственность за итоги. Современная педагогическая наука также оперирует понятием «общность», которое описывает более широкое и комплексное социальное объединение. Его отличительной чертой являются прочные взаимосвязи, обеспечивающие способность группы к согласованным действиям как единому целому. Основой для возникновения общности служит совпадение ключевых ориентиров – интересов, целей и функциональных ролей ее членов. Более того, ее участников часто объединяет общность культурных потребностей и ценностей, что вносит существенный вклад в усиление групповой сплоченности [11].

Таким образом, сплоченность классного коллектива (класса) – это интегральная социально-психологическая характеристика группы, отражающая степень эмоциональной, ценностной и деятельностной общности учащихся, их приверженности группе и взаимной притягательности.

### **1.3. Роль сплоченности классного коллектива в профилактике буллинга в подростковом возрасте**

Традиционно буллинг рассматривают как проблему отношений между двумя сторонами: агрессором и жертвой. Однако такой взгляд является слишком узким. Российские исследования показывают, что травля – это групповой процесс, в который втянут весь класс, включая тех учеников, кто сам никого не травит и не подвергается нападкам [1]. Молчаливые наблюдатели, равнодушные одноклассники, педагоги, не замечающие проблемы, – все они невольно становятся частью ситуации и влияют на ее развитие. Поэтому для профилактики буллинга недостаточно работать только с агрессором и жертвой. Необходимо воздействовать на группу в целом, меняя ее атмосферу и отношения между детьми. Именно здесь на первый план выходит сплоченность класса – способность учеников быть единой командой, в которой насилие и унижение не принимаются как норма.

Сплоченность – это не просто дружеская атмосфера, а комплексное качество группы, характеризующееся взаимной привязанностью, солидарностью, разделением общих ценностей и высокой мотивацией к достижению общих целей. Именно эти характеристики делают сплоченный коллектив мощным естественным барьером на пути буллинга (школьной травли).

Школьный климат представляет собой совокупное субъективное восприятие участниками образовательного процесса (учениками, педагогами, администрацией) школьной среды, которое формируется на основе оценки ее способности обеспечивать психологическую безопасность, комфорт и всестороннюю поддержку. С.В. Кривцова выделяет две фундаментальные функции школьной атмосферы. Во-первых, она формирует у ученика чувство принадлежности и самооценности через его реальную вовлеченность в жизнь школы. Когда ребенок востребован и активно участвует в проектах, он ощущает себя значимой частью общего коллектива. Во-вторых, атмосфера проявляется в том, что школа инвестирует в будущее ребенка, беря на себя активную роль в построении его жизненных перспектив и оказывая поддержку как в учебных, так и в социальных достижениях [15].

Связь буллинга и сплоченности коллектива раскрыта в работе С.В. Кривцовой. Автор обосновывает, что искоренение буллинга не может быть результатом единичных административных мер или работы только с агрессором и жертвой. Решение проблемы требует консолидации усилий всех участников образовательного процесса, что и выражается в предложенной автором формуле «сплоченность равнодушных» [1].

Согласно подходу С.В. Кривцовой, основой профилактики выступает формирование в школе такой организационной культуры, при которой взрослые – педагоги и администрация – занимают недвусмысленную и деятельную позицию по отношению к любым проявлениям насилия. Они не просто декларируют недопустимость травли, но сами демонстрируют равнодушное отношение и активную гражданскую позицию,

выражающуюся в том, чтобы не оставлять без внимания случаи буллинга, активно вмешиваться в ситуацию и оказывать поддержку жертвам, одновременно лишая инициаторов травли всяческой поддержки со стороны значимых лиц [1].

По С.В. Кривцовой, сплоченность в школьном коллективе в контексте проблемы буллинга – это ясная позиция педагогов и большинства учеников по отношению к насилию и готовность противостоять ему. Некоторые элементы сплоченности:

– Четкие правила поведения (закрепленные в школьном распорядке и в уставе школы), определяющие, какое поведение является желаемым, а какое нет. В правилах должно быть однозначно отражено, что дискриминация и буллинг запрещены, и что в школе их не будут терпеть ни при каких обстоятельствах.

– Неравнодушное отношение – взрослые демонстрируют, что не проходят мимо случаев буллинга, а активно вмешиваются, оказывая помощь тому, кто стал жертвой агрессоров, а инициаторов буллинга лишают поддержки [15].

В сплоченной группе вырабатываются и строго соблюдаются внутренние, разделяемые всеми нормы поведения. Если одной из таких норм становится взаимное уважение и нетерпимость к унижению, группа начинает сама регулировать поведение своих членов. В сплоченном коллективе выше вероятность, что кто-то из одноклассников открыто вступится за жертву или сообщит взрослому, потому что чувствует личную ответственность за поддержание групповых правил. Сплоченность развивается через совместную деятельность, требующую понимания и учета эмоций, сильных и слабых сторон друг друга. В таком коллективе дети лучше «читают» эмоциональное состояние окружающих. Участники группы раньше замечают признаки дистресса у потенциальной жертвы (подавленность, тревожность). Развитая эмпатия не позволяет оставаться равнодушным к явному страданию

одноклассника. Повышается вероятность как прямого вмешательства, так и своевременного информирования взрослых

В исследовании Т.Ю. Марковой, Е.С. Холоповой в результате корреляционного анализа выявлена статистически значимая корреляционная взаимосвязь между уровнем сплоченности и определяющей ролью жертвы, то есть, чем более выражена вероятная жертвенность у испытуемого, тем менее выражено у него ощущение сплоченности коллектива. Исследования показывают, что чувство сплоченности формируется в условиях дружелюбия, общности целей и взглядов, открытой коммуникации, тесной вовлеченности в жизнь группы и психологической безопасности. Ребенок в роли жертвы буллинга лишен доступа к этим условиям. Его социальные связи, как правило, ограничены или отсутствуют, что ведет к изоляции и невозможности ощутить себя равноправной частью коллектива. Более того, систематическое насилие в его адрес (вербальное, социальное, физическое) создает атмосферу постоянной угрозы, полностью блокируя любое чувство защищенности и, как следствие, – сплоченности с группой, которая является для него источником опасности [16].

В коллективе, в котором есть ситуации буллинга, априори не может быть благоприятного психологического климата и сплоченных взаимоотношений, это объясняется тем, что жертва не может чувствовать себя в безопасности, а также, по мнению А.И. Аверьянова, часто свидетели издевательств страдают так же, как и жертва. Они чувствуют то же самое. Издеательства вызывают в людях негативные черты [1].

В разобщенном классе доминирует иерархическая модель, где статус доказывается через унижение других (конкуренция за место «наверху»). В сплоченном коллективе статус обретается через вклад в общее дело, группа, объединенная общими целями (успех проекта, победа в конкурсе, создание благоприятного климата), воспринимает агрессора как угрозу своей эффективности и репутации, а не как «сильную личность». Таким образом,

сплоченность лишает буллинг его главного «топлива» – пассивного или одобряющего наблюдения большинства (эффекта «молчаливого одобрения»).

В разобщенном классе вакуум лидерства часто заполняют агрессивные или манипулятивные дети. В сплоченном коллективе формируется институт позитивного лидерства, основанный на авторитете, организаторских способностях и способности представлять общие интересы. Позитивные лидеры, пользующиеся уважением класса, могут открыто осудить травлю, задать тон отношениям, стать медиаторами в конфликтах. Их влияние на групповые нормы сильнее, чем влияние потенциального агрессора.

Проведенное Е.Ю. Волчегорской и М.В. Жуковой исследование подтверждает, что сплоченность коллектива является ключевым параметром благоприятного школьного климата у младших школьников и действенным фактором профилактики буллинга. Эти выводы предоставляют научное обоснование для более целенаправленного и эффективного вмешательства учителей начальных классов с целью смягчения данной острой проблемы школьной среды [8].

В методических рекомендациях по профилактике буллинга в общеобразовательной организации отмечается на уровне класса для профилактики буллинга реализацию профилактических программ, направленных на сплочение классных коллективов, снижение конкуренции и обучение детей навыкам «активной дружбы».

Как отмечает А.В. Семенова, тренинг сплочения коллектива является важным и действенным инструментом профилактики школьной травли (буллинга), коррекции отношений между школьниками и формирования здорового социально-психологического климата в классе. Его эффективность основана на переводе работы из плоскости реагирования на конфликты в плоскость проактивного формирования групповых норм, навыков и доверия. Тренинг сплочения коллектива – это мощный социально-педагогический инструмент, который не просто временно улучшает атмосферу, а целенаправленно «перепрошивает» деструктивные паттерны общения в

классе. Он работает на опережение, создавая у детей иммунитет к травле через развитие взаимопонимания, уважения и кооперации. Однако его максимальный потенциал раскрывается только как часть целостной системы воспитательной работы, направленной на построение безопасной и инклюзивной образовательной среды [23].

Важным для понимания роли сплоченности является и то, что буллинг в классе поддерживается не столько активными действиями агрессоров, сколько, по С.В. Кривцовой – пассивным молчаливым согласием большинства [4]. Именно молчаливое принятие травли свидетелями, их нежелание вмешиваться или сообщать взрослым легитимирует насилие и создает условия для его воспроизводства. Как подчеркивает С.В. Кривцова, важнейшей задачей профилактики является преодоление этой пассивности: превращение наблюдателей из безмолвных соучастников в «неравнодушных», готовых активно противостоять травле [1]. Таким образом, сплоченность в антибуллинговом контексте понимается не как унификация мнений или безоговорочное подчинение лидеру, а как ценностное единство группы, основанное на разделяемой всеми позиции неприятия насилия и взаимной поддержки.

Достижение сплоченности классного коллектива, как фактора профилактики буллинга в образовательной среде предполагает системную работу – это развитие навыков конструктивного разрешения конфликтов, формирование эмпатии и взаимного уважения, создание условий для проявления каждым учеником своей индивидуальности без риска быть отвергнутым.

Работа по развитию групповой сплоченности в классном коллективе требует интеграции нескольких взаимодополняющих методических направлений. Игровые технологии, арт-терапия, социально-психологический тренинг и организация совместной деятельности не являются изолированными инструментами – каждый из них активирует специфические

психологические механизмы групповой динамики, а их сочетание позволяет воздействовать на сплоченность комплексно.

Игровой подход выступает базовым методом развития сплоченности, особенно в младшем подростковом возрасте. Его эффективность обусловлена способностью игры создавать безопасную и непринужденную обстановку, в которой участники получают возможность взаимодействовать более открыто, без страха оценки и отвержения. Анализируя практику индивидуализации групповых тренинговых занятий с учетом личностных особенностей подростков 11–13 лет, Е.Б. Борисова, подчеркивает, что авторская модификация игр и упражнений позволяет снижать напряжение, повышать вовлеченность и создавать безопасную психологическую среду для развития коммуникативных навыков [1].

В игровом взаимодействии участники объективно вынуждены планировать и согласовывать свои действия с действиями партнеров, подчиняться групповым правилам и ориентироваться на других детей. Игра одновременно отражает уже сложившийся уровень взаимоотношений в коллективе и преобразует его, предоставляя детям опыт совместного проживания эмоций и формируя эмпатическую чувствительность к состояниям друг друга [БОРИСОВ].

Арт-терапевтические техники вносят вклад в развитие сплоченности через создание особой эмоциональной атмосферы и развитие навыков невербального общения. Как отмечает Н.Н. Тельшева, в арт-терапевтической деятельности возрастает групповое общение, чувство групповой сплоченности и солидарности [2]. Ключевым фактором здесь выступает отсутствие жестких критериев оценки «правильно-неправильно»: у ребенка нет страха сделать что-то не так, что снижает уровень тревожности и открывает путь к свободному самовыражению. При групповой арт-терапии каждый участник получает обратную связь как от психолога, так и от группы. Важнейшими принципами групповой арт-терапевтической работы выступают безоценочность и конфиденциальность. Правила обратной связи исключают

оценочные суждения, предполагают использование «я-высказываний» вместо «ты-высказываний», дают право на молчание. Через совместное участие в художественной деятельности, особенно при выполнении групповых заданий (например, создание общего рисунка), дети учатся видеть мир глазами другого, понимать чувства и переживания, выраженные невербально [2].

**Социально-психологический тренинг** является одним из наиболее разработанных инструментов целенаправленного воздействия на процессы групповой динамики. Д.А. Зверев и В.А. Штроо на базе НИУ ВШЭ провели формирующий эксперимент, в котором рабочие группы приняли участие в тренинге, актуализирующем различные процессы групповой динамики [4]. Авторами было показано, что наибольшую эффективность демонстрируют те модули тренинга, которые моделируют конкретные процессы: групповую идентификацию, групповое нормообразование, групповое сплочение, лидерство, дифференциацию групповых ролей и групповое принятие решений [4]. Таким образом, тренинг рассматривается не как набор разрозненных упражнений, а как метод, воспроизводящий естественную динамику развития группы в сжатом, концентрированном виде. В ходе тренинга производились замеры групповой сплоченности, группового единства и уровня состоятельности личности членов группы, что дало возможность статистически обосновать эффективность предложенных модулей [4].

Существенный вклад в понимание механизмов развития сплоченности вносит **совместная деятельность**, организованная на основе теории деятельностного опосредствования межличностных отношений А.В. Петровского [5]. Согласно данной концепции, подлинная сплоченность возникает естественным путем в процессе совместной деятельности, значимой для всех членов коллектива. Отношения между участниками группы опосредуются содержанием, целями и ценностями этой деятельности: чем более общественно значима и лично привлекательна цель, тем выше уровень сплоченности.

Еще одним методическим направлением выступает **тимбилдинг (командообразование)**, который определяется В.В. Ащеуловой как полноценная система формирования внутригрупповых неформальных дружеских связей, раскрытия личностного потенциала и лидерских качеств каждого участника, формирования чувства ответственности и взаимопомощи [8]. По характеру взаимодействия выделяют несколько видов тимбилдинга: спортивный (командные игры, эстафеты), логико-психологический (игры на выявление лидера, развитие коммуникативных навыков), творческий (постановка спектаклей, создание общей картины), интеллектуальный (квесты, викторины) и социально-экологический (субботники, благотворительные акции) [8].

Таким образом, профилактика буллинга через сплочение коллектива – это не просто «сделать детей дружнее», а целенаправленное формирование групповой динамики, при которой сама структура класса становится невосприимчивой к травле. Это переход от защиты отдельных жертв к созданию среды, где агрессия не может укорениться. Рассмотрим этот процесс на более глубоком уровне. Сплоченность коллектива – ресурс безопасности образовательной среды: снижает уровень агрессии и конкуренции, создавая альтернативные пути для самоутверждения, делает потенциальную жертву менее уязвимой, а действия агрессора – социально неприемлемыми и обеспечивает быстрое выявление проблемы и мобилизацию групповых ресурсов для остановки буллинга.

## Выводы по Главе 1

Буллинг – это систематическое, умышленное агрессивное поведение, характеризующееся дисбалансом власти между обидчиком и жертвой, при котором жертва не может себя эффективно защитить. Его ключевыми признаками являются повторяемость, асимметрия сил, прямой умысел причинить вред и разрушительное воздействие на физическое и психическое состояние жертвы.

Ролевая структура буллинга включает не только агрессора и жертву, но и наблюдателей (помощников, сторонников, пассивных свидетелей и защитников), от поведения которых во многом зависит динамика травли.

Буллинг проявляется в формах: физическая, вербальная, социально-психологическая (реляционная) и кибербуллинг, которые часто сочетаются.

Сплоченность классного коллектива – это интегральное групповое свойство, отражающее степень единства, взаимной привязанности и готовности членов класса к совместной деятельности ради достижения общих целей. Она является ключевым показателем социально-психологического климата группы.

Структура сплоченности включает три взаимосвязанных уровня: эмоциональный уровень, который проявляется в симпатии, дружеских связях, взаимной поддержке, ценностно-нормативный уровень, включающий разделение общих целей, правил и социальных норм и деятельностный – как способность к слаженным совместным действиям.

Сплоченность коллектива является системообразующим фактором психологической безопасности образовательной среды и выступает мощным буфером против деструктивных групповых явлений, таких как буллинг. Высокий уровень сплоченности трансформирует группу из пассивных наблюдателей в активное сообщество, способное саморегулироваться и пресекать насилие.

## **ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ РАЗВИТИЯ СПЛОЧЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ КЛАССНОГО КОЛЛЕКТИВА В КАЧЕСТВЕ ПРОФИЛАКТИКИ БУЛЛИНГА В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**

### **2.1. Организация и методики исследования**

С целью изучения возможностей развития сплоченности обучающихся классного коллектива в качестве профилактики буллинга в подростковой среде нами было организовано экспериментальное исследование.

Исследование проводилось на базе МАОУ СШ г. Красноярска

В исследовании приняли участие 24 обучающихся 7 класса в возрасте 13-14 лет.

Экспериментальное исследование включало несколько этапов:

1. Констатирующий этап – первичная диагностика уровня сплоченности класса, психологического климата и рисков буллинга с использованием подобранного комплекса методик. Цель – зафиксировать исходное состояние изучаемых параметров.

2. Формирующий этап – разработка и реализация комплекса психолого-педагогических мероприятий, направленных на развитие сплоченности обучающихся, как профилактического ресурса против буллинга.

3. Контрольный этап – повторная диагностика по тем же методикам для оценки динамики показателей и проверки эффективности формирующего воздействия.

Был подобран следующий диагностический комплекс:

1. Для изучения сплоченности школьного класса были подобраны следующие стандартизированные методики:

1.1. Методика оценки уровня психологического климата коллектива А.Н. Лутошкина. Методика предназначена для изучения уровня благоприятности или неблагоприятности ученического коллектива.

Участникам опроса предлагают оценить, как проявляются определенные свойства психологического климата в коллективе. Для этого нужно прочитать текст слева и справа, и отметить знаком «+» ту оценку, которая, по мнению участника, соответствует истине.

Методика позволяет выявить степень благоприятности психологического климата коллектива:

- 22 и более – высокая степень благоприятности социально-психологического климата;
- от 8 до 22 – средняя степень благоприятности;
- от 0 до 8 – низкая степень (незначительная) благоприятности;
- от 0 до (-8) – начальная неблагоприятность социально-психологического климата;
- от (-8) до (-10) – средняя неблагоприятность;
- от (-10) и ниже – сильная неблагоприятность.

#### 1.2. Методика: «Наша группа» О.И. Моткова.

Цель методики – определить структуру группы, группировки, уровень сплоченности ее членов, степень противоречивости отношений.

Участники заполняют опросный лист, в котором на каждый из восьми вопросов о взаимоотношениях в коллективе они дают однозначный ответ «да» или «нет», при желании конкретизируя, к кому именно относятся их оценки.

При обработке результатов считается, чем больше положительных лидеров и меньше отрицательных, тем выше сплоченность и возможности самоорганизации, ниже степень противоречивости отношений, выше значимость и приемлемость группы для ее членов. И наоборот, при наличии нескольких отрицательных лидеров ниже сплоченность и хуже самочувствие членов в группе.

Балловые показатели уровень сплоченности и развития коллектива:

- 5 и более баллов – высокий уровень;
- 3 – 4 балла – средний уровень;
- если меньше 2 или равно 2 баллам – низкий уровень.

2. Для исследования буллинга школьном классе были использованы методики диагностики:

2.1. Опросник по выявлению рисков буллинга (НИЦМП, 2024).

Разработчик: Научно-исследовательским центром мониторинга и профилактики деструктивных проявлений в образовательной среде (НИЦМП).

Методика представляет собой скрининговый инструмент, предназначенный для экспресс-диагностики рисков буллинга в школьных коллективах.

Методика позволяет выявить следующие уровни риска буллинга:

- Низкий уровень риска буллинга – до 17 баллов;
- Средний уровень риска буллинга – 18-34 балла;
- Высокий уровень риска буллинга – 35-51 балл.

2.2. Опросник Д. Ольвеуса «Роли жертвы и агрессора в ситуации буллинга» (Revised Olweus Bully/Victim Questionnaire, ROBVQ). Опросник адаптирован Е.В. Бушиной, А.М. Муминовой (2021).

Опросник предназначен для диагностики вовлеченности в ситуацию школьного буллинга, а именно уровень виктимизации и агрессии.

Методика состоит из двух шкал: шкалы виктимизации и агрессии.

1. Виктимизация (жертва) – степень, в которой респондент подвергается агрессии со стороны сверстников.

2. Агрессия (агрессор) – степень, в которой респондент сам проявляет агрессию по отношению к другим.

Респондент оценивает частоту столкновения с той или иной ситуацией за последние несколько месяцев. В ответах используется пятибалльная шкала (от никогда до несколько раз в неделю).

Методика позволяет выявить следующие уровни виктимизации и агрессии:

- Низкий уровень – до 10 баллов;
- Средний уровень – 11- 21 балла;
- Высокий уровень – 22-32 балла.

## 2.2. Результаты констатирующего эксперимента

Рассмотрим результаты исследования сплоченности школьного коллектива, наличие группировок и степень противоречивости межличностных отношений, полученных по методике «Наша группа» О.И. Моткова.

На рисунке 1 представлено распределение обучающихся по оценке уровня развития коллектива и сплоченности своего класса.

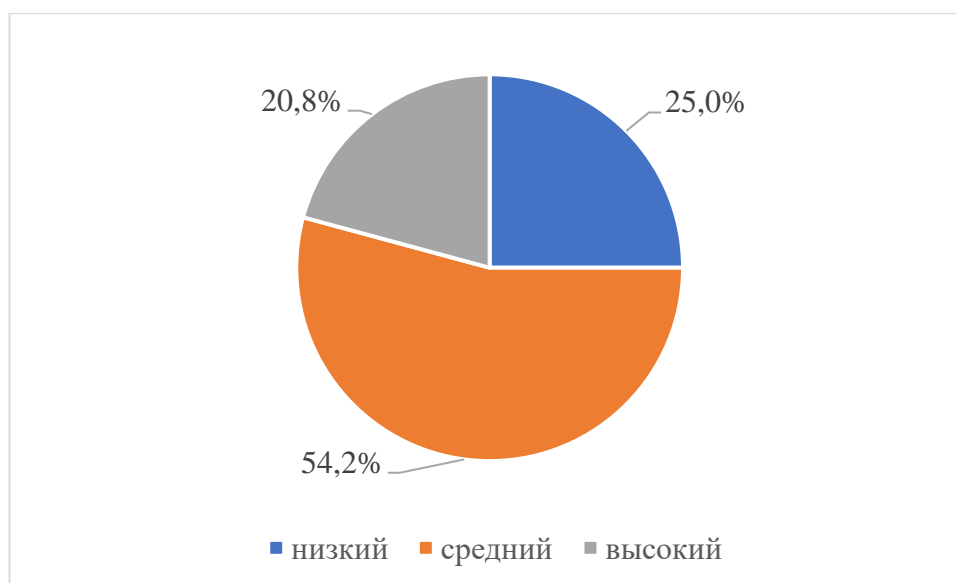


Рис. 1. Распределение обучающихся по оценке уровня сплоченности школьного класса по методике «Наша группа» О.И. Моткова

Согласно данным, представленным на рис. 1, большинство обучающихся отмечают средний уровень сплоченности своего класса.

Четверть обучающихся (25%) оценили уровень сплоченности как низкий. В своих ответах они указали на наличие значительного числа негативных лидеров, отсутствие единства в коллективе и общее неблагополучие психологического климата в классе.

Большинство обучающихся (54,2%) оценили уровень сплоченности школьного класса как средний. Это свидетельствует о наличии внутреннего противоречия в классе, где произошло разделение на условно

«положительные» и «отрицательные» неформальные группы, что препятствует формированию целостного коллектива класса.

Высокий уровень сплоченности отметили 20,8% обучающихся, которые считают, что класс является сплоченным, низкая степень противоречивости отношений, а также высокая субъективная ценность и привлекательность группы для ее участников.

Рассмотрим результаты исследования степени благоприятности или неблагоприятности ученического коллектива, полученные по методике А.Н. Лутошкина.

На рис. 2 представлено распределение обучающихся по оценке степени благоприятности / неблагоприятности психологического климата коллектива.

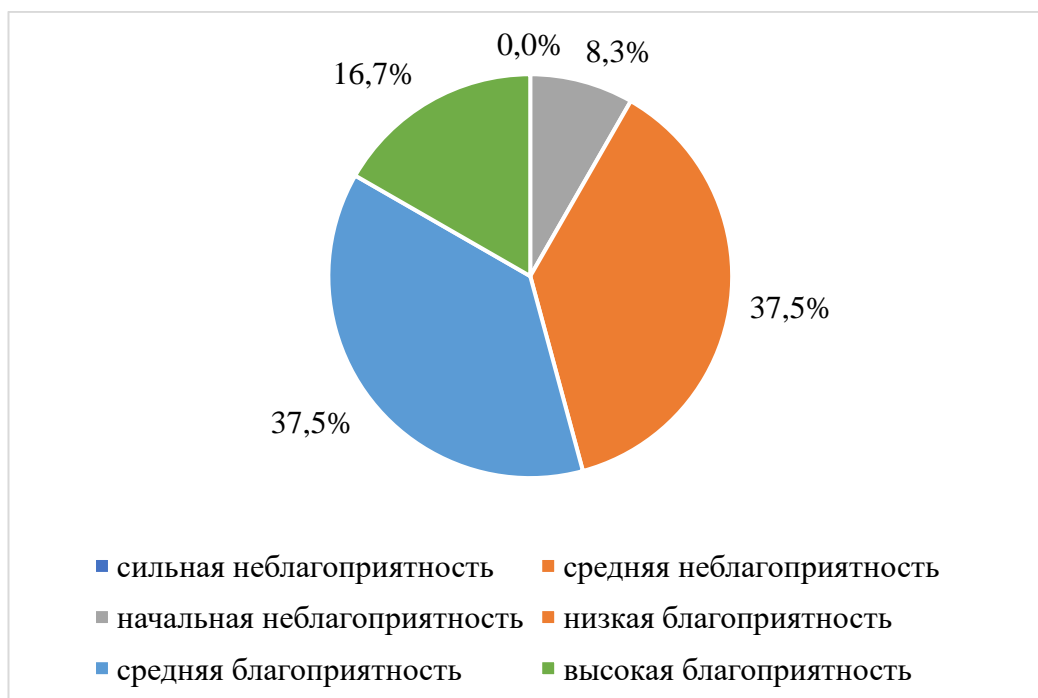


Рис. 2. Распределение обучающихся по уровню развития благоприятности / неблагоприятности психологического климата коллектива класса по методике А.Н. Лутошкина

Данные уровня развития благоприятности / неблагоприятности психологического климата коллектива класса, представленные на рис. 2 позволяют сделать следующие выводы.

Не выявлена в школьном коллективе 7 класса сильная неблагоприятность и средняя неблагоприятность психологического климата коллектива.

Начальную неблагоприятность отметили только 8,3% участников коллектива.

В равной мере распределилось количество участников коллектива, которые отмечают низкую (37,5%) и среднюю степень (37,5%) благоприятности психологического климата школьного класса.

Высокий уровень благоприятности психологического климата отметили 16,7% обучающихся.

Результаты исследования благоприятности / неблагоприятности психологического климата школьного коллектива 7 класса свидетельствует о сниженном эмоциональном фоне в коллективе.

Доброжелательность и взаимная поддержка обучающихся избирательна или отсутствует, характеризуется равнодушием, пренебрежением. Согласованность действий частичная, могут возникать несогласованность и непонимание. Настроение неустойчивое, сменяется с оптимистичного настроения к апатии, подавленности, или тревоги. Увлеченность общим делом умеренная или отсутствует. Чувство защищенности ограничено, обучающиеся чувствуют себя уверенно в привычном круге общения.

На основе полученных результатов диагностики можно сделать вывод о неустойчивом и неблагоприятном психологическом климате в коллективе, что создает прямые предпосылки для возникновения буллинга. Избирательная доброжелательность, разобщенность и эмоциональная нестабильность формируют среду, в которой агрессия может остаться незамеченной или не встретить отпора.

Рассмотрим результаты исследования риска возникновения буллинга в класном коллективе, полученные по опроснику по выявлению рисков буллинга (НИЦМП).

На рис. 3 представлено распределение обучающихся по оценке уровня риска возникновения буллинга.

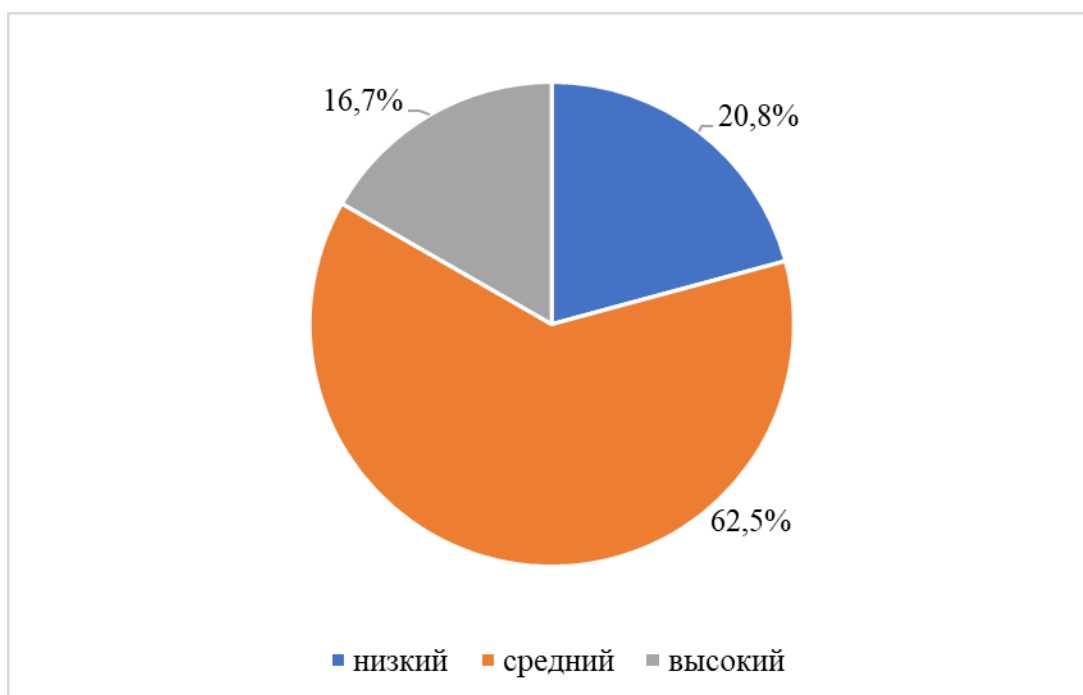


Рис. 3. Распределение обучающихся по уровню риска возникновения буллинга в школьном классе по опроснику по выявлению рисков буллинга (НИЦМП)

Данные уровня риска возникновения буллинга в школьном классе, представленные на рис. 3 позволяют сделать следующие выводы.

Более половины обучающихся – 62,5% обучающихся находятся в пределах среднего риска буллинга, что указывает на наличие потенциальной угрозы эскалации конфликтных отношений. При этом 16,7% обучающихся демонстрируют высокий уровень риска. Лишь 20,8% обучающихся оценивают обстановку как относительно безопасную, находясь на низком уровне риска возникновения буллинга в школьном коллективе.

Рассмотрим результаты исследования вовлеченности в ситуацию школьного буллинга, а именно уровень виктимизации и агрессии, полученные по опроснику Д. Ольвеуса (в адаптации Е.В. Бушиной, А.М. Муминовой).

На рис. 4 представлено распределение обучающихся класса по уровню виктимизации (степень подверженности агрессии со стороны сверстников) и

уровню агрессии (степень выражения агрессии по отношению к другим сверстникам).

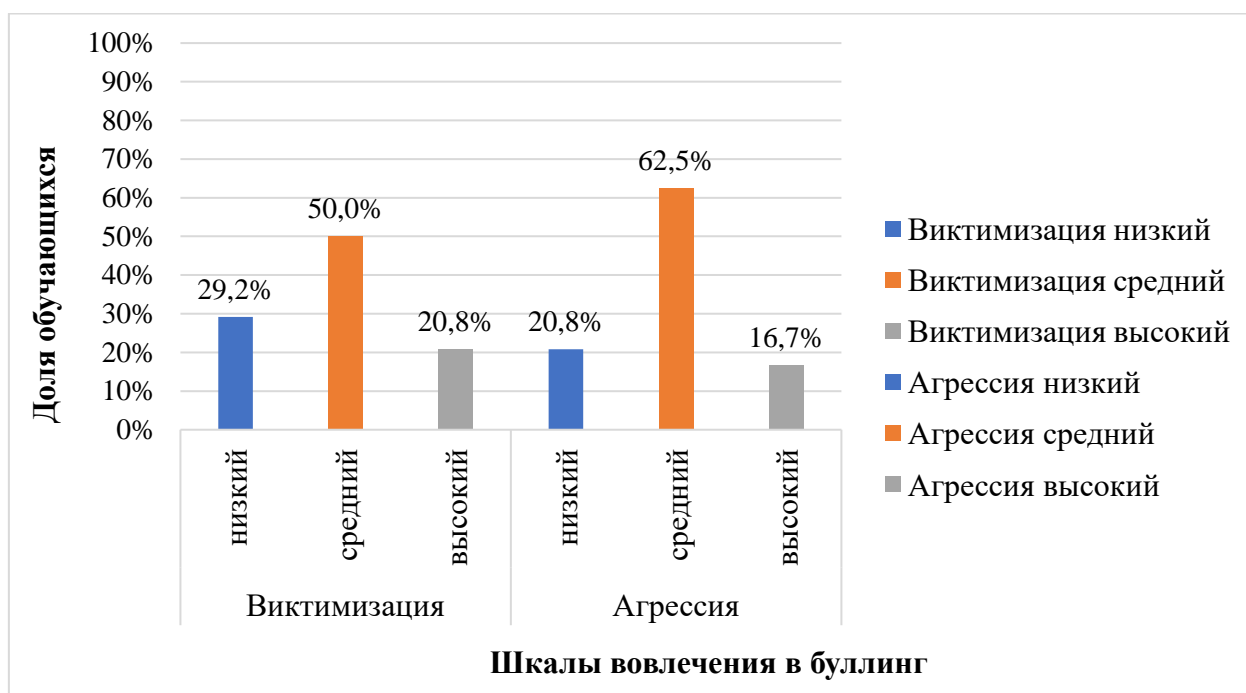


Рис. 4. Распределение обучающихся по уровню виктимизации и агрессии по опроснику Д. Ольвеуса

Данные вовлечения обучающихся в ситуацию буллинга, представленную виктимизацией и агрессией, представленные на рис. 4 позволяют сделать следующие выводы.

По шкале «Виктимизация» распределение обучающихся следующее: низкий уровень выявлен у 29,2% обучающихся, средний – у 50,0%, высокий – у 20,8%. Полученные данные показывают, что половина учащихся класса находится в зоне среднего риска виктимизации, то есть эпизодически сталкивается с агрессивными проявлениями со стороны одноклассников.

При этом 20,8% обучающихся демонстрирует высокий уровень виктимизации, что свидетельствует о систематическом негативном воздействии и соответствует ролевой позиции «жертвы».

Доля обучающихся с низким уровнем виктимизации составляет 29,2%, что говорит о том, что менее трети класса ощущают себя в относительной безопасности.

По шкале «Агрессия» получены следующие данные: низкий уровень зафиксирован у 20,8% обучающихся, средний – у 62,5%, высокий – у 16,7% обучающихся.

Преобладание среднего уровня агрессии у большинства учащихся (62,5%) указывает на то, что агрессивные формы взаимодействия являются достаточно распространенным способом коммуникации в классе.

Высокий уровень агрессии выявлен у 16,7% обучающихся, что позволяет отнести их к категории «агрессоров».

Лишь 20,8% учащихся не склонны к проявлению агрессии в межличностных отношениях.

Сопоставление результатов по двум шкалам показывает, что в коллективе параллельно присутствуют как инициаторы травли, так и обучающиеся, занимающие позицию жертвы. При этом широкое распространение средних показателей как по шкале виктимизации (50,0%), так и по шкале агрессии (62,5%) свидетельствует, что значительная часть класса может ситуативно оказываться как в роли агрессора, так и в роли жертвы.

Таким образом, результаты диагностики свидетельствуют о наличии в классе выраженных рисков буллинга, внутреннего противоречия в классе, сниженного уровня благоприятности коллектива. Следовательно, целенаправленное развитие сплоченности обучающихся выступает необходимым условием профилактики буллинга: формирование единства, взаимной поддержки и конструктивных норм взаимодействия способно снизить уровень агрессии, уменьшить число потенциальных жертв и повысить уровень благоприятности в классном коллективе.

### **2.3. Характеристика комплекса игр, направленных на развитие сплоченности классного коллектива, и оценка его результативности на контрольном этапе**

На основе данных, полученных на констатирующем этапе исследования, нами предложен комплекс игр развития сплоченности обучающихся классного коллектива.

Комплекс игр основан на работах таких авторов, как А. Адлер, М.Р. Битянова, А.С. Спиваковский, Е.Н. Ульянова.

Игровой подход выступает эффективным средством развития групповой сплоченности в подростковом возрасте, поскольку опирается на ведущие потребности данного возрастного периода: потребность в общении со сверстниками, в признании и самоутверждении, в принадлежности к группе. В отличие от прямых дидактических воздействий, игра создает естественную для подростков среду, в которой нормы сотрудничества и взаимной поддержки усваиваются не через назидание, а через непосредственный проживаемый опыт.

Цель комплекса игр: развитие групповой сплоченности обучающихся 7 класса как фактора профилактики буллинга в подростковом возрасте посредством реализации комплекса игр различных форм.

Задачи комплекса игр:

1. Развивать доверие и взаимную поддержку через включение в игровые ситуации, требующие опоры на действия одноклассников и оказания помощи друг другу.

2. Развивать навыки конструктивного сотрудничества (умение договариваться, распределять роли, согласовывать действия и находить совместные решения в условиях ограниченных ресурсов и времени).

3. Способствовать формированию ценностного единства и групповой идентичности через совместное создание и принятие символов класса.

4. Развивать эмпатию и навыки конструктивного разрешения конфликтов через проживание игровых ситуаций, моделирующих необходимость понимания чувств и потребностей другого.

5. Закреплять позитивный опыт взаимодействия через рефлексивное обсуждение после каждой игры, обеспечивая перенос игровых моделей сотрудничества в повседневную жизнь класса.

Частота встреч: 1 раз в неделю.

Общее количество часов: 12 академических часов.

Продолжительность игры: 1 час.

При разработке комплекса игр, направленных на развитие сплоченности обучающихся классного коллектива, мы исходили из следующих положений:

1. Естественность и вовлеченность. Игра – органичная для подростков деятельность, снижающая сопротивление и защитные барьеры. В игре нормы сотрудничества усваиваются не через назидание, а через живой опыт.

2. Общая цель и совместный успех. Когда класс решает единую задачу, успех которой зависит от вклада каждого, возникает переживание «мы вместе справились». Это формирует чувство общности и взаимной значимости.

3. Вынужденная кооперация. Правильно спроектированный квест или игра ставят подростков в условия, где без взаимодействия, умения договариваться и слушать друг друга невозможно достичь результата. Новые связи возникают естественно, а не по указанию взрослого.

4. Позитивная эмоциональная память. Совместно пережитые яркие эмоции (радость открытия, азарт поиска, общее преодоление) создают позитивный эмоциональный фон, который переносится на отношения в классе в целом.

5. Смена ролей. В игре подросток, привыкший быть в позиции «наблюдателя» или «изгоя», может проявить себя с неожиданной стороны (смекалка, лидерство в конкретном задании), что меняет отношение к нему одноклассников.

6. Разнообразие игровых форм. Использование сюжетно-ролевых игр, квестов, игр-проживаний, игр-путешествий, игр-конструкторов и символических игр позволяет воздействовать на разные аспекты сплоченности: доверие, эмпатию, навыки сотрудничества, невербальную коммуникацию, ценностное единство, групповую идентичность. Каждая форма активирует свой механизм сплочения, что в комплексе дает устойчивый результат.

7. Рефлексивное завершение. Каждая игра завершается обсуждением, в ходе которого участники осознают полученный опыт, связывают его с реальными отношениями в классе и формулируют личные выводы. Это обеспечивает перенос игровых моделей взаимодействия в повседневную жизнь коллектива.

В предложенном комплексе используются следующие формы игр, направленные на развитие сплоченности школьного класса:

1. Сюжетно-ролевая игра – это форма игры, в которой участники действуют в рамках заданного сюжета, принимая на себя роли персонажей с определенными функциями. Игровая цель достигается через взаимодействие персонажей, каждый из которых вносит свой вклад в развитие сюжета и общий результат. Сюжетно-ролевая игра позволяет подросткам осваивать новые модели поведения, развивать эмпатию и навыки сотрудничества в безопасной игровой ситуации.

2. Квест-игра – это форма игры, в которой участники выполняют серию заданий, объединенных общим сюжетом и направленных на достижение единой цели. Задания выстроены таким образом, что успех возможен только при условии кооперации и участия каждого. В отличие от соревновательных квестов, в квесте на сплочение отсутствует элемент состязания между командами, а итоговый результат достигается только при объединении усилий всех участников.

3. Игра-проживание (имитационная игра) – это форма игры, в которой класс на протяжении всей игры действует в моделируемой ситуации,

приближенной к жизненной или фантазийной. Участники коллективно реагируют на изменяющиеся обстоятельства, принимают решения и распределяют ресурсы. В отличие от сюжетно-ролевой игры, роли здесь возникают естественно по ходу деятельности, а акцент делается на совместном проживании ситуации и групповой динамике, а не на исполнении заданного персонажа.

4. Игра-путешествие (станционная игра) – это форма игры, в которой класс движется по единому маршруту, проходя последовательно несколько станций. На каждой станции группе предлагается испытание, требующее согласованных действий. В отличие от квеста, здесь отсутствует поисковая задача и соревновательный элемент; важен сам процесс совместного прохождения пути, где каждая станция символизирует определенный аспект сплочения (доверие, поддержка, взаимопонимание).

5. Игра-конструктор (проектная игра) – это форма игры, в основе которой лежит создание реального или материального объекта (конструкции, макета, арт-объекта) в условиях ограниченных ресурсов и времени. Игровая задача требует планирования, распределения функциональных ролей и согласованных действий. Сплочение достигается через общую деятельность, где индивидуальный вклад каждого непосредственно влияет на качество и устойчивость общего результата.

6. Символическая игра (ритуальная игра) – это форма игры, в которой ключевым элементом выступает создание и принятие группового символа, сопровождаемое ритуальным действием. Игра строится вокруг формирования общей идентичности: класс обсуждает ценности, создает символический объект (герб, капсулу, свиток) и закрепляет его значимость через коллективный ритуал. Результат игры имеет материальное воплощение и остается с классом как долгосрочный символ сплоченности.

Комплекс игр развития сплоченности обучающихся классного  
коллектива

№	Форма игры	Название игры	Цель	Содержание игры
1	2	3	4	5
1	Сюжетно-ролевая игра	Необитаемый остров	Развитие сотрудничества и взаимопомощи	<p>Проживание ситуации выживания, где успех зависит от вклада каждого в общее дело. Участники оказываются в условиях, требующих объединения усилий: ресурсы и умения распределены между всеми, и только кооперация позволяет справиться с возникающими угрозами. Игра моделирует ситуацию, в которой ценность каждого становится очевидной для всей группы.</p>
2	Сюжетно-ролевая игра	Город будущего	Формирование ценностного единства и уважения к чужому мнению	<p>Совместное создание образа идеального сообщества, где голос каждого важен. Участники не просто фантазируют, а договариваются о ценностях и правилах, по которым будет жить их город. Процесс требует умения слушать, аргументировать, уступать и находить компромиссы. Создаваемый макет становится воплощением договоренностей и символом</p>

Продолжение Таблицы 1

1	2	3	4	5
				того, что общее решение возможно.
3	Квест-игра	Ключи от башни	Осознание ценности вклада каждого в общий результат	Добывание ключей через командные испытания, где невозможно справиться без участия всех. Каждая группа работает над своей задачей, но итоговая цель достигается только при объединении результатов. Неудача одной группы не означает ее проигрыша – класс приходит на помощь, закрепляя установку «мы вместе, и слабость одного – наша общая забота».
4	Квест-игра	Послание предков	Развитие согласованности действий и чувствования группы	Единая команда без деления на группы выполняет задания, получая фрагменты общего послания. Отсутствие внутренних границ и соревнования позволяет участникам почувствовать класс как целостный организм. Финальный этап – самостоятельное формулирование главной мысли послания – символизирует рождение общей идеи из усилий каждого.

Продолжение Таблицы 1

1	2	3	4	5
5	Игра-проживание	Экспедиция	Развитие доверия, эмпатии, умения принимать и оказывать помощь	Прохождение маршрута с «особенностями» у каждого участника, где нуждающиеся и помогающие зависят друг от друга. Игра создает условия, в которых каждый попеременно оказывается то в сильной, то в уязвимой позиции. Это позволяет прожить опыт просьбы о помощи без стыда и опыт оказания помощи без превосходства, формируя культуру взаимной поддержки.
6	Игра-проживание	Космическая станция	Развитие навыков коллективного принятия решений и ответственности	Экипаж станции в аварийной ситуации восстанавливает системы жизнеобеспечения, распределяя роли и ресурсы. Игра моделирует стрессовую ситуацию, в которой коллективные решения должны приниматься быстро, но с учетом мнения каждого. Ответственность за выживание лежит на всей группе, что усиливает чувство общности и значимости каждого члена экипажа.

Продолжение Таблицы 1

1	2	3	4	5
7	Игра-путешествие	Путешествие по стране Единства	Развитие сотрудничества и взаимовыручки	<p>Прохождение четырех «долин» с испытаниями, где группа движется по единому маршруту. Каждая долина метафорически представляет один из аспектов сплочения: умение понимать без слов, доверять, поддерживать физически и эмоционально, совместно творить.</p> <p>Отсутствие деления на команды и соревнования позволяет сосредоточиться на процессе, а не на результате.</p>
8	Игра-путешествие	Хранители огня	Формирование общей ответственности и бережного отношения друг к другу	<p>Перенос «огня» через опасные земли как символа единства, который нельзя погасить. Огонь здесь – не просто игровой предмет, а метафора жизни группы, ее тепла и сплоченности. Необходимость сохранить огонь на всем пути формирует у участников чувство общей ответственности и бережности по отношению друг к другу и к тому, что их объединяет.</p>

Продолжение Таблицы 1

1	2	3	4	5
9	Игра-конструктор	Мост Единства	Развитие совместного планирования и согласованных действий	Строительство моста, который должен выдержать вес всех участников, из ограниченных материалов. Игра требует от класса самостоятельной организации: планирования, распределения ролей, согласования действий. Мост становится метафорой связей в коллективе: насколько он прочен, настолько группа может положиться друг на друга. Испытание моста – момент истины, где видна реальная сплоченность.
10	Игра-конструктор	Башня	Развитие невербальной коммуникации и умения подстраиваться под действия других	Строительство башни в полном молчании, где договариваться можно только через действия и жесты. Запрет на речь обостряет невербальную чувствительность и вынуждает участников быть особенно внимательными к действиям друг друга. Игра вскрывает неявные групповые процессы: кто берет инициативу, кто уступает, кто остается в стороне, а кто находит способ быть услышанным без слов.

Продолжение Таблицы 1

1	2	3	4	5
11	Символическая игра	Герб класса	Формирование групповой идентичности и ценностного единства	Создание символа класса через обсуждение ценностей, групповое творчество и общий ритуал принятия. Игра переводит разговор о сплоченности в символический план: участники не просто говорят о ценностях, а воплощают их в визуальном образе. Ритуал принятия герба закрепляет эмоциональную связь с символом и друг с другом, формируя групповую идентичность.
12	Символическая игра	Капсула единства	Закрепление позитивного опыта, создание символа сплоченности на перспективу	Создание послания в будущее с личным и общим вкладом, запечатывание капсулы до конца года. Игра позволяет каждому участнику осмыслить свой вклад в коллектив и сформулировать пожелание классу. Общий артефакт – «Свиток единства» – становится доказательством того, что каждый является частью целого. Отложенное открытие капсулы мотивирует соответствовать тем пожеланиям, которые были заложены.

После реализации комплекса игр нами был проведен контрольный этап эксперимента.

На данном этапе была проведена повторная диагностика по тем же методикам исследования степени благоприятности / неблагоприятности психологического климата классного коллектива, уровень его сплоченности, а также риска возникновения буллинга и вовлеченности в ситуацию школьного буллинга (уровень виктимизации и агрессии).

Повторная диагностика осуществлялась для оценки динамики показателей и проверки результативности разработанного комплекса игр развития групповой сплоченности классного коллектива.

Рассмотрим результаты исследования уровня сплоченности школьного коллектива, наличия группировок и степени противоречивости межличностных отношений, полученных по методике «Наша группа» О.И. Моткова на контрольном этапе эксперимента.

На рис. 5 представлено распределение обучающихся по оценке уровня развития коллектива и сплоченности своего класса после реализации комплекса игр.

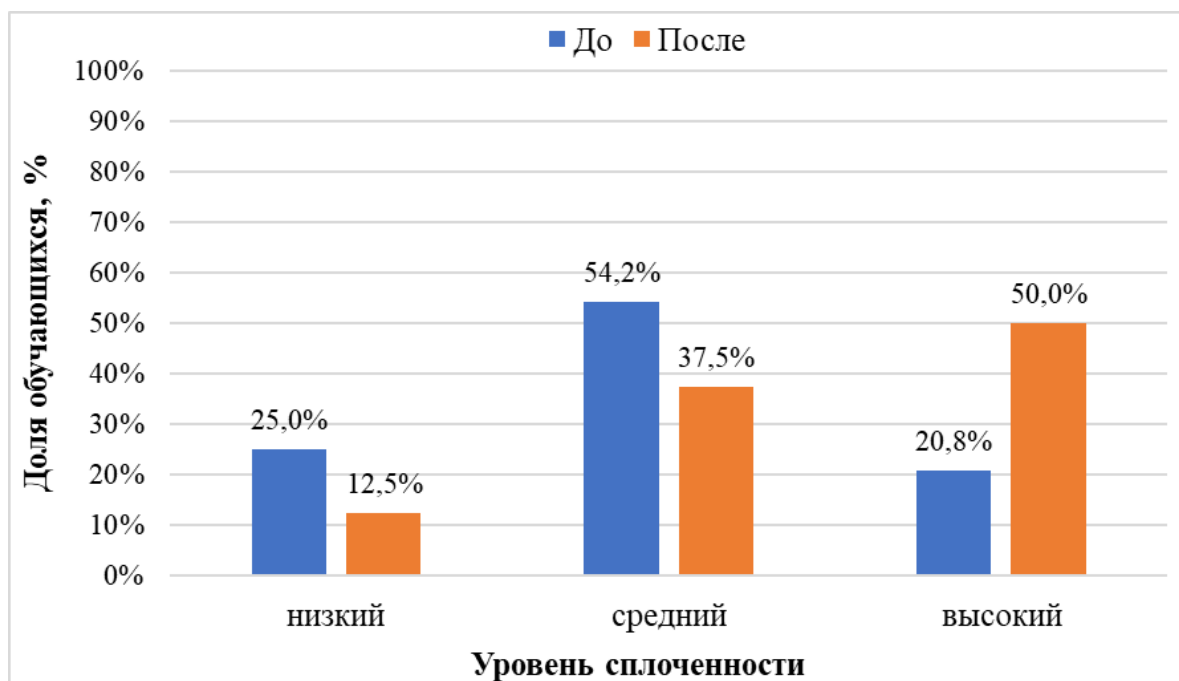


Рис. 5. Распределение обучающихся по уровню сплоченности школьного класса на констатирующем и контрольном этапах эксперимента по методике «Наша группа» О.И. Моткова

Согласно данным, представленным на рис. 5, произошли следующие изменения уровня сплоченности классного коллектива.

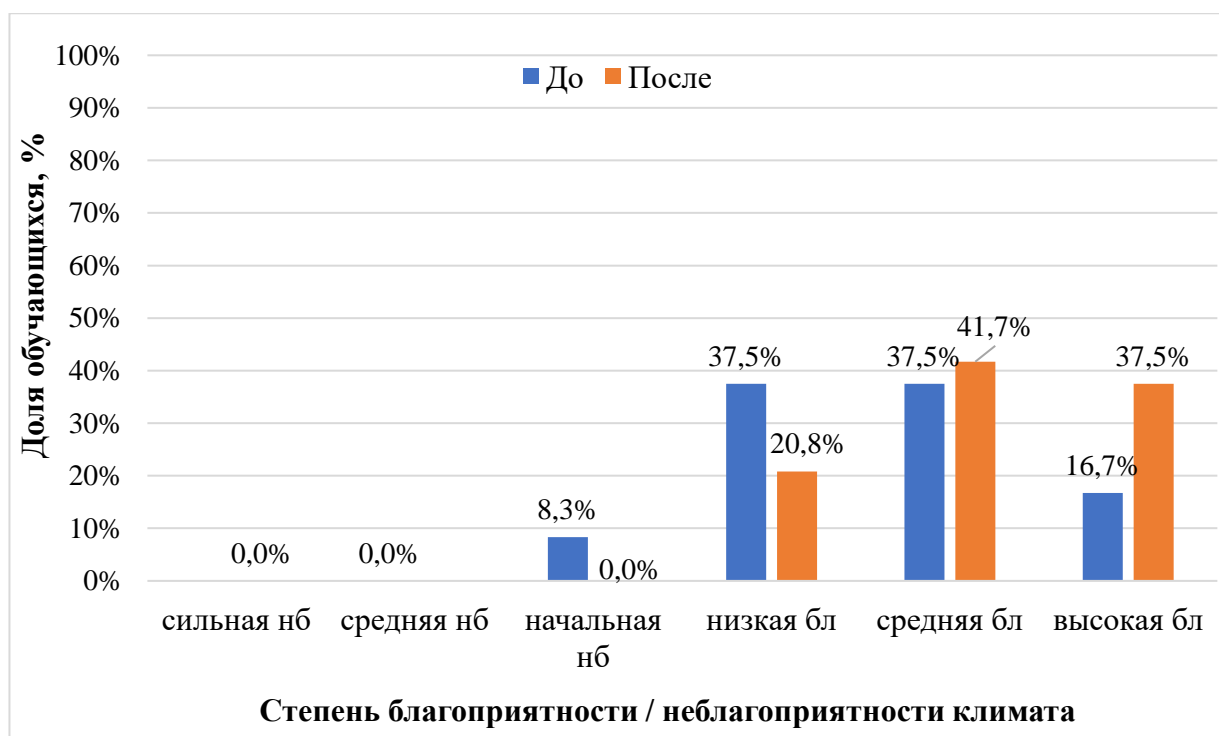
Доля обучающихся, демонстрирующих низкий уровень сплоченности, снизилась на 12,5% (с 25,0% до 12,5%). Обучающиеся с низким уровнем указали на наличие значительного числа негативных лидеров, отсутствие единства в коллективе и общее неблагополучие психологического климата в классе.

Доля обучающихся со средним уровнем сплоченности снизилась на 16,7% (с 54,2% до 37,5%). У обучающихся данной группы отмечается наличие внутреннего противоречия в классе, где произошло разделение на условно «положительные» и «отрицательные» неформальные группы, что препятствует формированию целостного коллектива класса.

Доля обучающихся с высоким уровнем сплоченности возросла на 29,2% (с 20,8% до 50,0%). 50% обучающихся считают, что класс является сплоченным, отмечают низкую степень противоречивости отношений, а также высокую субъективную ценность и привлекательность группы для ее участников.

Рассмотрим результаты исследования уровня благоприятности или неблагоприятности ученического коллектива, полученные по методике А.Н. Лутошкина после реализации комплекса игр на контрольном этапе.

На рис. 6 представлено распределение обучающихся по оценке степени благоприятности / неблагоприятности психологического школьного климата в классе.



Примечание: сильная нб – степень сильной неблагоприятности; средняя нб - степень средней неблагоприятности; начальная нб – степень начальной неблагоприятности; низкая бл – степень низкой благоприятности; средняя бл – степень средней благоприятности; высокая бл – степень высокой благоприятности.

Рис. 6. Распределение обучающихся по уровню развития благоприятности / неблагоприятности психологического климата коллектива класса на констатирующем и контрольном этапах эксперимента методике

А.Н. Лутошкина

Полученные на контрольном этапе эксперимента результаты степени благоприятности / неблагоприятности психологического климата школьного класса после реализации комплекса игр, представленные на рис. 6 позволяют сделать выводы о положительной динамике.

Доля обучающихся, отмечающих начальную степень неблагоприятности психологического климата школьного класса, снизилась на 8,3% (с 8,3% до 0,0%). На контрольном этапе отсутствуют обучающиеся, отмечающих негативные проявления в межличностных отношениях.

Доля обучающихся с низкой степенью благоприятности психологического климата снизилась на 16,7% (с 37,5% до 20,8%). У обучающихся данной группы отмечается наличие определенных проблем во

взаимоотношениях одноклассников, однако к концу эксперимента их доля сократилась.

Доля обучающихся со средней степенью благоприятности психологического климата возросла на 4,2% (с 37,5% до 41,7%). Обучающиеся данной группы оценивают психологический климат класса как преимущественно благоприятный, при этом фиксируют отдельные ситуации напряженности в отношениях.

Доля обучающихся с высокой степенью благоприятности психологического климата возросла на 20,8% (с 16,7% до 37,5%). Обучающиеся данной группы характеризуют психологический климат класса как благополучный, отмечают доброжелательность во взаимоотношениях, взаимопомощь и эмоциональный комфорт.

Следует отметить, что степени сильной и средней неблагоприятности психологического климата в школьном классе, как и на констатирующем этапе эксперимента не зафиксированы (0,0%).

Следовательно, можно сделать вывод, что реализованный с обучающимися комплекс игр способствовал повышению благоприятности психологического климата в школьном классе.

Рассмотрим результаты исследования риска возникновения буллинга в школьном коллективе, полученные по опроснику по выявлению рисков буллинга (НИЦМП) после реализации комплекса игр на контрольном этапе исследования.

На рис. 7 представлено распределение обучающихся по оценке уровня риска возникновения буллинга после реализации комплекса игр на контрольном этапе исследования.

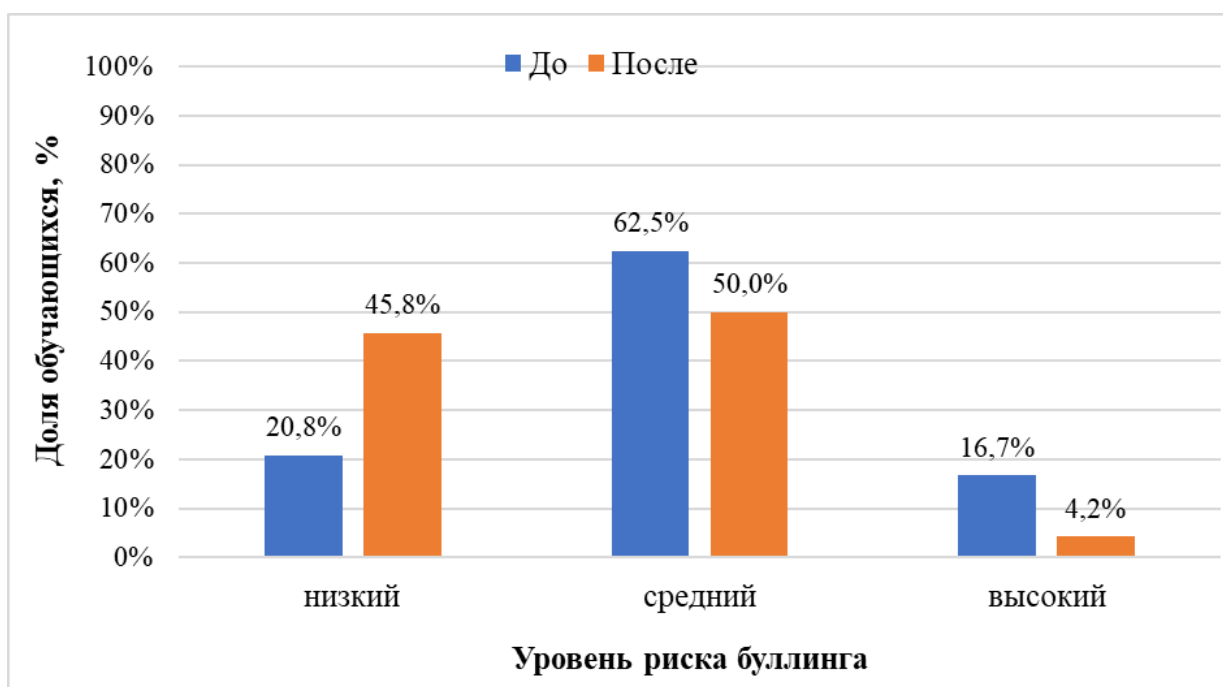


Рис. 7. Распределение обучающихся по уровню риска возникновения буллинга в школьном классе на констатирующем и контрольном этапах эксперимента по опроснику по выявлению рисков буллинга (НИЦМП)

Полученные на контрольном этапе эксперимента результаты уровня риска возникновения буллинга в школьном классе после реализации комплекса игр, представленные на рис. 7 позволяют сделать выводы о снижении этого риска.

Доля обучающихся с низким уровнем риска возникновения буллинга возросла на 25,0% (с 20,8% до 45,8%). После проведенной работы 45,8% обучающихся оценивают обстановку как относительно безопасную, находясь на низком уровне риска возникновения буллинга в школьном коллективе.

Доля обучающихся со средним уровнем риска возникновения буллинга снизилась на 12,5% (с 62,5% до 50,0%). После проведенной работы 50,0% обучающихся находятся в пределах среднего риска буллинга, что указывает на наличие потенциальной угрозы эскалации конфликтных отношений.

Доля обучающихся с высоким уровнем риска возникновения буллинга снизилась на 12,5% (с 16,7% до 4,2%). После проведенной работы лишь 4,2% обучающихся демонстрируют высокий уровень риска, отмечая негативные

отношения со сверстниками, случаи унижения и оскорбления отдельных обучающихся.

Рассмотрим результаты исследования вовлеченности в ситуацию школьного буллинга, а именно уровень виктимизации и агрессии, полученные по опроснику Д. Ольвеуса (в адаптации Е.В. Бушиной, А.М. Муминовой) после реализации комплекса игр на контрольном этапе эксперимента.

На рис. 8 представлено распределение обучающихся класса по уровню виктимизации (степень подверженности агрессии со стороны сверстников) и уровню агрессии (степень выражения агрессии по отношению к другим сверстникам) после реализации комплекса игр.

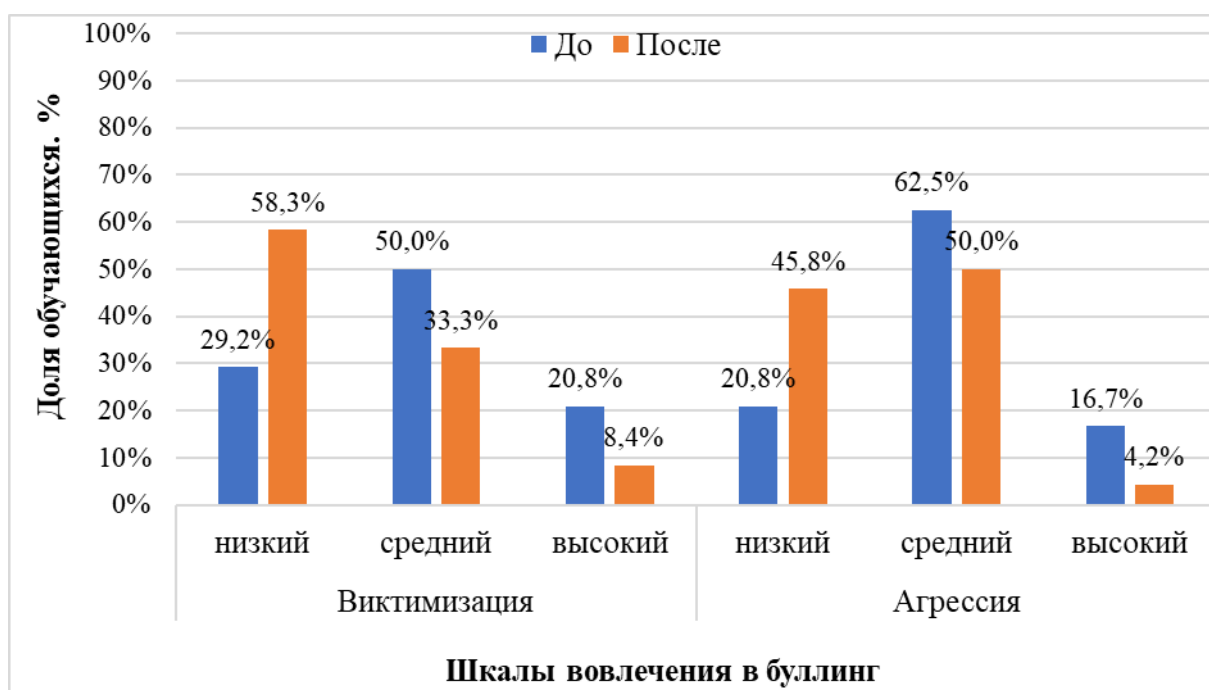


Рис. 8. Распределение обучающихся по уровню виктимизации и агрессии на констатирующем и контрольном этапах эксперимента по опроснику Д. Ольвеуса

Данные вовлечения обучающихся в ситуацию буллинга, представленную виктимизацией и агрессией, представленные на рис. 8 позволяют сделать следующие выводы.

По шкале «Виктимизация» представлена следующая положительная динамика.

В большей степени представлена положительная динамика по низкому уровню виктимизации – доля обучающихся с низким уровнем виктимизации возросла на 29,1% (с 29,2% до 58,3%). После реализации комплекса игр 58,3% обучающихся ощущают себя в относительной безопасности.

Доля обучающихся со средним уровнем виктимизации снизилась на 16,7% (с 50,0% до 33,3%). После реализации комплекса игр 33,3% обучающихся находятся в зоне среднего риска виктимизации, то есть эпизодически сталкиваются с агрессивными проявлениями со стороны одноклассников.

Доля обучающихся с высоким уровнем виктимизации снизилась на 12,4% (с 20,8% до 8,4%). После реализации комплекса игр лишь 8,4% обучающихся демонстрируют высокий уровень виктимизации, что свидетельствует о систематическом негативном воздействии и соответствует ролевой позиции «жертвы».

Анализ динамика по шкале «Агрессия» обучающихся в школьном классе позволяют сделать следующие выводы.

В большей степени представлена положительная динамика по низкому уровню агрессии -доля обучающихся с низким уровнем агрессии возросла на 25,0% (с 20,8% до 45,8%). После реализации комплекса игр 45,8% обучающихся не склонны к проявлению агрессии в межличностных отношениях.

Доля обучающихся со средним уровнем агрессии снизилась на 12,5% (с 62,5% до 50,0%). После реализации комплекса игр 50,0% обучающихся находятся в зоне среднего уровня агрессии, что указывает на то, что агрессивные формы взаимодействия остаются достаточно распространенным способом коммуникации в классе, но их доля сократилась.

Доля обучающихся с высоким уровнем агрессии снизилась на 12,5% (с 16,7% до 4,2%). После реализации комплекса игр лишь 4,2% обучающихся

демонстрируют высокий уровень агрессии, что позволяет отнести их к категории «агрессоров».

Таким образом, после реализации комплекса игр зафиксирована положительная динамика по обеим шкалам. Полученные данные свидетельствуют о снижении риска буллинга в классе и улучшении психологического климата.

## Выводы по Главе 2

Проведенное экспериментальное исследование позволяет сделать следующие выводы:

Большинство обучающихся оценили уровень сплоченности как средний (54,2%). Это свидетельствует о наличии внутреннего противоречия в классе, где произошло разделение на условно «положительные» и «отрицательные» неформальные группы, что препятствует формированию целостного коллектива класса.

В равной мере распределилось количество участников коллектива, которые отмечают низкую (37,5%) и среднюю степень (37,5%) благоприятности психологического климата коллектива.

По результатам диагностики риска возникновения буллинга более половины обучающихся (62,5%) находятся в пределах среднего риска буллинга, что указывает на наличие потенциальной угрозы эскалации конфликтных отношений. При этом 16,7% обучающихся демонстрируют высокий уровень риска.

По шкале «Виктимизация» половина учащихся класса (50,0%) находится в зоне среднего риска виктимизации, то есть эпизодически сталкивается с агрессивными проявлениями со стороны одноклассников.

По шкале «Агрессия» преобладание среднего уровня агрессии у большинства учащихся (62,5%) указывает на то, что агрессивные формы взаимодействия являются достаточно распространенным способом коммуникации в классе.

На основе данных, полученных на констатирующем этапе исследования, был предложен комплекс игр развития сплоченности обучающихся классного коллектива. Комплекс игр основан на работах таких авторов, как А. Адлер, М.Р. Битянова, А.С. Спиваковский, Е.Н. Ульянова. Цель комплекса игр: развитие групповой сплоченности обучающихся 7 класса как фактора профилактики буллинга посредством реализации комплекса игр различных

форм (сюжетно-ролевая игра, квест-игра, игра-проживание, игра-путешествие, игра-конструктор, символическая игра). Комплекс включал 12 игр, которые проводились 1 раз в неделю, общее количество часов составило 12 академических часов.

После реализации комплекса игр зафиксирована положительная динамика. Доля обучающихся с высоким уровнем сплоченности возросла на 29,2% и на контрольном этапе 50% обучающихся стала воспринимать коллектив как сплоченный с низкой степенью противоречивости отношений.

Доля обучающихся с высокой степенью благоприятности психологического климата возросла на 20,8% до 37,5% обучающихся, которые характеризуют психологический климат класса как благополучный.

Произошло снижение риска возникновения буллинга в классе.

Доля обучающихся с низким уровнем риска возникновения буллинга возросла на 25,0% и после проведенной работы 45,8% обучающихся оценивают обстановку как относительно безопасную.

По шкале «Виктимизация» доля обучающихся с низким уровнем виктимизации возросла на 29,1%, после реализации комплекса игр 58,3% обучающихся ощущают себя в относительной безопасности.

По шкале «Агрессия» доля обучающихся с низким уровнем агрессии возросла на 25,0% и на контрольном этапе 45,8% обучающихся не склонны к проявлению агрессии в межличностных отношениях, а доля обучающихся с высоким уровнем агрессии снизилась на 12,5% – лишь 4,2% обучающихся демонстрируют высокий уровень агрессии.

Таким образом, после реализации комплекса игр зафиксирована положительная динамика.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Буллинг в школьной среде представляет собой системную социально-психологическую проблему, проявляющуюся в форме повторяющейся агрессии при неравенстве сил между участниками. Его отличительными признаками являются умышленность, асимметрия власти, многообразие форм (физическая, вербальная, социальная, киберагрессия) и разрушительные последствия для психического и физического здоровья всех вовлеченных сторон – жертвы, агрессора и наблюдателей.

Сплоченность, понимаемая как единство эмоциональных связей, ценностных ориентаций и совместной деятельности, создает в классе психологически безопасную среду, где утверждаются нормы взаимного уважения и нетерпимости к насилию. Эмпирические данные свидетельствуют, что в сплоченных коллективах существенно снижается вероятность возникновения и эскалации буллинга, поскольку группа обретает способность к саморегуляции и коллективному противостоянию агрессии.

Сплоченность выполняет ключевую профилактическую функцию в отношении буллинга, выступая системообразующим фактором психологически безопасной среды. Формируя прочные позитивные связи и общие нормы, она создает в коллективе мощный защитный барьер, препятствующий возникновению и эскалации травли. В условиях высокой сплоченности группа перестает быть пассивным фоном для агрессии, превращаясь в активного субъекта профилактики, способного к саморегуляции и коллективному пресечению насильственных действий.

Проведенное экспериментальное исследование позволяет сделать следующие выводы.

На констатирующем этапе большинство обучающихся оценили уровень сплоченности как средний. Это свидетельствует о наличии внутреннего противоречия в классе, где произошло разделение на условно «положительные» и «отрицательные» неформальные группы, что

препятствует формированию целостного коллектива класса. В равной мере распределилось количество участников коллектива, которые отмечают низкую и среднюю степень благоприятности психологического климата коллектива.

По результатам диагностики риска возникновения буллинга более половины обучающихся находятся в пределах среднего риска буллинга, что указывает на наличие потенциальной угрозы эскалации конфликтных отношений. При этом обучающиеся демонстрируют высокий уровень риска.

По шкале «Виктимизация» половина учащихся класса находится в зоне среднего риска виктимизации, то есть эпизодически сталкивается с агрессивными проявлениями со стороны одноклассников.

По шкале «Агрессия» преобладание среднего уровня агрессии у большинства учащихся указывает на то, что агрессивные формы взаимодействия являются достаточно распространенным способом коммуникации в классе.

На основе данных, полученных на констатирующем этапе исследования, был предложен комплекс игр развития сплоченности обучающихся школьного класса. Цель комплекса игр: развитие групповой сплоченности обучающихся 7 класса как фактора профилактики буллинга посредством реализации комплекса игр различных форм (сюжетно-ролевая игра, квест-игра, игра-проживание, игра-путешествие, игра-конструктор, символическая игра). Комплекс включал 12 игр, которые проводились 1 раз в неделю, общее количество часов составило 12 академических часов.

После реализации комплекса игр зафиксирована положительная динамика. Доля обучающихся с высоким уровнем сплоченности возросла, и на контрольном этапе половина обучающихся стала воспринимать коллектив как сплоченный с низкой степенью противоречивости отношений.

Доля обучающихся с высокой степенью благоприятности психологического климата возросла, обучающиеся характеризуют психологический климат класса как благополучный.

Произошло снижение риска возникновения буллинга в классе. Доля обучающихся с низким уровнем риска возникновения буллинга возросла, и после проведенной работы почти половина обучающихся оценивают обстановку как относительно безопасную.

По шкале «Виктимизация» доля обучающихся с низким уровнем виктимизации возросла, после реализации комплекса игр большая часть обучающихся ощущают себя в относительной безопасности. По шкале «Агрессия» доля обучающихся с низким уровнем агрессии возросла, и на контрольном этапе почти половина обучающихся не склонны к проявлению агрессии в межличностных отношениях, а доля обучающихся с высоким уровнем агрессии снизилась.

Таким образом, после реализации комплекса игр развития сплоченности обучающихся школьного класса зафиксирована положительная динамика, что свидетельствует о снижении риска буллинга в классе и улучшении психологического климата.

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Аверьянов А.И. Буллинг как вызов современной школе // Сборник научных трудов Sworld. 2013. Т. 18. № 1. С. 45–50.
2. Андреева М.Г., Богомолова Н.Н., Петровская Л.А. Теория коммуникативных актов Т. Ньюкома // Зарубежная социальная психология XX столетия: учебное пособие. М.: Аспект Пресс, 2001. С. 107–110.
3. Аникеева П.Н. Психологический климат в коллективе. М.: Наука, 2003. 224 с.
4. Арпентьева М.Р., Худякова Т.Л., Клепач Ю.В. Буллинг и сталкинг в концептуальном поле исследований безопасности образования // Вестник Прикамского социального института. 2021. № 1 (88). С. 109–117.
5. Бердышев И.С., Нечаева М.Г. Медико-психологические последствия жестокого обращения в детской среде. Вопросы диагностики и профилактики: практическое пособие. СПб.: Региональный центр «Семья», 2005. 112 с.
6. Бочавер А.А. Буллинг как деструктивный совместный копинг школьного сообщества: новая концептуализация // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2024. Т. 21. № 3. С. 569–586.
7. Бочавер А.А., Хломов К.Д. Буллинг как объект исследований и культурный феномен // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2013. Т. 10. № 3. С. 149–159.
8. Бочавер А.А., Хломов К.Д. Кибербуллинг: травля в пространстве современных технологий // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2014. Т. 11. № 3. С. 177–191.
9. Волкова Е.Н. Институты социализации современных подростков и их влияние на подростковый буллинг: системный анализ // Системная психология и социология. 2021. № 4 (40). С. 35–47.
10. Волкова Е.Н., Волкова И.В., Исаева О.М. Оценка распространенности насилия над детьми в школах Нижнего Новгорода // Вестник Мининского университета. 2020. Т. 8. № 2 (31). С. 10–13.

11. Волкова Е.Н., Скитневская Л.В. Подростковый буллинг: результаты теоретических и эмпирических исследований: монография. Нижний Новгород: НГПУ, 2017. 94 с.
12. Волкова И.В. Характеристики подросткового буллинга и его определение // Вестник Мининского университета. 2016. № 2 (15). С. 26–28.
13. Волчегорская Е.Ю., Жукова М.В. Использование потенциала детского коллектива в профилактике буллинга у младших школьников // Балтийский гуманитарный журнал. 2021. Т. 10. № 4 (37). С. 37–40.
14. Вторушина Ю.С., Митрухина С.В., Власова Е.Н. Буллинг как особый вид конфликта в детской и подростковой среде // Вестник Хакасского государственного университета им. Н.Ф. Катанова. 2022. № 4 (42). С. 90–99.
15. Глазман О.Л. Психологические особенности участников буллинга // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. 2009. № 105. С. 159–165.
16. Гущин М.Е. Социально-психологические механизмы возникновения буллинга в подростковых группах // Психология обучения. 2019. № 4. С. 66–75.
17. Донцов И.А. Проблемы групповой сплоченности. М.: МГУ, 2000. 128 с.
18. Капиренкова О.Н., Пискажева М.И. Современное понимание буллинга в школьной среде // Евразийский союз ученых. 2020. № 6 (75). С. 58–62.
19. Коломинский Я.Л. Психология детского коллектива: система личных взаимоотношений. М.: Просвещение, 2004. 268 с.
20. Кон И.С. Что такое буллинг, как с ним бороться? // Семья и школа. 2006. № 11. С. 15–18.
21. Кривцова С.В. Буллинг в школе vs сплочение равнодушных. Организационная культура ОУ для решения проблем дисциплины и противодействия насилию. М.: ФИРО, 2011. 119 с.
22. Кривцова С.В. Сплоченность равнодушных против травли в школе. Организационная культура в образовательной организации для

решения проблем противостояния насилию: практическое пособие. М.: ФИРО, 2016. 120 с.

23. Кривцова С.В., Шапкина А.Н., Белевич А.А. Буллинг в школах: сплоченность равнодушных. М.: Национальный книжный центр, 2020. 184 с.

24. Кривцова С.В., Шапкина А.Н., Малыгина М.П. Школьный буллинг: прояснение понятий // Вопросы психологии. 2019. № 3. С. 17–28.

25. Маркова Т.Ю., Холопова Е.С. Взаимосвязь буллинг-структуры и сплоченности коллектива // Психология профессионального становления: сборник материалов Всероссийского научно-практического форума (Екатеринбург – Нижний Тагил, 2–5 октября 2023 г.). – Екатеринбург: РГППУ, 2024. С. 118–122.

26. Мерцалова Т. Насилие в школе: что противопоставить жестокости и агрессии? // Директор школы. 2000. № 3. С. 25–32.

27. Методические рекомендации по профилактике буллинга в общеобразовательной организации / отв. ред. С.К. Погребной [и др.]. Краснодар: ИРО Краснодарского края, 2020. 24 с.

28. Модрус Л.А. Социально–психологические особенности сплоченности малой группы и неформальных подгрупп: дис. ... канд. пед. наук. Ростов н/Д, 2008. 153 с.

29. Новикова И.Л. Педагогика детского коллектива. М.: Педагогика, 1978. 107 с.

30. Почебут Л.Г., Чикер В.А. Индустриальная социальная психология. СПб.: СПбГУ, 1997. С. 68–69.

31. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками / под ред. М.Р. Битяновой. 2-е изд. СПб.: Питер, 2011. 302 с.

32. Русалинова А.А. Взаимоотношения в производственном коллективе и их совершенствование. Л.: Знание, 1977. 12 с.

33. Семенова А.В. Сплочение ученического коллектива младших школьников как задача профилактики буллинга и кибербуллинга // Педагогика: история, перспективы. 2022. Т. 5. № 1. С. 70–80.

34. Сергацков А.В. Формирование групповой сплоченности обучающихся [Электронный ресурс] // ППСМС центр Пензенской области. URL: <https://goo.su/5LTnL> (дата обращения: 24.04.2026).

35. Сидоренков В.В. Групповая сплоченность // Психологический журнал. 2006. № 1. С. 44–49.

36. Соловьев Д.Н. Потенциал первичного коллектива в профилактике буллинга среди подростков // Теория и практика общественного развития. 2015. № 4. С. 46–52.

37. Спиваковская А.С. Игра – это серьезно. М.: Просвещение, 2001. 148 с.

38. Судакова Е.А. Сплоченность класса, эмпатия и коммуникативные способности как фактор проявления буллинга в подростковой среде // Повышение качества профессиональной подготовки специалистов социальной и образовательной сфер: сборник научных статей. Витебск: ВГУ, 2021. С. 262–265.

39. Ульянова Е.Н. Игра – как средство формирования и сплочения коллектива: методическое пособие. Киселевский городской округ, 2018. 55 с.

40. Уманский Л.И. Методы экспериментального исследования социально-психологических феноменов // Методология и методы социальной психологии. М.: Наука, 1987. С. 59–67.

41. Ушакова Е. Буллинг – новый термин для старого явления // Директор школы. 2009. № 6. С. 84–87.

42. Фурманов И.А. Агрессия и насилие: диагностика, профилактика и коррекция. СПб.: Речь, 2007. 480 с.

Содержание комплекса игр, направленных на развитие сплоченности  
обучающихся классного коллектива

Игра 1. «Необитаемый остров»

Форма игры: сюжетно-ролевая игра.

Цель: развитие сотрудничества и взаимопомощи.

Сюжет: класс – пассажиры корабля, потерпевшего крушение. Все спаслись и оказались на необитаемом острове. Задача – выжить и дожидаться помощи, действуя сообща.

Ход игры:

1. Легенда и распределение ролей. Ведущий вводит легенду. Каждый участник выбирает роль исходя из своих способностей или желания: строитель жилья, повар, врач, ответственный за воду, картограф, летописец, сигнальщик. Важно: ролей хватает на всех, никто не остается без дела.

2. Основной этап – решение ситуаций. Ведущий последовательно вводит три ситуации, каждая из которых требует согласованных действий:

– «Заканчивается пресная вода – нужно найти источник и организовать транспортировку» (требует участия картографа, строителей, ответственного за воду);

– «Один из членов общины заболел – нужен уход, сбор лечебных трав, организация покоя» (требует врача, помощников, повара);

– «На горизонте корабль – нужно подать сигнал, но без слаженной работы сигнальщика, строителей и всех, кто будет разводить сигнальный костер, ничего не выйдет».

– Элемент тренингового упражнения: в каждой ситуации ведущий делает паузу и задает вопрос: «Кому сейчас нужна помощь? Кто готов помочь?» – формируется навык замечать потребности других.

3. Финал – спасение. Класс справляется с последней задачей, «прибывает помощь». Ведущий: «Вы спаслись, потому что действовали вместе и не оставили никого».

4. Рефлексия. Обсуждение в кругу: как распределялись роли, кто проявил себя неожиданно, что чувствовали, когда требовалась помощь, а когда помогали сами.

## Игра 2. «Город будущего»

Форма игры: сюжетно-ролевая игра.

Цель: формирование ценностного единства и уважения к чужому мнению.

Сюжет: класс – основатели нового города. Им предстоит придумать, каким он будет, и создать его макет. Город должен быть безопасным и удобным для всех жителей.

Ход игры:

1. Легенда и обсуждение ценностей. Ведущий: «Вы – основатели города. Что будет в нем главным? Какие правила защитят всех жителей?» Класс обсуждает в кругу, каждый высказывается, ведущий фиксирует 5-7 общих принципов.

2. Создание макета. Класс делится на группы по зонам: жилые кварталы, парк, школа, больница, центр помощи, место общих праздников. Каждая группа создает свою зону из подручных материалов (бумага, картон, пластилин). Условие: зоны должны быть согласованы между собой – группы договариваются о стыковке дорог и общих пространствах.

– Элемент арт-терапии: создание зоны «Центр помощи» – группа создает символ поддержки, который будет находиться в центре города, и объясняет, как он будет работать.

3. Сборка города. Все части соединяются в единый макет. Ведущий: «Каждый создал свою часть, но город – один, как и наш класс».

4. Рефлексия. Как договаривались? Трудно ли было уступать? Что удивило в идеях одноклассников? Что общего у города и класса?

### Игра 3. «Ключи от башни»

Форма игры: квест-игра.

Цель: осознание ценности вклада каждого в общий результат.

Сюжет: старинная башня хранит Книгу Мудрости. Чтобы открыть дверь, нужно собрать 5 ключей. Ключи разбросаны по станциям. Получить их можно только действуя сообща. Дверь открывается, лишь когда собраны все ключи.

Ход игры:

1. Легенда и инструктаж. Ведущий вводит сюжет. Класс делится на 5 смешанных групп. Каждая группа получает карту с расположением своей станции.

2. Прохождение станций. Каждая группа работает на своей станции. Задания построены так, что успех невозможен без участия каждого:

– Станция «Живая скульптура» – всей группой изобразить заданное понятие (дружба, поддержка, доверие) без слов, в статике, где каждый – часть композиции.

– Станция «Мост» – построить из бумаги и скотча мост между стульями. У каждого своя роль в технологической цепочке.

– Станция «Шифр» — расшифровать послание, где каждая буква известна только одному участнику группы.

– Станция «Слепой рисунок» – группа рисует заданный объект, передавая карандаш по кругу, каждый проводит только одну линию.

– Станция «История» – составить связный рассказ, где каждый говорит одно предложение, продолжая мысль предыдущего.

– Элемент тренингового упражнения (станция «Шифр»): участники тренируют навык активного слушания – прежде чем назвать свою букву, нужно повторить то, что сказал предыдущий.

Объединение ключей. Группы возвращаются. Для открытия замка нужно сложить все 5 ключей. Если группа не справилась – класс помогает ей дорешать задачу.

3. Финал. Дверь «открывается». Ведущий зачитывает Книгу Мудрости – фразы о ценности единства.

4. Рефлексия. Что помогало справляться? Кто поддерживал? Что чувствовали, когда класс помогал вашей группе?

#### Игра 4. «Послание предков»

Форма игры: квест-игра.

Цель: развитие согласованности действий и чувствования группы.

Сюжет: при раскопках найдены фрагменты древнего послания. Если собрать его полностью, откроется важное знание. Фрагменты разбросаны по хранилищам. Класс – единая экспедиция, не разделенная на команды.

Ход игры:

1. Легенда. Ведущий: «Вы – одна экспедиция. Только действуя все вместе, вы сможете собрать послание».

2. Выполнение заданий. Класс выполняет задания, за каждое получает фрагмент:

– Задание 1: выстроиться в шеренгу по алфавиту имен без единого слова (только жесты).

– Задание 2: передать хрупкий предмет по кругу необычными способами (локтями, спинами), ни разу не уронив.

– Задание 3: всем классом удержаться на ограниченной площади (листы бумаги, которые ведущий постепенно убирает) – задача не «кто дольше», а «как уместиться всем».

– Задание 4: молча, только мимикой и жестами, договориться и изобразить единую фигуру.

– Элемент тренингового упражнения (задание 4): после выполнения – обсуждение: «Как вы договаривались? Кто взял на себя ведущую роль? Как остальные реагировали?» – формируется осознание групповых процессов.

3. Сборка послания. Фрагменты складываются. Не хватает центра. Ведущий: «Поймите главную мысль из того, что есть, и послание

восстановится». Класс обсуждает, формулирует общую идею. Ведущий подтверждает: «Вы правы. Послание гласит: "Сила в единстве"».

4. Рефлексия. Что было самым трудным? В какой момент почувствовали, что вы – одно целое?

### Игра 5. «Экспедиция»

Форма игры: игра-проживание.

Цель: развитие доверия, эмпатии, умения принимать и оказывать помощь.

Сюжет: класс – научная экспедиция, которая должна доставить важную находку на базу. Путь лежит через сложную местность. Каждый участник получает карточку с «особенностью». Без любого участника миссия провалится.

Ход игры:

1. Легенда и распределение особенностей. Ведущий вводит сюжет. Каждый вытягивает карточку: «подвернута нога мидешь с опорой», «потеряны очки – нужен направляющий», «тяжелый рюкзак – нужна помощь нести», «абсолютно здоров – помогай другим». Особенности распределены заранее так, чтобы нуждающихся и помогающих было поровну.

2. Прохождение маршрута. В помещении создана полоса препятствий (стулья, веревки, «пропасти»). Задача – пройти всей командой от старта до финиша, не потеряв ни одного участника. Ведущий периодически задает ситуации: «Начинается дождь – нужно ускориться», «Один из участников упал – остановитесь, помогите».

– Элемент тренингового упражнения: в середине пути ведущий делает паузу и просит каждого сказать: «Что мне сейчас нужно от группы?» и «Что я могу дать группе?» – тренируется навык осознания своих потребностей и ресурсов.

3. Финиш. Команда доходит до «базы». Ведущий: «Экспедиция завершена. Вы дошли, потому что не бросили никого».

4. Рефлексия. Что чувствовали «нуждающиеся»? Что чувствовали «помогающие»? Трудно ли просить о помощи? Что эта игра говорит о классе?

#### Игра 6. «Космическая станция»

Форма игры: игра-проживание.

Цель: развитие навыков коллективного принятия решений и ответственности.

Сюжет: класс – экипаж космической станции. В результате аварии часть систем вышла из строя. Задача – восстановить жизнеобеспечение станции.

Ход игры:

1. Легенда и распределение ролей. Ведущий: «Вы – экипаж. На станции авария. Нужно восстановить системы». Роли: капитан (координирует), инженер (ремонтирует), биолог (следит за системой очистки воздуха), медик, связист. Часть экипажа – «специалисты широкого профиля», которые помогают там, где нужнее.

2. Решение аварийных ситуаций. Ведущий последовательно вводит вводные:

- «Отказала система очистки воздуха» (инженер, биолог, помощники);
- «Потеряна связь с Землей – нужно восстановить и передать сигнал» (связист, капитан, помощники);
- «У одного из членов экипажа стрессовая реакция — нужна помощь медика и поддержка товарищей».

Каждая ситуация требует участия разных специалистов. Решения принимаются сообща, капитан координирует, но последнее слово – за общим обсуждением.

– Элемент тренингового упражнения: после второй аварии ведущий вводит паузу «Совет экипажа» – каждый высказывается по кругу: «Что сейчас самое важное? Что я готов делать?»

3. Финал – восстановление станции. Все системы восстановлены. Ведущий: «Станция спасена. Экипаж сработал как единый организм».

4. Рефлексия. Как распределялась ответственность? Кто неожиданно проявил лидерство? Что помогало сохранять спокойствие?

Игра 7. «Путешествие по стране Единства»

Форма игры: игра-путешествие.

Цель: развитие сотрудничества и взаимовыручки.

Сюжет: класс отправляется в путешествие по стране Единства. Впереди четыре долины, в каждой – свое испытание. Пройти их можно только всем вместе. Путь один для всех.

Ход игры:

1. Легенда и карта. Ведущий показывает карту страны Единства с четырьмя долинами. Класс – единая группа путешественников.

2. Прохождение долин:

– Долина Тишины: группа переправляется через «болото» по кочкам (листы бумаги), не произнося ни звука. Успех зависит от умения чувствовать друг друга без слов.

– Долина Доверия: «лабиринт» из стульев. Все закрывают глаза, кроме одного направляющего, который голосом ведет группу. Задача – пройти, не задев препятствия.

– Долина Поддержки: «обрыв» (гимнастическая скамейка). Задача – всей группой перейти по узкой переправе, помогая друг другу удерживать равновесие.

– Долина Творчества: группа изображает «Памятник Единству» без слов, в статике. Каждый должен быть частью памятника.

– Элемент арт-терапии (Долина Творчества): после создания «памятника» ведущий просит каждого представить, что памятник ожил, и сказать одну фразу от имени своей фигуры – рождается метафора роли каждого в коллективе.

3. Финал – прибытие. Ведущий: «Вы прошли всю страну Единства. Что вы поняли о себе и о классе?»

4. Рефлексия. Какая долина была самой трудной? Где понадобилась помощь? Что удивило?

## Игра 8. «Хранители огня»

Форма игры: игра-путешествие.

Цель: формирование общей ответственности и бережного отношения друг к другу.

Сюжет: класс – древнее племя хранителей огня. Огонь – символ жизни и единства племени. Нужно перенести огонь через опасные земли в новое святилище, не погасив его.

Ход игры:

1. Легенда и ритуал. Ведущий зажигает свечу – «огонь племени». Класс встает в круг, каждый говорит одно слово о том, что для него означает «огонь» (тепло, жизнь, общность).

2. Прохождение станций:

– Станция «Узкий проход»: группа проходит через натянутые веревки, не задев их, держась за руки. Если цепь разорвалась – начинают заново.

– Станция «Темный лес»: все закрывают глаза, кроме «хранителя огня» (меняется на каждой станции). Хранитель словами ведет группу.

– Станция «Переправа»: группа переправляется на другую сторону, имея на всех на одно «бревно» меньше, чем участников. Нужно договориться, как переправляться по очереди, помогая друг другу.

– Станция «Святилище»: группа получает лист и краски. Задача – нарисовать общий символ племени, который будет охранять новый огонь. Элемент арт-терапии: рисование общего символа без предварительного обсуждения – каждый добавляет свой элемент. Затем группа обсуждает, как в символе отразился каждый.

3. Финал – зажжение нового огня. Ведущий зажигает новую свечу от первоначальной. Класс встает в круг, свеча передается из рук в руки. Каждый говорит, что он хотел бы сохранить в классе.

4. Рефлексия. Что значило нести огонь вместе? Было ли страшно, что огонь погаснет? Кто поддерживал?

## Игра 9. «Мост Единства»

Форма игры: игра-конструктор.

Цель: развитие совместного планирования и согласованных действий.

Сюжет: два берега разделены пропастью. Класс должен построить мост, который соединит берега и выдержит вес всех участников.

Ход игры:

1. Легенда и планирование. Ведущий: «Вы – строители. Постройте мост, по которому сможет пройти каждый». Материалы: бумага, скотч, веревки, картон. Условие: мост должен выдержать вес всех участников.

2. Строительство. Класс самостоятельно распределяет роли: проектировщики, строители, испытатели, снабженцы. Ведущий наблюдает и при необходимости направляет: «Все ли заняты? Кому нужна помощь?»

– Элемент тренингового упражнения: в середине строительства ведущий делает паузу и просит каждого ответить: «Что я сейчас делаю для общего дела?» и «Что мне нужно от других, чтобы сделать лучше?» – формируется навык рефлексии своей роли в групповой работе.

3. Испытание моста. Мост готов. Класс по очереди проходит по нему. Если мост не выдерживает – группа сообща ремонтирует его.

4. Рефлексия. Как распределялись роли? Все ли нашли себе дело? Что делали, когда мост ломался? Как это похоже на жизнь класса?

## Игра 10. «Башня»

Форма игры: игра-конструктор.

Цель: развитие невербальной коммуникации и умения подстраиваться под действия других.

Сюжет: классу нужно построить высокую и устойчивую башню из необычных материалов. Условие: строить можно только молча.

Ход игры:

1. Легенда и инструктаж. Ведущий: «Вы – зодчие древнего ордена, которые дали обет молчания. Постройте башню, которая простоит века».

Материалы: спагетти, пластилин, бумага, скрепки. Условие: нельзя произносить ни слова.

2. Строительство. Класс работает молча. Ведущий наблюдает, как выстраивается невербальная коммуникация: кто берет на себя ведущую роль, как передаются сигналы. В середине ведущий добавляет условие: «Башня должна быть не только высокой, но и красивой – добавьте украшения».

Элемент арт-терапии: на этапе украшения участники получают цветную бумагу и могут вырезать или рисовать символы – без слов, через образы выражая отношение к общему делу.

3. Завершение строительства. Башня готова. Ведущий разрешает говорить. Класс рассматривает результат.

4. Рефлексия. Трудно ли было молчать? Как договаривались без слов? Кто чувствовал себя услышанным, а кто – нет? Что башня говорит о вашем классе?

#### Игра 11. «Герб класса»

Форма игры: символическая игра.

Цель: формирование групповой идентичности и ценностного единства.

Сюжет: класс – это рыцарский орден, которому предстоит создать свой герб. Герб должен отражать ценности, силу и единство ордена.

Ход игры:

1. Легенда и обсуждение ценностей. Ведущий: «Наш герб расскажет всем, кто мы и что для нас важно». Класс обсуждает: какие три главные ценности объединяют нас? Каждый высказывается, ведущий фиксирует. Общим согласием выбираются 3 ценности.

2. Создание герба в группах. Класс делится на 4 группы, каждая создает свой вариант герба, отражающий выбранные ценности. Материалы: бумага, краски, фломастеры.

Элемент арт-терапии: участники изображают ценности символически («поддержка» – руки, «доверие» – мост, «уважение» – поклон). Каждый добавляет в герб хотя бы один элемент.

3. Объединение в общий герб. Группы представляют варианты. Всем классом создается общий герб: из каждого варианта берется лучший элемент, договариваются о форме щита и девизе.

Элемент тренингового упражнения: при обсуждении ведущий напоминает правило «Я-высказывания»: «Я считаю важным этот символ, потому что...» вместо «Ваш вариант плохой».

4. Ритуал принятия герба. Класс встает в круг. Герб в центре. Каждый кладет руку на герб и произносит слово-обязательство классу: «Я обещаю быть... (поддержкой, другом, честным, внимательным)».

5. Рефлексия. Что чувствовали, когда создавали герб? Что он теперь значит для класса?

### Игра 12. «Капсула единства»

Форма игры: символическая игра.

Цель: закрепление позитивного опыта, создание долгосрочного символа сплоченности, осознание личного вклада в коллектив.

Сюжет: класс создает «капсулу времени» – послание самим себе в будущее, которое будет открыто в конце учебного года. В капсулу помещается то, что символизирует единство класса сегодня.

Ход игры:

1. Легенда и обсуждение. Ведущий: «Мы создадим послание в будущее – себе, какими мы станем через год. Что мы хотим сохранить? Что мы хотим изменить?» Класс обсуждает в кругу.

2. Создание артефактов для капсулы. Каждый участник создает два артефакта:

– «Мой вклад в класс» – рисунок или символ того хорошего, что он привносит в коллектив;

– «Мое пожелание классу» – короткое письмо с пожеланием классу на будущее.

– Затем класс создает общий артефакт – «Свиток единства»: на длинном листе бумаги каждый оставляет отпечаток своей ладони (красками) и

подписывает имя. В центре – общая надпись, которую класс придумывает вместе (например, «Мы – сила, когда мы вместе»).

Элемент арт-терапии: отпечаток ладони как символ личного присутствия и уникальности. Ведущий: «Посмотрите – все ладони разные, но все они на одном свитке. Так и в классе – мы разные, но мы вместе».

3. Церемония запечатывания капсулы. Все артефакты помещаются в коробку – «капсулу». Класс встает в круг, капсула в центре. Каждый произносит одно слово – что он хочет, чтобы сохранилось в классе навсегда. Капсула запечатывается и передается классному руководителю с условием открыть в конце учебного года.

4. Рефлексия. Что самое важное мы положили в капсулу? Что вы хотите увидеть, когда откроете ее через год? Что каждый готов делать, чтобы класс стал таким, как в наших пожеланиях?

Приложение Б

	Методика «Наша группа» О.И. Моткова.		Методика оценки уровня психологического климата коллектива А. Н. Лутошкина.			
№ подростка	Балл	Уровень сплоченности	балл	Уровень благоприятности		
1	3	средний	13	средняя благоприятность		
2	5	высокий	23	высокая благоприятность		
3	1	низкий	1	низкая благоприятность		
4	4	средний	15	средняя благоприятность		
5	2	низкий	3	низкая благоприятность		
6	3	средний	10	средняя благоприятность		
7	6	высокий	24	высокая благоприятность		
8	0	низкий	-3	начальная неблагоприятность		
9	3	средний	12	средняя благоприятность		
10	4	средний	22	высокая благоприятность		
11	5	высокий	14	средняя благоприятность		
12	2	низкий	2	низкая благоприятность		
13	3	средний	11	средняя благоприятность		
14	4	средний	16	средняя благоприятность		
15	3	средний	9	средняя благоприятность		
16	6	высокий	25	высокая благоприятность		
17	1	низкий	0	низкая благоприятность		
18	4	средний	17	средняя благоприятность		
19	3	средний	22	высокая благоприятность		
20	5	высокий	8	средняя благоприятность		
21	0	низкий	-5	начальная неблагоприятность		
22	4	средний	18	средняя благоприятность		
23	3	средний	10	средняя благоприятность		
24	4	средний	12	средняя благоприятность		