



# «Мне нужна ваша дружба»

«Профилактика буллинга в образовательной  
организации»

*Без дружбы никакое общение между людьми  
не имеет ценности.*

**Гаспарян Султана Левоновна,  
педагог-психолог МОБУСОШ №16 им. В.  
В. Горбатко п. Восход  
2022 год**

## Пояснительная записка

**Название работы:** «Мне нужна ваша дружба».

**Краткое тематическое содержание работы.**

Методическая разработка представляет комплекс игровых занятий для подростков, включающий 5 игр. Частота проведения – одно игровое занятие в неделю. Продолжительность одного занятия – 45 минут. Проведение занятий предполагает работу в группах, сотрудничество всех членов группы.

Группы получают очки за победу или теряют их за проигрыш. По завершении занятия в обязательном порядке проводится обсуждение хода и итогов игры.

Игры проводятся в следующем порядке:

1. Групповая скульптура.
2. Разрезанные круги.
3. Большой турнир головоломок.
4. Затерянные на Луне.
5. Башня из спагетти.

**Актуальность работы.**

Травля (буллинг) в среде детей и подростков — это преднамеренное и систематически повторяющееся агрессивное поведение, которое включает «неравенство социальной власти или физической силы» [БОЧАВЕР, К.Д. ХЛОМОВ]. Термин «буллинг» (с англ. хулиганство) раскрывает взаимоотношения между личностями, где с одной стороны определённая группа лиц или одно лицо становится угнетателем или агрессором по отношению ко второй стороне, являющейся жертвой, которая подвергается длительному террору в физическом и психологическом, моральном плане [Смирнова].

Травля детей ровесниками – одна из самых распространенных и актуальных проблем как образовательных организаций, так и общества в целом. Во-первых, взаимоотношения подростков в школьной среде играют важнейшую роль в дальнейшем становлении личности школьника: данный этап во многом влияет на формирование ключевых качеств и свойств личности. Во-вторых, появляющееся в ряде случаев систематическое насилие в среде обучающихся способствует увеличению рисков совершения подростковых суицидов, росту агрессии и жестокости в коллективах. В связи с этим в образовательных организациях необходимо проводить работу по профилактике жестокости и насилия среди подростков. В план мероприятий по профилактике буллинга в образовательной организации необходимо включать, наряду с классными часами и беседами психолога, психологические тренинги и ролевые игры.

Один из методов профилактики буллинга – проведение игровых занятий и тренингов среди детей и подростков, направленных на предотвращение травли и на формирование моральных качеств у молодежи.

**Цель** методической разработки «Мне нужна ваша дружба»: профилактика буллинга, агрессии и жестокости в подростковой среде образовательной организации.

**Задачи работы:**

- формировать коммуникативные навыки подростков;
- поддерживать доброжелательную, дружескую атмосферу в коллективе;
- развивать эмпатию и толерантность подростков.

**Область применения.** Представленные в методической разработке игровые занятия могут проводить в подростковых коллективах классные руководители на классных часах, школьные психологи.

**Возрастные группы обучающихся:** 12-14 лет.

**Ожидаемые результаты.** По мере проведения занятий улучшатся отношения внутри членов команд, а впоследствии – и внутри класса, сформируется взаимное уважение в коллективе.

Стремление привести команду к победе побуждает участников не только

взаимодействовать, но и сотрудничать друг с другом, вовлекать в общение и отвергнутых детей, опираться на их вклад в общий результат, в результате таких детей начнут больше ценить в коллективе. Кроме того, у детей из разных социальных групп класса появится совместный опыт переживаний, способствующий сближению даже тех членов коллектива, которые ранее не приближались друг к другу. По итогам проведения занятий снизится количество непринятых, отторгаемых детей.

## Методическая разработка

Один раз в неделю подростки принимают участие в одной из пяти игр. Время проведения одного занятия – 45 минут. Игры предполагают работу в командах, и для того, чтобы команда выиграла, необходимо сотрудничество всех её участников. Группы могут получать очки за победу или терять очки за проигрыш. Сразу после завершения игры проводится её обсуждение.

Перед каждой игрой педагог разделяет детей на команды по 4—5 человек, причем важно, чтобы группы были гетерогенными по социальному составу и академическим успехам. То есть хорошо, когда в группе есть и отличник, и двоечник, приятели и ребенок, отторгаемый группой. И важно, чтобы состав команд все время менялся.

### 1. Групповая скульптура

Первая в комплексе игр, короткая и относительно простая по сравнению с другими, поэтому она подходит для начала работы.

**Психологический смысл.** Каждому члену команды присвоены роли. Только в том случае, когда все участники выполняют свои роли, т.е. принимают участие в общей деятельности, команда зарабатывает дополнительные очки. В процесс вовлечены все участники.

**Задача.** Команды путём построения групповой скульптуры представляют заданную ведущим тему. Каждый член команды получает роль, поменять которую он не может.

**Материалы.** Каждой команде понадобятся два листа картона или ватмана, одни ножницы, 10 скрепок (или степлер с 10 скрепками).

**Процедура.** Цель каждой команды — построить скульптуру из имеющихся материалов за 15 минут. До начала работы члены команды тянут жребий, в результате каждому достаётся определённая роль:

№ 1. «Вырезающий». Он единственный из всех членов команды, кто имеет право пользоваться ножницами.

№ 2. «Контролирующий». Он проверяет, все ли члены группы согласны с тем, что именно будет вырезать участник № 1, контролируя его действия.

№ 3. «Скрепляющий». Только он пользуется скрепками.

№ 4. «Поддерживающий». Он хвалит других участников команды и помогает остальным участникам хвалить друг друга.

№ 5. «Проверяющий». Его работа – следить за тем, чтобы все правильно выполняли свои обязанности.

Команды могут получать и терять очки. Очки зарабатываются только тогда, когда в выполнении задания участвуют все игроки команды. Команда теряет баллы, если принимают участие не все. В начале игры командам даётся по 10 очков (можно использовать фишки или жетоны).

Если группа закончила свою скульптуру раньше заданного времени, можно предложить им придумать историю про свою скульптуру, за что выдаются дополнительные баллы. Когда все группы выполняют задание,

можно сделать выставку скульптур.

**Дискуссия.** Как вы думаете, почему вам были даны разные роли? Как каждая роль повлияла на работу группы? С чем справились легко? Где возникли трудности?

## 2.Разрезанные круги

**Психологический смысл.** Данная игра способствует развитию умения прислушиваться к потребностям других членов команды. Команда может достичь цели только при том условии, когда участники сотрудничают друг с другом.

**Задача.** Командам нужно собрать из отдельных частей 4 полноценных круга.

**Материалы.** 8 разрезанных на части кругов. Они составляют два набора: в наборе № 1 (менее сложный вариант) разрезанные части помечены буквами X, Y, W, Z (см. рис. 1); в наборе № 2 (более сложный вариант) – буквами A, B, C, D) (см. рис. 2).

**Процедура.** Команды получают по набору разрезанных кругов, которые распределены между участниками таким образом, чтобы у каждого ребенка были части круга, помеченные одним символом (например, у Максима только части, помеченные знаком A, у Алёны – части, помеченные знаком B, и т.п.). Команды соревнуются между собой: побеждает та команда, которая быстрее других соберет 4 круга – на каждого участника приходится по одному целому кругу.

Чтобы собрать круги, участникам команды необходимо меняться друг с другом. Обмен между двумя соседними игроками считается ходом. Ходы совершаются по часовой стрелке: участник предлагает сидящему слева от него одну из имеющихся у него частей, тот должен взять её и взамен отдать одну из своих. Потом он поворачивается к тому, кто сидит слева от него, и так же производит обмен. Команда завершает игру, когда у всех её участников в руках имеются собранные целые круги. Если у кого-то из игроков уже собран круг, но у других еще нет, то игра не останавливается — обмен продолжается, и в нем принимают все, в том числе и тот, у кого целый круг уже готов. Процесс обмена продолжается до тех пор, пока не будет достигнута цель игры.

В ходе игры запрещается вмешиваться в работу другого, указывать ему, что делать, выполнять что-то вместо него, самовольно брать детали у другого игрока, присоединять свою деталь к кругу другого участника и т.п. Разрешено только дать другому человеку свою деталь или положить её рядом с ним.

Игра становится более эффективной, когда членам команд запрещено переговариваться между собой, — в таком случае дети учатся ориентироваться не на то, что им подсказывают другие, а на свои собственные наблюдения за тем, что нужно другому человеку.

Правила этой игры непростые, поэтому, прежде чем начать соревноваться, нужно убедиться в том, что дети поняли их верно.

Рекомендуется вначале провести пробную – тренировочную – игру.

### **3. Большой турнир головоломок**

**Психологический смысл.** Игра способствует развитию чувства нужности каждого участника, потому что выполнить поставленную задачу можно, задействовав каждого человека и его «особенные способности».

**Задача.** Команды должны решить головоломку. Каждого игрока наделяют функционалом, выполнять который может только он.

**Материалы.** Платок для завязывания глаз, лист бумаги и ручка, 10 листов с написанными на них головоломками, бейджи, прикрепляемые на одежду каждого участника после раздачи ролей.

**Процедура.** Игроки получают головоломку, записывают ответ на листе бумаги и показывают его педагогу, стоящему на определенном месте в кабинете. Педагог подтверждает или, наоборот, опровергает правильность полученного ответа. За каждую решенную головоломку группа получает по 3 балла. В ходе разгадывания головоломки у каждого игрока есть своя функциональная обязанность, которую обязан выполнить только он. Участник команды получает конкретные возможности, но вместе с ними и ограничения. Поэтому достичь результата можно только при работе всем вместе.

Перед решением каждой головоломки члены команды тянут листы бумаги, на которых написана роль каждого.

- Тот, кто читает головоломку, может видеть и говорить, но не может двигаться.
- Тот, кто пишет ответ, может видеть и говорить, но не может вставать с места.
- Тот, кто передает ответ педагогу, может говорить, двигаться, но не может видеть (его глаза завязаны). Только он, передав ответ учителю, может получить от него обратную связь (правильный ответ или неправильный).
- Тот, кто направляет и ведет участника, передающего ответ, к педагогу, может двигаться и видеть, но не может говорить или писать. Он участвует в обсуждении с помощью прикосновений, жестов или рисунков.

Игра идёт таким образом, что каждый помогает каждому и каждый зависит от каждого. Читающий должен прочесть задание четко и понятно, пишущий должен верно написать ответ. Передающий ответ должен добраться до учителя, получить баллы и вернуться в команду, хотя его глаза завязаны. Поэтому он зависит от Проводника, помогающего ему дойти до педагога и вернуться к команде.

Группам, которые приносят неверные ответы на головоломки или которые приходят в ступор, не понимая, с чего начать работу, можно помочь.

В начале игры каждой команде дается 10 баллов (можно использовать фишки или жетоны). Баллы снимаются, если кто-то из игроков работает не в соответствии с данной ему ролью или если дети обижают друг друга. За

каждый правильный ответ команда получает 3 балла. После этого снова проходит жеребьевка, и каждый участник получает для себя новую задачу, а команда – новую головоломку.

### *Головоломки*

1. Человек отправился в поход. Начался дождь, а у него нет ни шапки, ни зонта. Он продолжает идти: его одежда, ботинки промокли насквозь. А волосы не намочили. Как это могло произойти?

Ответ: Этот человек был лысым.

2. Две сестры, похожие друг на друга как две капли воды, пришли первый раз в первый класс. Учительница смотрит на список учеников и спрашивает: «Вы, конечно, двойняшки?». На что девочки отвечают: «Нет, мы не двойняшки!» Девочки не соврали, хотя они действительно сестры. Как это может быть?

Ответ: Девочки – тройняшки, просто их третья сестра не пришла в данный момент в школу.

3. В лодке сидят два отца и два сына. Каждый из них поймал по одной рыбе. Ни одну рыбу не бросили в воду, однако все вместе они поймали всего три рыбы. Как это может быть?

Ответ: Люди в лодке – это отец, дедушка и сын. Отец и дед – оба отцы. Отец и сын – оба сыновья. В лодке находилось три человека, и они поймали три рыбы.

4. Шесть человек роют шесть ям в течение шести дней. Сколько дней нужно одному человеку, чтобы выкопать половину ямы?

Есть два возможных варианта ответа:

1) Три дня.

2) Не существует понятия «половина ямы». Любая яма уже является ямой, неважно, маленькая она или большая.

5. Мальчик Петя живет на 7 этаже. Каждое утро он спускается на лифте на нижний этаж и идет в школу. Когда он возвращается из школы, то поднимается на лифте на 5 этаж, а дальше идет два этажа пешком. Почему он так поступает?

Ответ: Петя маленького роста. Он не достает до кнопки с номером 7.

6. Есть месяцы, в которых 30 дней, и есть месяцы, в которых 31 день. В каких месяцах есть 28 дней?

Ответ: 28 дней есть во всех месяцах.

7. Володя спросил друга Гришу: «Твоя собака кусается?» «Нет», - сказал Гриша. Но вдруг собака, шедшая рядом с Гришей, укусила Володю... Однако Гриша не обманул друга: его собака на самом деле не кусалась. Как такое могло произойти?

Ответ: Собака, укусившая Володю, не принадлежит Грише.

8. Катя и Аня играли в шашки. Ни одна из них ни разу не проиграла, и ни разу не было ничьей. Как такое могло произойти?

Ответ: Катя и Аня играли не друг с другом.

9. Умирая, старик позвал двух своих сыновей и сказал: «Я хочу завещать свое имущество только одному из вас. Оседлайте своих лошадей и отправляйтесь в город. Тот, чья лошадь прискачет в город последней, получит все наследство». Сыновья не двинулись с места и сидели несколько дней. Видя безвыходность ситуации, они обратились к мудрецу. Выслушав совет мудреца, оба брата оседлали лошадей и помчались вскачь, изо всех сил погоняя лошадей. Что посоветовал им мудрец?

Ответ: Мудрец велел им поменяться лошадьми.

10. Два человека предстали перед судом за убийство. Судья признал одного из них виновным, а второго невиновным. Судья обращается к виновному и говорит: «Несмотря на то, что ты виноват, ты свободен». Почему судья так сделал?

Ответ: Представшие перед судом были сиаемскими близнецами.

#### 4. Затерянные на Луне

Игра, разработанная Космическим агентством США, основана на знании научных фактов. Детям предлагается следующая ситуация.

Вы – экипаж космического корабля и должны встретиться с уже находящейся на Луне космической станцией. Но случилась авария, и вам пришлось прилуниться за 400 км от места встречи. Из-за аварийной посадки пострадала и часть оборудования. Выжившим членам экипажа надо пройти пешком расстояние в 400 км. Вам нужно выбрать, что взять с собой, из списка в 15 предметов. Выбрать предметы необходимо по мере их нужности в походе: предмет под номером 1 – самый важный, под номером 15 – самый неважный.

**Психологический смысл** игры заключен в создании атмосферы, в которой ученики не боятся высказывать свое мнение. Также в ходе игры детям показывается, что совместная работа может быть более эффективной, чем индивидуальная.

**Задача.** Распределить предметы по степени нужности согласно заданной ситуации. Сначала каждый игрок работает индивидуально, ранжируя предметы первой необходимости в соответствии со своими мыслями. Далее дети делятся на группы и принимают участие в групповом обсуждении.

Групповое обсуждение предполагает обмен мнениями, необходимость прислушиваться к мнению других игроков, взаимоуважение.

**Материалы.** Дети получают список предметов, которые они должны



распределить по степени важности. Позднее каждая команда получает такой же список для групповой работы. Рекомендуется, чтобы листы для индивидуальной и групповой работы были разных цветов.

### Процедура

1. Каждый игрок получает лист с представленными проблемами и список предметов.
2. Учитель читает описание проблемы.
3. Каждый участник ранжирует предметы от 1 до 15 самостоятельно, где предмет под номером 1 — наиболее важный, под номером 15 — наименее важный.
4. Учитель делит класс на группы из 4—5 человек.
5. Группа обсуждает каждый предмет — для чего он понадобится.
6. Группа ранжирует предметы по нужности.

### Список предметов для ранжирования

Список предметов	Личное решение	Групповое решение	Правильное ранжирование Космического агентства	Индивидуальная разница	Групповая разница
Коробок спичек					
Консервы					
20 метров нейлоновой веревки					
Паращют					
Согревающий костюм					
2 пистолета					
Упаковка молочного порошка					
2 кислородных аппарата					
Карта Луны					
Большой спасательный плот					
Магнитный компас					
20 литров воды					
Сигнальные ракеты					
Аптечка первой медицинской помощи					
Радио, принимающее и передающее информацию, работает на солнечной энергии					

**Ответ.** Две важнейшие вещи, без которых человек не сможет существовать, — это воздух и вода. Вторая по степени значимости – карта, чтобы знать, где находишься, и планировать дальнейший маршрут. Следующая важная вещь — это еда, которая даёт силы для похода. Радио даст возможность поддерживать связь с Землей и космической станцией. Веревка тоже пригодится в походе. Парашют способен защитить от лучей солнца, жары и метеоритных потоков. Аптечка пригодится раненым. Пистолеты не пригодятся для стрельбы, но ими можно подавать звуковые сигналы.

Сухое молоко не следует брать с собой в поход – оно очень тяжелое, а чтобы его развести, нужно будет потратить воду. Согревающий костюм совсем не нужен, так как на Луне очень жарко. Магнитный компас также не пригодится, потому что его нельзя использовать без магнитной карты Луны. Самая ненужная вещь — коробок спичек: для получения огня необходим кислород, а на Луне его нет.

Американское космическое агентство присвоило предметам из списка следующие ранги:

1. Два кислородных аппарата.
2. 20 литров воды.
3. Карта Луны.
4. Консервы.
5. Радио.
6. Нейлоновая веревка.
7. Аптечка.
8. Парашют.
9. Плот.
10. Сигнальные ракеты.
11. Два пистолета.
12. Сухое молоко.
13. Согревающий костюм.
14. Магнитный компас.
15. Коробок спичек.

Игрокам нужно будет сравнить, насколько индивидуальный ответ отличается от «правильного», предложенного Космическим агентством, и подвести итог, кто из участников оказался ближе всех к правильному ответу. Так же надо проанализировать, насколько совпадают групповые ответы с правильным вариантом.

### Пример таблицы подсчета

Список предметов	Личное решение	Групповое решение	Правильное ранжирование Космического агентства	Индивидуальная разница	Групповая разница
Коробок спичек	9	10	15	6	5
Консервы	6	3	4	2	1

**Дискуссия.** Игроки принимают участие в обсуждении, получился ли групповой ответ более близким к ответу Космического агентства и почему. Если самостоятельные ответы оказались более точными, чем групповые, нужно понять, почему группа отклонила мнение этих игроков. Дискуссия поможет ответить на вопрос, что больше повлияло на принятие решений — эмоции одних участников или спокойный аргументированный подход других и в каком случае группа оказалась ближе к правильному ответу. Можно обсудить и лидерство в группах — какие стили лидерства проявились, как лидер оказывал влияние на окончательный ответ. Можно обсудить и то, как группа справилась с несогласием игроков при принятии общего решения. Трудно ли было отказаться от своего мнения?

Как члены группы оценивают результат отказа от собственного мнения — это хорошо или плохо? Нужно ли голосовать для принятия группового решения? И др.

## 5. Башня из спагетти

**Психологический смысл.** Эта игра подходит для заключительного этапа работы с коллективом. В ней дети тренируют умения, полученные приобрели в предыдущих игровых занятиях.

**Задача.** Построить башню, как можно более устойчивую и высокую. Важное условие: каждый ребенок использует только одну руку. Эта игра может проходить спонтанно, но от каждого участника требуется проявить ответственность.

**Материал.** 50 штук спагетти и 30 маршмеллоу (или кусочков пастилы или зефира). Вместо всего этого можно также использовать трубочки для коктейля и пластилин.

**Процедура.** Возможно ограничение времени выполнения задания (15—20 минут). Каждая команда получает материал и строит башню, соблюдая условие. После окончания строительства измеряется высота каждой из башен. Чтобы проверить, устойчива ли башня, можно устроить небольшое «землетрясение» — потрясти стол, на котором она расположена. К каждой группе можно поставить наблюдателя, который будет следить за соблюдением правила одной руки. По окончании занятия можно сфотографировать все группы рядом с их башнями и развесить фотографии в

классе.

**Дискуссия.** По итогам игры каждая команда анализирует свою работу: что получилось, а что можно было бы улучшить. Обычно становятся победителями те башни, в основе создания которых – общая, единая стратегия. Менее устойчивыми оказываются те башни, которые игроки сначала строили каждый самостоятельно, как отдельные, а затем соединили свои башни в одну. Это игровое занятие учит тому, что командная работа более результативна и эффективна.

2. *Дополнительные материалы и приложения*

Папка приложений и дополнительных материалов может содержать: таблицы, фотографии, презентации, публикации в СМИ, перечень используемой литературы и другие материалы.

Рис. 1. Набор № 1

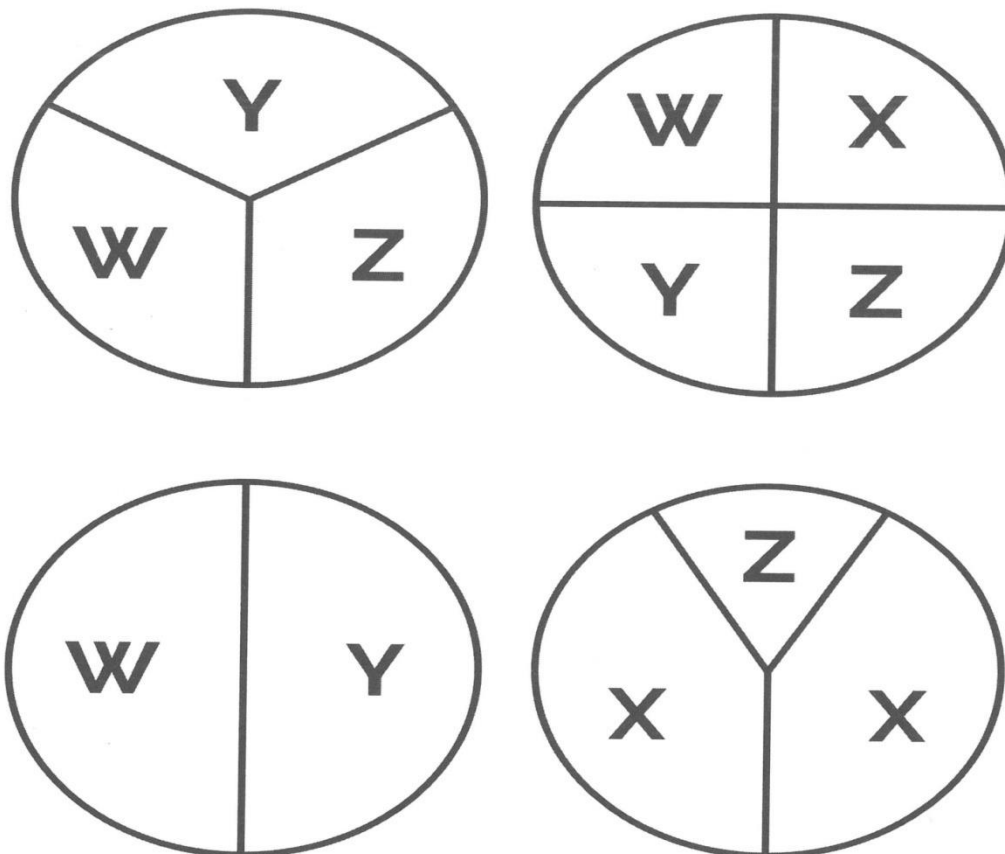
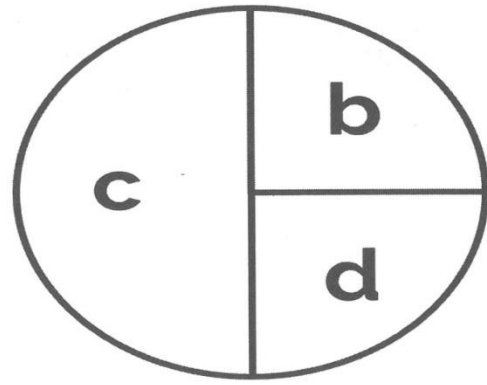
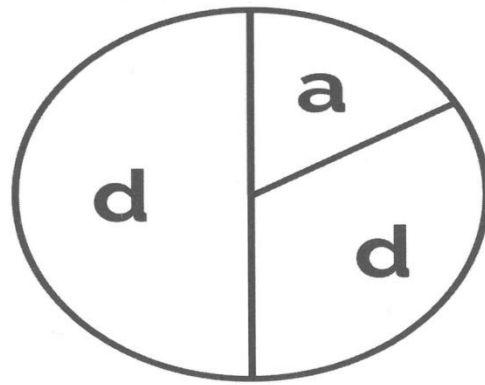
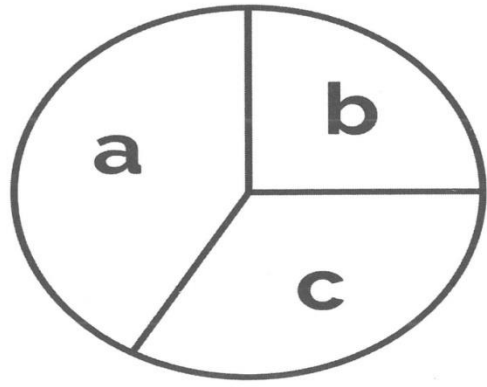
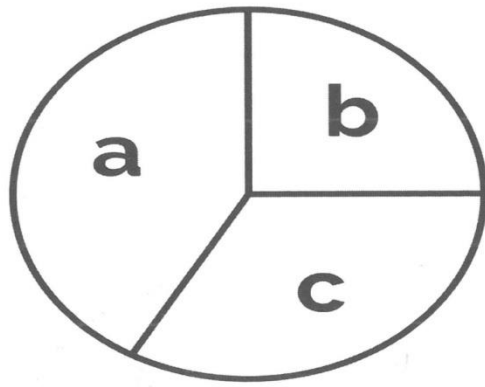


Рис. 2. Набор № 2



### Список используемой литературы

- 1) Бочавер А.А., Хломов К.Д. Буллинг как объект исследований и культурный феномен / А.А. Бочавер, К.Д. Хломов // Психология. Журнал Высшей школы экономики. –2013. –Т. 10. № 3. – С. 149–159.
- 2) Гарбузова В.С., Сквородко В.А. Буллинг в современной школе / В.С. Гарбузова, В.А. Сквородко // Интерактивная наука. – 2021 г. – № 5 (60).– С. 53–64.
- 3) Ларченко, Н.А. Буллинг – причины, формы, профилактика: методический материал [Электронный ресурс] / Н.А. Ларченко. - Волгоград, 2015. – 23 с. – Режим доступа: <http://docplayer.ru/27581035-Bulling-prichiny-formy-profilaktika.html>
- 4) Смирнова А.С. Сергеевна. Профилактика буллинга у подростков [Электронный ресурс]/ А.С. Смирнова // Скиф. Вопросы студенческой науки. – 2017 г. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/profilaktika-bullinga-u-podrostkov/viewer>