Инзарцева Людмила Юрьевна
студентка
Даолова Виктория Александровна
студентка
Научный руководитель
Пронина Наталья Андреевна.
канд. пед. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого»
г. Тула, Тульская область

ПРОЕКТИРОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИ БЕЗОПАСНОЙ КЛАССНОЙ СРЕДЫ: ПРОФИЛАКТИКА ТОКСИЧНЫХ ОТНОШЕНИЙ В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВИЗАЦИИ

Аннотация: *в статье рассматривается модель психологически безопасной среды в школе. Авторы считают необходимым условием профилактику токсичных отношений среди участников образовательного процесса.*

Ключевые слова: *психологическая безопасность, профилактика, школа, цифровизация, образовательная среда.*

В условиях цифровизации конфликты между группировками в классе переходят в чаты и социальные сети, где усиливаются за счёт анонимности, групповой поляризации и закрепления статусов. Токсичные отношения становятся угрозой психологической безопасности обучающихся, однако целостной модели их профилактики в цифровом контексте не предложено.

Цель статьи – теоретически обосновать проектирование психологически безопасной классной среды и систематизировать педагогические стратегии профилактики токсичных отношений в условиях цифровизации.

Задачи:

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

1) раскрыть ключевые понятия и вывести рабочее определение психологически безопасной классной среды в условиях цифровизации;

2) выявить риски цифровой среды, усиливающие агрессию в классе;

3) обосновать роль сплочённости класса как ресурса профилактики токсичных отношений;

4) разработать модель профилактики и описать педагогические условия её реализации.

Теоретическая значимость работы состоит в уточнении роли сплочённости класса как ресурса профилактики токсичных отношений в условиях цифровизации.

Структура статьи соответствует поставленным задачам.

Базовым для нашей работы является понятие психологической безопасности образовательной среды. Вслед за И. А. Баевой мы рассматриваем её как «состояние среды, свободное от психологического насилия и способствующее доверительному общению, которое воспринимается участниками как личностно значимое» [1, с. 8]. Из данного определения следуют два ключевых критерия: отсутствие насилия и удовлетворенность взаимодействием для всех её субъектов.

Сужая данное понятие до уровня класса, под психологически безопасной классной средой мы будем понимать «такую организацию взаимодействия, при которой каждый ученик чувствует себя защищённым, включённым в общение и значимым для коллектива» [3]. Именно сплочённость класса, взаимная поддержка и чувство включённости в группу учащихся становятся теми ресурсами, которые предотвращают токсичные отношения. В отличие от школы в целом, классная среда обладает большей плотностью контактов и более высоким риском токсичных отношений.

Понятие токсичных отношений, вслед за А. С. Осиповой, раскрывается нами как отношения, построенные на манипуляции и доминировании, где одна или обе стороны испытывают негативные переживания из-за отсутствия без-

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

опасности в коммуникации [4]. Подчеркнём, что этот термин не является строго научным, но точно описывает спектр деструктивных проявлений.

Цифровизация образования в контексте нашей работы понимается как внедрение цифровых технологий в школьную жизнь, которое создаёт новые каналы коммуникации и, соответственно, новые риски для психологической безопасности класса. Классные чаты и социальные сети становятся площадкой, где конфликты между группировками могут эскалироваться быстрее и острее, чем при личном общении.

Таким образом, психологически безопасная классная среда в условиях цифровизации – это состояние классного коллектива, при котором отсутствует психологическое насилие (включая цифровые каналы коммуникации), поддерживается доверительное общение, а сплочённость класса выступает ресурсом профилактики токсичных отношений.

В контексте цифровой трансформации образования школьный класс функционирует в групповых чатах, личных переписках и персональных аккаунтах в социальных сетях. В связи с этим конфликты, которые не были решены в школе, переходят в онлайн и там приобретают усиленное негативное влияние.

Опираясь на исследование Д. К. Зиминой и К. С. Провоторовой, выделим три механизма, которые усиливают агрессию в цифровой среде по сравнению с живым общением [2].

Таблица 1

Механизмы усиления агрессии в цифровой среде

Риск	Механизм	Проявление в классе
Анонимность	Снижение внутренних запретов	Оскорбления с фейковых аккаунтов
Перенос иерархии	Закрепление статусов из офлайна	Травля уязвимых учеников в общем чате
Групповая поляризация	Ускорение эскалации	Цепочки насмешек, массовый буллинг

Травля здесь рассматривается не как проявление жестокости отдельного человека, а как коллективный процесс. Учащиеся действуют под влиянием группы, а молчаливое большинство также может способствовать буллингу, усиливая давление на пострадавшего.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Цифровая среда значительно меняет характер конфликтов в классе. При очном общении конфликты между группировками могут оставаться в пределах школьного взаимодействия, тогда как в онлайн-пространстве они способны продолжаться за пределами школы и быстрее распространяться. Соответственно, возникает угроза существованию психологически безопасной классной среды. Появляется необходимость в таком ресурсе, который способен противостоять этим рискам.

Анализ рисков цифровой среды показал, что буллинг в классе не является результатом действий отдельного агрессора. Если угроза имеет групповую природу, то и защита должна строиться на уровне группы. Таким ресурсом, способным противостоять токсичным отношениям, выступает сплочённость класса.

Сплочённость класса мы будем рассматривать как характеристику групповых отношений, отражающую степень психологической общности учеников, близость межличностных связей и эмоциональную привлекательность коллектива для каждого его члена. Она проявляется в готовности помогать друг другу, доверять и совместно противостоять внешним угрозам.

Исследование C. Parisse и соавторов, проведённое на выборке из 689 старшеклассников, показало, что воспринимаемая сплочённость класса выступает защитным фактором против кибербуллинга. Чем выше ученики оценивают сплочённость своего класса, тем ниже риск стать жертвой онлайн-травли. Особенно важно, что этот эффект наиболее выражен для уязвимых подростков – тех, кто отличается низким уровнем позитивности и уверенности в себе [5]. Сплочённый класс здесь выступает защитой, снижающей уязвимость отдельных учащихся. Сплочённость нейтрализует ключевые механизмы цифровой агрессии. Снижается эффект анонимности, так как наличие в классе доверия и уважения обеспечивает осуждение жёстких высказываний в чате, а не их поддержку. В сплочённом коллективе каждый ученик воспринимается как значимый, поэтому статусы не закрепляются через травлю, соответственно, не про-

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

исходит переноса иерархии. Блокируется и групповая поляризация, в общности нет «своих» и «чужих».

В связи с этим сплочённость класса получает статус ключевого ресурса профилактики токсичных отношений. Это подводит нас к необходимости разработки модели профилактики, использующей этот ресурс.

Мы предлагаем следующую модель профилактики токсичных отношений, направленную на развитие сплочённости.

Таблица 2

Модель профилактики токсичных отношений

Блок	Цель	Формы работы	Направленность
Диагностический	Выявить уровень сплочённости и актуальные риски	Тестирование, наблюдения педагога	Понимание того, какие угрозы характерны для класса
Формирующий	Развить сплочённость и закрепить формы общения	Классные часы, групповые проекты, совместные дела, разработка правил	Нейтрализация переноса иерархии и групповой поляризации
Поддерживающий	Включить родителей в профилактическую работу	Информирование, родительские собрания, согласование единых правил	Снижение эффекта анонимности,создание единого безопасного пространства
Оценочный	Оценить эффективность и скорректировать работу	Повторные тестирования, беседы с учениками и родителями, наблюдение	Замыкание цикла,устойчивость результата

Таким образом, модель представляет собой непрерывный цикл, а не разовый набор мероприятий. Каждый блок решает свою задачу, но вместе они обеспечивают системную работу. Реализация модели предполагает использование конкретных педагогических условий, которые будут рассмотрены далее.

Рассмотрим типы педагогических условий, соотнося их с блоками модели.

Организационные условия обеспечивают работу диагностического и формирующего блоков. Прежде всего это касается принципа формирования групп: педагог распределяет учеников самостоятельно, методом случайного выбора. Такой подход разрушает привычные группировки и создаёт новый опыт взаимодействия с теми, с кем обычно не общаешься. Классные часы и совместные

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

дела должны проводиться регулярно, а не от случая к случаю, иначе метод не будет эффективен.

Содержательные условия связаны с формирующим блоком. Здесь ключевое значение имеет то, какие именно темы поднимаются на классных часах и какие упражнения используются. Для развития доверия подойдут упражнения «Слепой и поводырь», «Общее дело», «Комплименты по кругу». Правила цифрового этикета лучше разрабатывать совместно с учениками: когда класс сам формулирует нормы общения в чате, они воспринимаются как свои, а не навязанные.

Коммуникативные условия соотносятся с поддерживающим блоком. Работа с родителями должна строиться на диалоге, а не на обвинениях. Педагог предлагает вместе разобраться в ситуации и найти решение. Тон общения задаёт атмосферу, так как если взрослые общаются уважительно друг с другом, это становится примером и для учеников.

Мониторинговые условия обеспечивают оценочный блок. Повторная диагностика должна проводиться не реже чем раз в 3–4 месяца, чтобы можно было отследить динамику. Важно использовать не только тесты, но и беседы, наблюдения, опрос родителей для создания более полной картины и оценивания эффективности проводимых мероприятий.

В ходе работы были решены поставленные задачи. Раскрыто содержание ключевых понятий – психологической безопасности, классной среды, токсичных отношений и цифровизации образования – и сформулировано рабочее определение психологически безопасной классной среды в условиях цифровизации.Выявлены три механизма, усиливающие агрессию в цифровой среде: анонимность, перенос классной иерархии и групповая поляризация. Показано, что буллинг в классе носит коллективный характер, а значит, и профилактика должна быть направлена на группу.Обосновано, что ключевым ресурсом профилактики токсичных отношений выступает сплочённость класса, так как она защищает уязвимых учеников и нейтрализует каждый из выявленных механизмов цифровой агрессии.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

На этой основе предложена модель профилактики, включающая четыре взаимосвязанных блока, и описаны педагогические условия её реализации.

Таким образом, проектирование психологически безопасной классной среды возможно через целенаправленное развитие сплочённости класса. Работа носит теоретический характер; перспективой дальнейшего исследования может стать эмпирическая проверка предложенной модели.

Список литературы

1. Баева, И. А. Общепсихологические категории в практике исследования психологической безопасности образовательной среды / И. А. Баева // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. – 2010. – № 128. – С. 27–39.

2. Зимина, Д. К. Кибербуллинг и цифровой этикет в подростковой среде: роль анонимности и классной иерархии в эскалации агрессии / Д. К. Зимина, К. С. Провоторова // Психолого-педагогические исследования – Тульскому региону : материалы VI Регион. науч.-практ. конф. с междунар. участием (Тула, 14 мая 2026 г.). – Чебоксары : Среда, 2026. – С. 259–263.

3. Методические рекомендации по организации и проведению мониторинга школьного благополучия в общеобразовательных организациях / Министерство образования и науки Республики Адыгея, ГБУ РА «Адыгейский республиканский центр оценки профессионального мастерства и квалификаций педагогов», ГБУ РА «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи». – Майкоп, 2024. – URL: https://ca01.ru/wp-content/uploads/2024/03/metod.pdf (дата обращения: 14.10.2026). – Текст : электронный.

4. Осипова, А. С. Психологические составляющие восприятия токсичных отношений у современного представителя юношеского возраста / А. С. Осипова // Ломоносов-2023 : материалы Междунар. молодежного науч. форума. – Москва : МГУ, 2023. – URL: https://lomonosov-msu.ru/archive/Lomonosov_2023/data/28572/160300_uid812960_report.pdf (дата обращения: 12.10.2026). – Текст : электронный.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

5. Perceived class cohesion as a protection strategy against cyber-bullying in vulnerable students: A study of secondary school students / Ch. Parisse, M. Marini, L. Prislei [et al.] // Journal of Community and Applied Social Psychology. – 2024. – Vol. 34, No. 5.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)